

Vieremän koulut syksy 2021 vk 44-49
*-merkityt lähituotteita, L=lakt, M=maid, G=glut

Ruokalista

01.11.2021 - 10.12.2021

sivu 1

Viikko 44

Maanantai 01.11.2021	Tiistai 02.11.2021	Keskiviikko 03.11.2021	Torstai 04.11.2021	Perjantai 05.11.2021
Lounas Jauheliha-perunasoselaatikko L,G Parsakaali Punajuuri-omenasalaatti Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Perunavelli L,G Kananmuna Ruistähkävuoka* Maksamakkara M,G Tomaatti Marjapaistos* L,G Vaniljakastike L,G	Lounas Lihapyörykkä L,G Kermakastike L,G Peruna* Porkkanaraaste Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kirjolahikeitto L,G Ruissihtileipä* Juusto Oltermanni Kurkku Mansikka-raparperikiisseli* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kinkkukiusaus L,G Rapea salaatti-tomaatti-kurkku Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito
Välipala Omena Suomi Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Välipala Ruistähkävuoka* Maksamakkara M,G Tomaatti Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Välipala Jogurtti banaani L,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Välipala Ruissihtileipä* Juusto Oltermanni Kurkku Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

Viikko 45

Maanantai 08.11.2021	Tiistai 09.11.2021	Keskiviikko 10.11.2021	Torstai 11.11.2021	Perjantai 12.11.2021
Lounas Kalapuikko L,G Kermaviilikastike L,G Perunamuusi* L,G Punakaali-kurkku-appelsiinisalaatti Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Pinaattivelli L Kananmuna Riisipiirakka* Keittokinkku Tomaatti Marjasalaatti* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Kinkku-ananaspizza L Keräkaali-herne-maissi-paprika Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Lihakeitto M,G Aurinkoleipä* Juusto Edam Friseesalaatti Omena Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Lounas Broileri-perunasosevuoka L,G Mustaherukkahillo Kiinankaali-kesäkurpitsa-persikka Hunaja-sinappisalaatinkastike Näkkileipä, levite, rasvaton maito
Välipala Banaani Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Välipala Riisipiirakka* Keittokinkku Tomaatti Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Välipala Viillis Mansikka-banaani L,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Välipala Aurinkoleipä* Juusto Edam Friseesalaatti Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

Vieremän koulut syksy 2021 vk 44-49
*-merkityt lähituotteita, L=lakt, M=maid, G=glut

Ruokalista

01.11.2021 - 10.12.2021

sivu 2

Viikko 46

Maanantai 15.11.2021	Tiistai 16.11.2021	Keskiviikko 17.11.2021	Torstai 18.11.2021	Perjantai 19.11.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kirjolohikiusaus L,G	Mannapuuro L	Pyttipannu M,G	Lapin Ukon riistakeitto L,G	Lihamureke L
Isot juureskuutiot	Grahamlihapirakka M	Paistettu kananmuna*	Talon sämpylä*	Ruskea kastike L,G
Punajuuri-raejuustosalaatti	Juusto Gouda	Kurkkusalaatti	Juusto Oltermanni	Peruna*
Hunaja-sinappisalaatinkastike	Paprika	Porkkanaraaste	Maustekurkku	Rapea salaatti-meloni-kurkku
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Marjakiisseli*	Hunaja-sinappisalaatinkastike	Luumu	Hunaja-sinappisalaatinkastike
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Näkkileipä, levite, rasvaton maito
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	
Klementiini	Sekaleipävuoka*	Mustikkarahka*	Talon sämpylä*	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juusto Gouda	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juusto Oltermanni	
	Paprika		Maustekurkku	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

Viikko 47

Maanantai 22.11.2021	Tiistai 23.11.2021	Keskiviikko 24.11.2021	Torstai 25.11.2021	Perjantai 26.11.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Lihamakaronilaatikko L	Hernekeitto M,G	Makkarakastike M,G	Kolmen kalan keitto L,G	Tortillat broileritäytteellä L
Keräkaali-puolukkasalaatti*	Juusto Gouda	Peruna*	Kivirinaleipä*	Rapea salaatti-tomaatti-kurkku
Hunaja-sinappisalaatinkastike	Tomaatti	Porkkanaraaste	Juusto Edam	Hunaja-sinappisalaatinkastike
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Pannukakku L	Hunaja-sinappisalaatinkastike	Kurkku	Näkkileipä, levite, rasvaton maito
	Mansikkahillo*	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Vispipuuro, puolukka*	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	
Omena Suomi	Pannukakku L	Jogurtti mansikka L,G	Kivirinaleipä*	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Mansikkahillo*	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juusto Edam	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito		Kurkku	
			Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

Vieremän koulut syksy 2021 vk 44-49
*-merkityt lähituotteita, L=lakt, M=maid, G=glut

Ruokalista

01.11.2021 - 10.12.2021

sivu 3

Viikko 48

Maanantai 29.11.2021

Tiistai 30.11.2021

Keskiviikko 01.12.2021

Torstai 02.12.2021

Perjantai 03.12.2021

Maanantai 29.11.2021	Tiistai 30.11.2021	Keskiviikko 01.12.2021	Torstai 02.12.2021	Perjantai 03.12.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Mantelikala M	Ohraryynipuuro L	Kebabkiusaus L,G	Jauhelihakeitto M,G	Juustoinen possupata L,G
Perunamuusi* L,G	Marjakiisseli*	Puolukkasurvos*	Talon sämpylä*	Kermaperunat L,G
Punajuuri-omenasalaatti	Ruisleipä*	Keräkaali-vesimelonisalaatti	Juusto Gouda	Yrttiporkkanat
Hunaja-sinappisalaatinkastike	Maksamakkara	Hunaja-sinappisalaatinkastike	Tomaatti	Rapea salaatti-kirsikkatomaatti-herne
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Paprika	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juurespala	Salaattijuustokuutio L,G
	Omena		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Hunaja-sinappisalaatinkastike
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito			Mustikkarahka* L,G
				Näkkileipä, levite, rasvaton maito
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	
Luumu	Ruisleipä*	Viilis Omena-päärynä L,G	Talon sämpylä*	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Maksamakkara	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juusto Gouda	
	Paprika		Tomaatti	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

Viikko 49

Maanantai 06.12.2021

Tiistai 07.12.2021

Keskiviikko 08.12.2021

Torstai 09.12.2021

Perjantai 10.12.2021

Tiistai 07.12.2021	Keskiviikko 08.12.2021	Torstai 09.12.2021	Perjantai 10.12.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Riisipuuro L,G	Uunimakkara* M,G	Broilerikeitto, juustoinen L,G	Kasvispyörykkä M,G
Mustikkakiisseli*	Perunamuusi* L,G	Porkkanaleipä*	Paprikakastike L,G
Perunarieskanen*	Porkkanaraaste	Juusto Edam	Peruna*
Palvikinkku*	Hunaja-sinappisalaatinkastike	Tomaatti	Tomaatti-kesäkurpitsa-kiinankaalisalaatti
Kurkku	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Jogurtti Kausimaku L,G	Hunaja-sinappisalaatinkastike
Luumu		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Näkkileipä, levite, rasvaton maito
Näkkileipä, levite, rasvaton maito			
Välipala	Välipala	Välipala	
Perunarieskanen*	Marjarahka* L,G	Porkkanaleipä*	
Palvikinkku*	Näkkileipä, rasva ja maito	Juusto Edam	
Kurkku		Tomaatti	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito		Näkkileipä, rasva ja maito	