

KEMPELEEN KUNNAN KOULUJEN JA PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
viikot: 3, 9, 15, 21	Broileri-currykastike, riisi- ateriäjäyväsekoitus, uuniporkkanat jäävuori-kurkku-persikkasalaatti Kasvisvaihtoehto Papu-kasviscurrya	Kirjolohikiusaus Punajuuri-omenasalaattia Kasvisvaihtoehto Punajuuri-kasviskuisaus	Ohrasuurimopuuro luomusuurimoista Vadelma- mustaherukkakiisseliä/suomalaisia marjoja Kurkkuviipale leikkelettä Ruisleipää	Hernekeittoa luomuherneistä, rieskaa tomaattilohko, sinappia pannukakkua ja pannarihillo Kasvisvaihtoehto Kasvishernekeittoa	Maksalaatikko, perunat, voikastike, puolukkahillo Porkkanaraaste Kasvisvaihtoehto Kasvispihvit
4, 10, 16, 22	Lihapyörykät, ruskeakastike, kuoripäälliset annosperunat, suvisalaattia Kasvisvaihtoehto Boltsipyörykkä	Sadonkorjaajan broilerikeittoa, tuorepala Moniviljaleipää Kasvisvaihtoehto Tomaattinen linssikeitto	Tonnikala-pastapaistosta salaattipöytä: Jäävuorisalaattia, punajuurisuikale, maissia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Kasvis- pastapaistosta	Pinaattikeittoa Tomaattia/kurkkua Karjalanpiirakkaa Kananmunaa	Nakkikastiketta Kuuripäällisiä annosperunoita Porkkanaraaste Kasvisvaihtoehto Juures Jafrezi
5, 11, 17, 23	Lihakeittoa, kurkkuviipale setsuurileipä Kasvisvaihtoehto Härkiskeitto	Mantelikala, perunamuusi Vihersalaatti Kasvisvaihtoehto Tofukasvispata	Juustoinen porkkanasekeittoa Raejuusto täysjyvässämpylä luomu hedelmä kauden mukaan	Liha-makaronilaatikka luomupastasta Porkkanaraastetta Salaattisiemeniä, ketsuppia Kasvisvaihtoehto Kasvis-makaronilaatikka	Broilerkuisaus Hedelmäinenvihersalaattia Kasvisvaihtoehto Kasviskuisaus
6, 12, 18, 24	Kirjolohikeittoa perunalimppu, juurespala Kasvisvaihtoehto Kasvissekeittoa, krutonki	Kasvisnugetit, perunamuusi, kermaviilikastike, kaali- kesäkurpitsa-mandariiniraaste	Ananasbroilerikastike, perunat, Hedelmäinen vihersalaattia Kasvisvaihtoehto Quorn-kastike	Lähiuokapäivä/ Luomuvehnahtiutalepuuroa Marjoja leikkele sämpylä Luomu tuorepala kauden mukaan	Jauheliaperunasoselaatikka porkkanaraaste Kasvisvaihtoehto kasvis-perunasoselaatikka
7, 13, 19, 25	Aurinkovuoren makaronilaatikka Luomupastasta salaattipöytä: Jäävuori, porkkanaraaste, maissia, ketsuppia	Uunimakkara, perunasosetta Kurkkuinen kaalisalaatti Ketsuppi, sinappi Kasvisvaihtoehto Kasvismakkara	Hot tomatoes kalkkunapata, riisiä Hedelmäinen kaalisalaatti Kasvisvaihtoehto Välimeren kasviskastiketta	Kapteeninkalakuviot Perunasose hernesalaattia Kasvisvaihtoehto Kasviskroketti	Jauhelihakeitto Sämpylä hedelmä Kasvisvaihtoehto Hernesosekeittoa
8, 14, 20, 26	Palapaistia Lohkoperunat Salaattipöytä: jäävuori, tomaatti, kurkku Kasvisvaihtoehto Kasvisstroganoffia	Pinaattiohukaisia Porkkanaperunasosetta salaattipöytä: vihersalaatti, punasipuli, puolukkahillo	Kalakeitto Rieska Tuorepalaa kauden mukaan Kasvisvaihtoehto Juustoista kasviskeittoa	Broilerilasagnettea luomupastasta, ketsuppia Meloni-maissi-jäävuorisalaattia Kasvisvaihtoehto Kasvislasagnettea	Makkarakeitto, ruisleipä, tuorelisa, juusto Kasvisvaihtoehto Soijanakkikeitto