

Vieremän koulut kevät vk 15-22 2024
*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

08.04.2024 - 31.05.2024

sivu 1

Viikko 15

Maanantai 08.04.2024

Lounas
Jauheliha-perunasoselaatikko L,G
Juureskuutiot
Punajuuri-omenasalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Klementiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Tiistai 09.04.2024

Lounas
Riisipuuro L,G
Marjakiisseli*
Grahamvuoka*
Keittokinkku
Paprika
Omena
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Grahamvuoka*
Keittokinkku
Paprika
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Keskiviikko 10.04.2024

Lounas
Mango-appelsiini broileripata L,G
Kierremakaroni
Mustaherukkahillo*
Porkkanaraaste
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Viihis Vadelma-mansikka L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Torstai 11.04.2024

Lounas
Lihakeitto M,G
Talon sämpylä*
Juusto Gouda
Kurkku
Appelsiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Talon sämpylä*
Juusto Gouda
Kurkku
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Perjantai 12.04.2024

Lounas
Pinaattiohukainen L
Peruna*
Vaaleakastike L,G
Punaherukkahillo*
Vesimeloni-kurkku-salaattisekoitussalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 16

Maanantai 15.04.2024

Lounas
Kalkkunalasagnette L
Keräkaali-banaanisalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Omena
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Tiistai 16.04.2024

Lounas
Pinaattivelli L
Kananmuna
Riisipiirakka* L
Balkanleikkele
Tomaatti
Marjakiisseli*
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Riisipiirakka L
Balkanleikkele
Tomaatti
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Keskiviikko 17.04.2024

Lounas
Kebabkiusaus L,G
Porkkanaraaste
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Jogurtti Vadelma L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Torstai 18.04.2024

Lounas
Lapin Ukon riistakeitto L,G
Aurinkoleipä*
Juusto Oltermanni
Friseesalaatti
Klementiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Aurinkoleipä*
Juusto Oltermanni
Kurkku
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Perjantai 19.04.2024

Lounas
Kahden kalan kastike L,G
Peruna*
Rapea salaatti-tomaatti-kurkku
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Vieremän koulut kevät vk 15-22 2024
*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

08.04.2024 - 31.05.2024

sivu 2

Viikko 17

Maanantai 22.04.2024

Tiistai 23.04.2024

Keskiviikko 24.04.2024

Torstai 25.04.2024

Perjantai 26.04.2024

Lounas

Keväinen broilerwokki M,G
Täysjyväriisi
Mustaherukkahillo*
Vesimeloni-kurkku-rapeasalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Perunavelli* L,G
Ruissihtivuoka*
Kananmuna
Maksamakkara
Paprika
Marjasalaatti*
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Makkarakastike M,G
Peruna*
Porkkanaraaste
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Jauhelihakeitto M,G
Kauraeväsvuoka*
Juusto Gouda
Kurkku
Jogurtti L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Kirjolohikiusaus L,G
Punajuuri-melonisalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Appelsiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Ruissihtivuoka*
Maksamakkara, paprika
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Marjarahka L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Kauraeväsvuoka*
Juusto Gouda, kurkku
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Viikko 18

Maanantai 29.04.2024

Tiistai 30.04.2024

Keskiviikko 01.05.2024

Torstai 02.05.2024

Perjantai 03.05.2024

Lounas

Kalkkunakeitto M,G
Sekaleipä*
Juusto Oltermanni
Tomaatti
Mansikka-raparperikiisseli
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Nakki M,G
Perunamuusi* L,G
Porkkanaraaste
Donitsi L
Sima
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Juustoinen kirjolohikeitto L,G
Ruisleipä*
Juusto Edam
Kurkku
Appelsiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Lounas

Kebab stroganoff L
Peruna*
Hedelmäinen kaalisalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Sekaleipä*
Juusto Oltermanni
Tomaatti
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Banaani
Näkkileipä, levite, rasvaton maito
,
,
,

Välipala

Ruisleipä*
Juusto Edam, kurkku
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Vieremän koulut kevät vk 15-22 2024
*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

08.04.2024 - 31.05.2024

sivu 3

Viikko 19

Maanantai 06.05.2024

Lounas

Kalamurekepihvi* L,G
Pinaatti-kananmunakastike L,G
Perunamuusi* L,G
Punakaali-kurkku-mandariinisalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Klementiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Tiistai 07.05.2024

Lounas

Ohraryynipuuro L
Mustikkakiisseli*
Porkkanavuokaleipä*
Kalkkunaleike
Friseesalaatti
Omena
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Aurinkoleipä*
Kalkkunaleike
Friseesalaatti
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Keskiviikko 08.05.2024

Lounas

Broileri-pekoni uunipasta L
Porkkanaraaste
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Viihis Persikka L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Torstai 09.05.2024

Perjantai 10.05.2024

Lounas

Texmex-jauhelihakiusaus L,G
Rapea salaatti-tomaatti-kurkku
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 20

Maanantai 13.05.2024

Lounas

Kananugget M
Currymajoneesi
Kermaperunat L,G
Salaattibuffet
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Omena
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Tiistai 14.05.2024

Lounas

Riisipuuro L,G
Marjakiisseli*
Grahamvuoka*
Keittokinkku
Salaattibuffet
Klementiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Grahamvuoka*
Keittokinkku
Paprika
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Keskiviikko 15.05.2024

Lounas

Lihamakaronilaatikko L
Puolukkasurvos*
Salaattibuffet
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Jogurtti Banaani L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Torstai 16.05.2024

Lounas

Broilerikeitto, juustoinen L,G
Talon sämpylä*
Juusto Gouda
Salaattibuffet
Mansikkapirtelö L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Talon sämpylä*
Juusto Gouda
Kurkku
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Perjantai 17.05.2024

Lounas

Fish'n roll hotdog L
Remouladekastike M,G
Salaattibuffet
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Vieremän koulut kevät vk 15-22 2024
*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

08.04.2024 - 31.05.2024

sivu 4

Viikko 21

Maanantai 20.05.2024

Lounas
Broileripata M
Täysjyväriisi
Mustaherukkahillo*
Fetasalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Appelsiini
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Tiistai 21.05.2024

Lounas
Jauhelihakeitto M,G
Talon sämpylä*
Juusto Oltermanni
Kaisersalaatti L
Mustikkarahka*
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Talon sämpylä*
Juusto Oltermanni
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Keskiviikko 22.05.2024

Lounas
Kinkku-persikkapizza L
Keräkaali-melonisalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Mansikkarahka*
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Torstai 23.05.2024

Lounas
Lasagnette L
Vihersalaatti-kirsikkatomaatti-mandariini
Jogurtti L,G
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Aurinkoleipä*
Kalkkunaleike
Friseesalaatti
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Perjantai 24.05.2024

Lounas
Tortillat broileritäytteellä L
Rapea salaatti-tomaatti-kurkku
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 22

Maanantai 27.05.2024

Lounas
Lihapyörykkä L,G
Kermakastike L,G
Peruna*
Keräkaali-mandariinisalaatti
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Banaani
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Tiistai 28.05.2024

Lounas
Mannapuuro L
Marjakiisseli*
Grahampirakka M
Juusto Gouda
Paprika
Omena
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Sekaleipä*
Juusto Gouda, paprika
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Keskiviikko 29.05.2024

Lounas
Broilerikiusaus L,G
Mustaherukkahillo*
Porkkanaraaste
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Viiis Viidakko L,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Torstai 30.05.2024

Lounas
Nakkikeitto M,G
Ruisleipä*
Juusto Oltermanni
Tomaatti
Mansikkakiisseli*
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Välipala

Ruisleipä*
Juusto Oltermanni, tomaatti
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Perjantai 31.05.2024

Lounas
Hampurilainen L
Majoneesikastike L,G
Kurkkusalaatti
Rapea salaatti-tomaatti-kurkku
Salaatinkastike Hunaja-sinappi
Näkkileipä, levite, rasvaton maito