

Vieremän koulut kevät vk 8-14 2021  
\*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

22.02.2021 - 09.04.2021

sivu 1

**Viikko 8**

Maanantai 22.02.2021	Tiistai 23.02.2021	Keskiviikko 24.02.2021	Torstai 25.02.2021	Perjantai 26.02.2021
<b>Lounas</b> Jauheliha-perunasoselaatikko L,G Isot juureskuutiot Punajuuri-raejuustosalaatti Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Riisipuuro L,G Mustikkakiisseli* Alexanderin leipä* Palvikinkku* Tomaatti Omena Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Jauhelihakastike M Kierremakaroni Porkkanaraaste Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Kolmen kalan keitto L,G Ruisleipä* Juusto Edam Maustekurkku Mango-persikkakiisseli Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Kinkkukiusaus L,G Rapea salaatti-kirsikkatomaatti-herne Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito
<b>Välipala</b> Banaani Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Välipala</b> Alexanderin leipä* Palvikinkku* Tomaatti Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Välipala</b> Marjarahka L,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Välipala</b> Ruisleipä* Juusto Edam Maustekurkku Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

**Viikko 9**

Maanantai 01.03.2021	Tiistai 02.03.2021	Keskiviikko 03.03.2021	Torstai 04.03.2021	Perjantai 05.03.2021
<b>Lounas</b> Broileri-perunasevuoka L,G Punaherukkahillo* Vesimeloni-kesäkurpitsa-kiinankaalisalaa Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Pinaattivelli L Kananmuna Riisipiirakka* Balkanmakkara Tomaatti Marjakiisseli* Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Jauhelihapizza L Keräkaali-herne-maissi-paprika Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Lihakeitto M,G Talon sämpylä* Juusto Gouda Kurkku Appelsiini Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Lounas</b> Juustokuorrutettu kirjolohi L,G Perunamuusi* L,G Rapea salaatti-tomaatti-kurkku Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G Näkkileipä, levite, rasvaton maito
<b>Välipala</b> Klementiini Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Välipala</b> Riisipiirakka* Tomaatti Balkanmakkara Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Välipala</b> Viillis Vadelma-mansikka Näkkileipä, levite, rasvaton maito	<b>Välipala</b> Talon sämpylä* Juusto Gouda Kurkku Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

Vieremän koulut kevät vk 8-14 2021  
\*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

22.02.2021 - 09.04.2021

sivu 2

**Viikko 10**

Maanantai 08.03.2021

Tiistai 09.03.2021

Keskiviikko 10.03.2021

Torstai 11.03.2021

Perjantai 12.03.2021

**Viikko 11**

Maanantai 15.03.2021

Tiistai 16.03.2021

Keskiviikko 17.03.2021

Torstai 18.03.2021

Perjantai 19.03.2021

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Uunikala L,G	Mannapuuro L	Pinaattihukainen	Broilerikeitto, juustoinen L,G	Kirjolohikiusaus M,G
Remouladekastike L,G	Marjakiisseli*	Peruna*	Rouhesekaleipä*	Punakaali-kurkku-appelsiinisalaatti
Perunamuusi* L,G	Ruisleipä*	Vaaleakastike L,G	Juusto Edam	Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G
Punajuuri-omenasalaatti	Maksamakkara	Punaherukkahillo*	Kurkku	Näkkileipä, levite, rasvaton maito
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G	Paprika	Porkkanaraaste	Mango-ananaskiisseli	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Hedelmä	Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Näkkileipä, levite, rasvaton maito		
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Appelsiini	Ruisleipä*	Mansikkarahka*	Rouhesekaleipä*	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Maksamakkara	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juusto Edam	
	Paprika		Kurkku	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	

**Viikko 12**

Maanantai 22.03.2021

Tiistai 23.03.2021

Keskiviikko 24.03.2021

Torstai 25.03.2021

Perjantai 26.03.2021

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Kebab stroganoff L	Perunavelli* L,G	Makkarakastike M,G	Kalastajan kirjolohikeitto L,G	Texmex-jauhelihakiusaus L,G
Peruna*	Sihtileipä*	Peruna*	Ruisleipä*	Puolukkasurvos*
Kiinankaali-kesäkurpitsa-persikka	Kananmuna	Porkkanaraaste	Juusto Gouda	Rapea salaatti-paprika-suolakurkku
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G	Palvikinkku*	Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G	Kurkku	Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Tomaatti	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Jogurtti L,G	Näkkileipä, levite, rasvaton maito
	Marjasalaatti*		Näkkileipä, levite, rasvaton maito	
	Näkkileipä, levite, rasvaton maito			
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Banaani	Sihtileipä*	Viillis Banaani	Ruisleipä*	
Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Palvikinkku*	Näkkileipä, levite, rasvaton maito	Juusto Gouda	

Vieremän koulut kevät vk 8-14 2021  
\*-merkityt lähituotteita

Ruokalista

22.02.2021 - 09.04.2021

sivu 3

Tomaatti  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Kurkku  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Viikko 13**

Maanantai 29.03.2021

Tiistai 30.03.2021

Keskiviikko 31.03.2021

Torstai 01.04.2021

Perjantai 02.04.2021

**Lounas**

Järvikalapihvi\* L,G  
Tillikastike L,G  
Perunamuusi\* L,G  
Rapea salaatti-kirsikkatomaatti-herne  
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Lounas**

Ohraryynipuuro L  
Mansikkakiisseli\*  
Perunarieska\*  
Kalkkunaleike  
Ruukkusalaatti  
Omena  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Lounas**

Jauheliha-makaronilaatikko L  
Puolukkasurvos\*  
Porkkanaraaste  
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Lounas**

Broilerin paistileike M,G  
Currykastike L,G  
Peruna\*  
Mustaherukkahillo\*  
Vesimeloni-kurkku-salaattisekoitussalaatti  
Salaattijuusto L,G  
Hedelmärahka L, G  
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Välipala**

Klementiini  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Välipala**

Perunarieska\*  
Kalkkunaleike  
Ruukkusalaatti  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Välipala**

Mustikkarahka\*  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Välipala**

Sekaleipä\*  
Juusto Gouda  
Maustekurkku  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Viikko 14**

Maanantai 05.04.2021

Tiistai 06.04.2021

Keskiviikko 07.04.2021

Torstai 08.04.2021

Perjantai 09.04.2021

**Lounas**

Hernekeitto M,G  
Juusto Edam  
Tomaatti  
Pannukakku L  
Mansikkahillo  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Lounas**

Pyttipannu M,G  
Kananmuna, paistettu  
Kurkkusalaatti  
Porkkanaraaste  
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Lounas**

Karjapaimenen keitto M  
Maalaispolakkavuoka\*  
Juusto Oltermanni  
Paprika  
Klementiini  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Lounas**

Broilerpyörykkä L,G  
Kermakastike L,G  
Perunamuusi\* L,G  
Keräkaali-punasipuli-salaattivihannes  
Salaatinkastike Hunaja-sinappi M,G  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

**Välipala**

**Välipala**

**Välipala**

**Vieremän koulut kevät vk 8-14 2021**  
**\*-merkityt lähituotteita**

<b>Ruokalista</b>	
<b>22.02.2021 - 09.04.2021</b>	sivu 4

Ruisleipä\*  
Tomaatti  
Juusto Edam  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Jogurtti Banaani luomu L,G  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito

Maalaispolakkavuoka\*  
Juusto Oltermanni  
Paprika  
Näkkileipä, levite, rasvaton maito