

Vieremän koulut syksy 2026 vk 45-52
 *-merkityt lähituotteita, L=lakt, M=maid, G=glut

Ruokalista

02.11.2026 - 25.12.2026

sivu 1

Viikko 45

Maanantai 02.11.2026	Tiistai 03.11.2026	Keskiviikko 04.11.2026	Torstai 05.11.2026	Perjantai 06.11.2026
Lounas Kanapyörykkä L,G Sitruunakastike L,G Peruna* Punakaali-mustaherukka*salaatti Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Hernekeitto M,G Juusto Edam Sekaleipä* Tomaatti Pannukakku L Mansikkahillo* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kinkkukiusaus L,G Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Lihakeitto M,G Porkkanavuoka* Juusto Oltermanni Kurkku Mansikka-raparperikiisseli* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Uunikala L,G Perunamuusi* L,G Rapea salaatti-kirsikkatomaatti-herne Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 46

Maanantai 09.11.2026	Tiistai 10.11.2026	Keskiviikko 11.11.2026	Torstai 12.11.2026	Perjantai 13.11.2026
Lounas Kalamurekepihvi* L,G Kermaviilikastike L,G Perunamuusi* L,G Kaali-porkkana-melonisalaatti Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Pinaattivelli L Kananmuna, luomu Riisipiirakka* L Keittokinkku Tomaatti Marjakiisseli* Näkkileipä, levite, rasvaton maito ,	Lounas Kebabkuisaus L,G Puolukkahillo* Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Makkarakeitto M,G Lapinrieska M Juusto Gouda Friseesalaatti Jogurtti L,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Butter chicken L,G Kierremakaroni Punaherukkahillo* Rapea salaatti-mango-meloni-kurkku Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 47

Maanantai 16.11.2026	Tiistai 17.11.2026	Keskiviikko 18.11.2026	Torstai 19.11.2026	Perjantai 20.11.2026
Lounas Kirjolohikiusaus L,G Punakaali-kurkku-mandariinisalaatti Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Riisipuuro L,G Marjakiisseli* Sekaleipä* Palvikinkku Kananmuna, luomu Paprika Omena Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kaalilaatikko M,G Puolukkahillo* Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Lapin Ukon riistakeitto L,G Talon sämpylä* Juusto Oltermanni Maustekurkku Omena-kaurapaistos L,G Vaniljakastike L,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Broilerimureke LG Currykastike L,G Peruna* Mustaherukkahillo* Rapea salaatti-persikka-kurkku Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 48

Maanantai 23.11.2026	Tiistai 24.11.2026	Keskiviikko 25.11.2026	Torstai 26.11.2026	Perjantai 27.11.2026
Lounas Lihamakaranilaatikko L Keräkaali-puolukkasalaatti* Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Perunavelli L,G Ruisleipä* Maksamakkara Kananmuna, luomu Tomaatti Marjakiisseli* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Tortillat broileritäytteellä M Ranch-kastike M,G Rapea salaatti-tomaatti-kurkku Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kolmen kalan keitto L,G Ruseväsvuoka* Juusto Edam Kurkku Vispipuuro, puolukka* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kinkku-juustokastike L,G Peruna* Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 49

Maanantai 30.11.2026	Tiistai 01.12.2026	Keskiviikko 02.12.2026	Torstai 03.12.2026	Perjantai 04.12.2026
Lounas Kalapyörykkä L,G Hollandaisekastike L,G Peruna* Punajuuri-melonisalaatti Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Riisipuuro L,G Marjakiisseli* Sekaleipä* Palvikinkku* Kananmuna, luomu Paprika Omena Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Uunimakkara* M,G Perunamuusi* L,G Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Broilerikeitto, juustoinen L,G Talon sämpylä* Juusto Gouda Tomaatti Mango-persikkakiisseli Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Juustoinen possupata L,G Peruna* Yrttiporkkanat Rapea salaatti-kirsikkatomaatti-herne Salaattijuustokuutio L,G Mustikkarahka* L,G Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 50

Maanantai 07.12.2026	Tiistai 08.12.2026	Keskiviikko 09.12.2026	Torstai 10.12.2026	Perjantai 11.12.2026
Lounas Kananuget M Currymajoneesi M,G Kierremakaroni Rapea salaatti-mango-meloni-kurkku Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Mannapuuro L Mustikkakiisseli* Riisipiirakka* L Kalkkunaleikkele Kurkku Mansikkarahka*	Lounas Jauhelihapizza L Caesar-salaatti Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Pinaattihukainen L Vaaleakastike L,G Punaherukkahillo* Peruna* Italiansalaatti M, tomaatti Suklaakiisseli L,G	Lounas Kalapuikko M,G Kermaviilikastike L,G Perunamuusi* L,G Rapea salaatti-tomaatti-kurkku Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Hunaja-sinappisalaatinkastike
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 51

Maanantai 14.12.2026	Tiistai 15.12.2026	Keskiviikko 16.12.2026	Torstai 17.12.2026	Perjantai 18.12.2026
Lounas Jauhelihakastike M Kierremakaroni Meloni-kurkku-kiinankaali Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kaurasuurimopuuro L,G Marjakiisseli* Ruseväsleipä* Balkanleikkele Kananmuna, luomu Kurkku Hedelmäsalaatti M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Maksalaatikko L,G Vaaleakastike L,G Peruna* Puolukkahillo* Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Broileri-currykeitto L,G Sekaleipä* Juusto Gouda Paprika Jogurtti L,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Joulukinkku* M,G Luumukastike L,G Peruna* Joululimppu M Sinappisilakka M,G Punajuurisalaatti L,G Porkkanalaatikko L,G Lanttulaatikko L,G Herne Glögi Suklaakonvehti L,G Piparkakku M Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Viikko 52

Maanantai 21.12.2026	Tiistai 22.12.2026	Keskiviikko 23.12.2026	Torstai 24.12.2026	Perjantai 25.12.2026
Lounas Jouluinen jauhelihapihvi M,G Kermakastike L,G Peruna* Juureskuutiot Mango-kaalisalaatti L,G Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Riisipuuro L,G Puolukakeitto Ruisleipä* Kinkkuleikkele Tomaatti Omena Näkkileipä, levite, rasvaton maito			