

## VAALAN KOULUN JA VARHAISKASVATUKSEN LOUNASRUOKALISTA KEVÄT 2024

VKO/PVM	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
I 5/29.1. 10/4.3. 15/8.4. 20/13.5.	JAUHELIHAKKEITTO * tuorejuusto * paprika * riisipiirakka <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvis-gulassikeitto</b>	BROILERIKASTIKE * ohra/riisi * lämmin kasvis * värikäs kaaliraaste <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kukkakaalikorma</b>	LOHIMUREKEPIHVI * perunasose * punajuuri- raejuustosalaatti <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvispihvi</b>	HERNEKEITTO * juusto * hedelmä * pehmyt leipä <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvishernekeitto</b>	KASVISLASAGNETTE * salaattibuffet
II 1/1.1. 6/5.2. 11/11.3. 16/15.4. 21/20.5.	BROILERIPYÖRYKKÄ * peruna * currykastike * kaali-kurkku- paprikasalaatti <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvispyörykkä</b>	NAKKIKEITTO * tuorekurkku * moniviljaleipä <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvisnakkikeitto</b>	TONNIKALA- PASTAVUOKA * salaattibuffet <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvis-pastapaistos</b>	KASVISSOSEKEITTO * raejuusto * tomaattiviipale * grahamsämpylä	TOIVERUOKAPÄIVÄ
III 2/8.1. 7/12.2. 12/18.3. 17/22.4. 22/27.5.	JAUHELIHAKASTIKE * pasta/peruna * salaattibuffet <b>Kasvisruoka:</b> <b>Härkisbolognese</b>	LOHIKEITTO * tuorepala * rieska <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kesäkeitto</b>	KANANUGGET * riisi * currymajoneesi * kreikkalainen salaatti <b>Kasvisruoka:</b> <b>Vegenugetti</b>	RIISIPUURO * mehukeitto * ruisleipä * hedelmä	LÄHIRUOKAPÄIVÄ
IV 3/15.1. 8/19.2. 13/25.3. 18/29.4.	LIHAKKEITTO * juusto * tuorepala * moniviljaleipä <b>Kasvisruoka:</b> <b>Tomaatti-linssikeitto</b>	PINAATTI- /PORKKANAOHUKAINEN * perunasose * puolukkahillo * leipäjuustosalaatti	MAKKARAKASTIKE * peruna * lämmin kasvis * kurkkuinen salaatti <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvismakkarakastike</b>	KALAKEITTO * suolakurkkuviipale * ruisleipä <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kookos-nuudeliteitto</b>	KANAKEBABKIUSAUS * salaattibuffet <b>Kasvisruoka:</b> <b>Intialainen kasvisvuoka</b>
V 4/22.1. 9/26.2. 14/1.4. 19/6.5.	KAPTEENIN KALAPUIKKO * perunasose * punajuuriviipale <b>Kasvisruoka:</b> <b>Bataatti-juurespihvi</b>	BROILERIPASTA/ KANARISOTTO * salaattibuffet <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvispasta/-risotto</b>	OHRAPUURO * mansikkakiisseli * kalkkunaleikkele * moniviljaleipä	JAUHELIHA- PERUNASOSELAATIKKO * punakaali-banaani- mustaherukkasalaatti <b>Kasvisruoka:</b> <b>Härkäpaju- perunasoselaatikko</b>	POSSUPATA * lohoperuna * jäävuori-meloni- ananassalaatti <b>Kasvisruoka:</b> <b>Kasvisstroganoff</b>

Lisäksi: leipä, ravintorasva, ruokajuomat. Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää ruokahalua!