

NUMMELAN OSASTON RUOKALISTA 2018



| | MAANANTAI | TIISTAI | KESKIVIikko | TORSTAI | PERJANTAI | LAUANTAI | SUNNUNTAI | |
|---|---|---|--|--|---|---|---|---|
| VK 0 27 32 37 42 47 52 | AAMUPALA Moniviljapuuro L, M, K | Ruishiutalepuuro L, M, K | Vehnähiutalepuuro L, M, K | Kaurapuuro L, M, K | Ohrahiutalepuuro L, M, K | Mannapuuro L, K | Riisipuuro L, K | |
| | LOUNAS Kauden kasvissosekeitto L,M,G Rieska L, M, K Juusto L, G, K Puolukkavispipuuro L,M,K | Makkarakastike L, G, K Peruna L, M, G, K Kaalikurkkusalaatti L, M,G,K Marjakiisseli L, M, G, K | Merimiespihvi L, M, G, K Vihannes L, M, G, K Kirsikkatomaatti L, M, G, K Amerikansalaatti L, M, G, K Pannacotta L, G, K Marjasose L, M, G, K | Broilerpihvi L, M, K Currykastike L, G, K Riisi L, M, G, K Tomaatti-fetasalaatti L, G, K Vadelmaruusun-marjakiisseli L, M, G, K | Makaronijauhelihavuoka L, K Porkkana-lantturaaste L, M, G, K Mandariini L, M, G, K Kotimaiset marjat L, M, G, K Vaniljakastike L,G | Lindströminpihvi L,M,G Kermakastike L, G, K Peruna L, M, G, K Vihannessalaatti L, M, G, K Jäätelöpikari L, G, K | Riistapörykät Riistakastike L, M, G, K Kermaperunat L, G, K Pitopöydän vihannekset Italiansalaatti L,M Puolukkahilloke L, M, G, K | |
| | PÄIVÄLLINEN Janssoninkiusaus L, G, K Punajuuri L, M, G, K Vihersalaatti L, M, G, K | Jauhelihakastike L, M, G, K Peruna L, M, G, K Salaatti L, M, G, K | Siskonmakkarakeitto L, M, G, K Kermavanukas vadelma L,G | Porkkanajuustokeitto L, G, K Rieska L, M, K Vispis mansikka L, K | Lihakeitto L, M, G, K Suklaavanukas L, G, K | Tonnikalakiusaus L, G, K Vihersalaatti L, M, G, K | Bataattisosekeitto L, K Riisipiirakka L, K Kermavanukas L, G, K | |
| VK 0 28 33 38 43 48 | AAMUPALA Moniviljapuuro L, M, K | Ruishiutalepuuro L, M, K | Vehnähiutalepuuro L, M, K | Kaurapuuro L, M, K | Ohrahiutalepuuro L, M, K | Mannapuuro L, K | Riisipuuro L, K | |
| | LOUNAS Lohikeitto L, G, K Pannukakku L Marjahilloke L, M, G, K | Pinaattiohukkaat L,M Perunasose L, G, K Caesarsalaatti L, K Puolukkahilloke L, M, G, K Mangorahka L, G, K | Maksalaatikko L, M, G, K*/ Kaalilaatikko L, M, G, K Porkkanaraaste L, M, G, K Puolukkahilloke L, M, G, K Raejuusto L,G Suklaakiisseli L, G, K | Broileri mango-currykastike L, G, K Täysjyväriisi L, M, G, K Vihertomaattisalaatti L, M, G, K Mansikkakiisseli L, M, G, K | Kalapala L, M, K Kermaviilikastike L, G, K Perunasose L, G, K Vihertomaattisalaatti L, M, G, K Mustikkarahka L, G, K | Stroganoff L, G, K Perunasose L, G, K Vihannes L,M,G, K Hedelmäinensalaatti L, M, G, K Pannacotta L, G, K Marjakastike L, M, G, K | Mantelikala L,M Valkokastike L, G, K Vihannes L, M, G, K Peruna L, M, G, K Punajuurisalaatti L,M,G Rahkavahto L,G,K | |
| | PÄIVÄLLINEN Jauhelihakiusaus L, G, K Vihersalaatti L, M, G, K | Kalakeitto L, G, K Rukiinen puolukkavispil, K | Kebakko L, M, K Perunasose L, G, K Salaatti L, M, G, K | Hernekeitto L, M, K Ohukkaat L Hilloke L, M, G, K | Broilerpihvi L, M, K Currykastike L, G, K Peruna L, M, G, K | Jauhelihakeitto L, M, G, K Mustikkakukko L, Vaniljakastike L,G,K | Lihaperunasoselaatikko L, G, K Punajuuri L, M, G, K Vihannes L, M, G, K | |
| VK 0 29 34 39 44 49 | AAMUPALA Moniviljapuuro L, M, K | Ruishiutalepuuro L, M, K | Vehnähiutalepuuro L, M, K | Kaurapuuro L, M, K | Ohrahiutalepuuro L, M, K | Mannapuuro L, K | Riisipuuro L, K | |
| | LOUNAS Naudanlihakeitto L, M, G, K Kaura-ruissämpylä L, M, K Mustikka-juustokupponen L | Uunimakkara L, M, G, K Vihannes L,G,M,K Perunasose L, G, K Viherpersikkasalaatti L, M, G, K Sinappirelish L, M, G, K Vadelma kermavanukas L, G, K | Kouluruoka 70v** | Uunikirjolohi L, G, K Vihannes L, M, G, K Peruna L, M,G,K Marinoitu herne-linssi-kaalisalaatti L, M, G, K Sileä mustaherukkakiisseli L, M, G, K | Jauhelihakastike L,M,G,K Vihannes L, M, G, K Peruna L, M, G, K Friseevesimelonisalaatti L, M, G, K Kaura-omenapaistos L,M,K Vaniljakastike L,G,K | Broilerimureke L,M,G Currykastike L, G, K Täysjyväriisi L, M, G, K Friseevesimelonisalaatti L, M, G, K Puolukkakiisseli L, M, G, K | Lindströminpihvi L,M,G Kermakastike L, G, K Perunasose L, M, G, K Raikkasovissalaatti L, M, G, K Mansikkarahka L, G, K | |
| | PÄIVÄLLINEN Porkkanaohukkaat L Perunasose L, G, K Salaatti | Pinaattikeitto L, G, K Kananmuna L,M,G Vadelma vispis L, M, G, K | Lihapullat L, M, K Perunasose L, G, K Salaatti | Kaudenkasvissosekeitto L, G, K Juusto L, G, K Leipä L, M, K | Kalapörykät L, M, G, K Kermaviilikastike L, G, K Peruna L, M, G, K Salaatti L,M,G,K | Vihreä parsajuustokeitto L, G, K Karjalanpiirakka LK | Kinkkukiusaus L, G, K Punajuurisalaatti L,M,G | |
| VK 0 30 35 40 45 50 | AAMUPALA Moniviljapuuro L, M, K | Ruishiutalepuuro L, M, K | Vehnähiutalepuuro L, M, K | Kaurapuuro L, M, K | Ohrahiutalepuuro L, M, K | Mannapuuro L, K | Riisipuuro L, K | |
| | LOUNAS Kalakeitto L, G, K Jäätelöpikari L, G, K | Jauhelihapihvi L,M,G Sinappikastike L, G, K Peruna L, M, G, K Jäävuori-romaine-kurkkusalaatti L, M, G, K Kirsikkatomaatti Viilis VL | Lohikiusaus L, G, K Säräjuures L, M, G, K Kiinankaali-tomaattisalaatti L,M,G,K Mansikkavispipuuro L, M, K | Bataattijuurespihvi L, M, G Perunasose L, G, K Marinoitu herne-linssi-tattarisalaatti L, M, G, K Porkkanaraaste L, M, G, K Hedelmänsalaatti L, M, G, K | Lihaperunasoselaatikko L, G, K Vihannes L, M, G, K Viherkurkkusalaatti L, M, G, K Maustamaton jogurtti L, G, K Kotimaiset marjat L, M, G, K | Alakanseli L, M, G, K Sitruunakastike L, G, K Vihannes L, M, G, K Vihannes L, M, G, K Peruna L, M, G, K Perunasose Suvisalaatti L, M, G, K Mandariini riisi L, G, K | Lihamureke L, M, K Ruskeakastike L, M, G, K Vihannes L, M, G, K Peruna L, M, G, K Salaatti L, M, G, K Puolukkahilloke L, M, G, K Ananasraha L, G, K | |
| | PÄIVÄLLINEN Maksalaatikko L, M, G, K Puolukkasurvos L, M, G, K Salaatti | Broilerikeitto L, M, G, K Kermavanukas L, G, K | Jauhelihakeitto L, M, G, K Vanukas L, G, K | Tonnikalakiusaus L, G, K Vihersalaatti L, M, G, K | Makkarakastike L, G, K Peruna L, M, G, K Salaatti L, M, G, K | Porkkanajuustokeitto L, G, K Rieska L, M, K Vispis puolukka L, K | Broilerinuggetti avaruuskuvio L Currykastike L, G, K Täysjyväriisi L, M, G, K Vihersalaatti L, M, G, K | |
| VK 0 31 36 41 46 51 | AAMUPALA Moniviljapuuro L, M, K | Ruishiutalepuuro L, M, K | Vehnähiutalepuuro L, M, K | Kaurapuuro L, M, K | Ohrahiutalepuuro L, M, K | Mannapuuro L, K | Riisipuuro L, K | |
| | LOUNAS Hernekeitto L, M, K Pannukakku L Marjahilloke L, M, G, K | Lihapullat L, M, K Vihannes L, M, G, K Yrttikastike L, G, K Peruna L, M, G, K Porkkanaraaste L, M, G, K Ananas L, M, G, K Puolukkakiisseli L, M, G, K | Cheddarkala VL, K Vihannes L, M, G, K Perunasose L, G, K Jogurttinen omena inkivääri punajuurisalaatti L, G, K Trooppinen hedelmäkiisseli L, M, G, K | Broilerikeitto L, M, G, K Riisipiirakka L, K Mangorahka L, G, K | Tomaattijauhelihapasta L Viherkesäkurpitsa paprikasalaatti L, M, G, K Voisilmäpulla L | Maksaporkkanakastike L, G, K Perunasose L, G, K Puutarhursalaatti L, M, G, K Mansikkakiisseli L, M, G, K | Järveläpöydyt L,G Tiilikastike VR 15 078 Perunasose L, G, K Pitopöydän vihannekset Sienisalaatti L,M,G Luumukiisseli L, M, G, K | |
| | Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalistaa. | PÄIVÄLLINEN Silakkalaatikko L,G Lamminkasvis | Juustoinen kesäkeitto L, G, K Riisipiirakka L, K | Kebakko L, M, K Perunasose L, G, K Salaatti L, M, G, K | Jauhelihakastike L, M, G, K Peruna L, M, G, K Salaatti L, M, G, K | L=laktoositon M= maidoton G= glutteeniton K= kananmunaton VE=vegaani * joka viides viikko vaihtuen kaalisalaatti/maksalaatikko | Broilerinkiusaus L, G, K Salaatti L, M, G, K | Kinkkukasviskeitto L, M, G, K Marjarahka L, G, K |