



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi



Siilinjärven peruskoulujen ja lukion **RUOKALISTA**

muutokset ruokalistaan mahdollisia

20.09.2021

Maanantai

LOUNAS

Broilerikastiketta M
Riisiä M,G
Amerikansal-kurkku-persikkasalaattia
Maito, leipä

21.09.2021

Tiistai

LOUNAS

Ohrarouhepuuroa L
Mansikkakiisseliä M,G
Leikkelettä M,G
Porkkanapaloja
Maito, leipä

22.09.2021

Keskiviikko

LOUNAS

Jauhelihapihvejä M
Ruskeakastiketta M
Perunaa
Kiinankaali-amerikansal-tomaatti-kurkkusalaattia
Maito, leipä

23.09.2021

Torstai

LOUNAS

Makaronilaatikka L
Salaattimix-herne-appelsiinisalaattia
Maito, leipä

24.09.2021

Perjantai

LOUNAS

Kalakeittoa L,G
Maksamakkaraa M,G
Kurkkuviipaleita

Maito, leipä

*Käytämme lähialueen perunoita, marjoja ja sipuleita. Ruoanvalmistuksessa käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjanliha ja jauheliha ovat suomalaista alkuperää. Poikkeuksista ilmoitamme ruokalajin kohdalla. Pääruokien tuoteselosteet nähtävillä koulujen ruokasaleissa.
L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton Muutokset ruokalistaan mahdollisia*



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi



Siilinjärven peruskoulujen ja lukion RUOKALISTA

muutokset ruokalistaan mahdollisia

27.09.2021

Maanantai

LOUNAS

Jauhelihakastiketta M
Spagettia M
Amerikansal-herne-maissi-paprikasalaattia

Maito, leipä

28.09.2021

Tiistai

LOUNAS

Tonnikalapastapaistosta L
Kiinankaali-punajuuri-omena-purjosalaattia

Maito, leipä

29.09.2021

Keskiviikko

LOUNAS

Broilernugetteja L
Perunasosetta L,G
Kermaviilikastiketta L,G
Amerikansal-meloni-kurkkusalaattia

Maito, leipä

30.09.2021

Torstai

LOUNAS

Hernekeittoa M,G
Juustoa L,G
Kurkkuviipaleita

Maito, leipä

01.10.2021

Perjantai

LOUNAS

Porkkanapihvejä M,G
Perunaa
Sitruunakastiketta L
Juustosalaattia L,G

Maito, leipä

Käytämme lähialueen perunoita, marjoja ja sipuleita. Ruoanvalmistuksessa käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjanliha ja jauheliha ovat suomalaista alkuperää. Poikkeuksista ilmoitamme ruokalajin kohdalla.

Pääruokien tuoteselosteet nähtävillä koulujen ruokasaleissa.

L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton Muutokset ruokalistaan mahdollisia



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi



Siilinjärven peruskoulujen ja lukion **RUOKALISTA**

muutokset ruokalistaan mahdollisia

04.10.2021

Maanantai

LOUNAS Lihakeittoa M,G
Juustoa L,G
Mandariinia

Maito, leipä

05.10.2021

Tiistai

LOUNAS Paneroituja kalapaloja M
Perunaa
Kermaviilikastiketta L,G
Amerikansal-tomaatti-hernesalaattia
Maito, leipä

06.10.2021

Keskiviikko

LOUNAS Bataattikeittoa L,G
Banaania
Perunarieskaa M
Raejuustoa L,G

Maito, leipä

07.10.2021

Torstai

LOUNAS Lihapyöryköitä M
Perunaa
Tomaattista kastiketta M
Amerikansal-kuningatarsal-meloni-siemensalaattia

Maito, leipä

08.10.2021

Perjantai

LOUNAS Kinkkukiusausta L,G
Amerikansal-kurkku-ananassalaattia

Maito, leipä

*Käytämme lähialueen perunoita, marjoja ja sipuleita. Ruoanvalmistuksessa käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjanliha ja jauheliha ovat suomalaista alkuperää. Poikkeuksista ilmoitamme ruokalajin kohdalla. Pääruokien tuoteselosteet nähtävillä koulujen ruokasaleissa.
L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton Muutokset ruokalistaan mahdollisia*



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi



Siilinjärven peruskoulujen ja lukion **RUOKALISTA**

muutokset ruokalistaan mahdollisia

11.10.2021

Maanantai

LOUNAS Broilerikeittoa L,G
Omenaa
Leikkelettä M,G

Maito, leipä

12.10.2021

Tiistai

LOUNAS Välimeren pastapaistosta L
Kiinankaali-amerikan-tomaatti-kurkkusalaattia

Maito, leipä

13.10.2021

Keskiviikko

LOUNAS Uunimakkaraa M,G
Perunasosetta L,G
Amerikansal-salaattimix-melonisalaattia

Maito, leipä

14.10.2021

Torstai

LOUNAS Haukipyöryköitä L,G
Perunaa
Vaaleaa kastiketta L
Kreikkalaista salaattia L,G

Maito, leipä

15.10.2021

Perjantai

LOUNAS Liha-perunapataa M,G
Kiinankaali-porkkana-kukkakaali-tomaattisalaattia
Punajuuriviipaleita

Maito, leipä

*Käytämme lähialueen perunoita, marjoja ja sipuleita. Ruoanvalmistuksessa käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjanliha ja jauheliha ovat suomalaista alkuperää. Poikkeuksista ilmoitamme ruokalajin kohdalla. Pääruokien tuoteselosteet nähtävillä koulujen ruokasaleissa.
L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton Muutokset ruokalistaan mahdollisia*



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi



Siilinjärven peruskoulujen ja lukion **RUOKALISTA**

muutokset ruokalistaan mahdollisia

HYVÄÄ SYYSLOMAA!

*Käytämme lähialueen perunoita, marjoja ja sipuleita. Ruoanvalmistuksessa käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjanliha ja jauheliha ovat suomalaista alkuperää. Poikkeuksista ilmoitamme ruokalajin kohdalla. Pääruokien tuoteselosteet nähtävillä koulujen ruokasaleissa.
L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton Muutokset ruokalistaan mahdollisia*



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi



Siilinjärven peruskoulujen ja lukion **RUOKALISTA**

muutokset ruokalistaan mahdollisia

25.10.2021

Maanantai

LOUNAS

Härkäruukkua L,G
Riisi-moniviljaseos
Amerikansal-tomaatti-appelsiinisalaattia

Maito, leipä

26.10.2021

Tiistai

LOUNAS

Lasagnetta L
Porkkana-ananasraastetta

Maito, leipä

27.10.2021

Keskiviikko

LOUNAS

Kalavuokaa L,G
Perunaa
Amerikansal- omena-siemenmixsalaattia

Maito, leipä

28.10.2021

Torstai

LOUNAS

Pinaattihukaisia L
Perunasosetta L,G
Kana-pastasalaattia M
Puolukkalisäkettä M,G

Maito, leipä

29.10.2021

Perjantai

LOUNAS

Nakkikeittoa M,G
Juustoa L,G
Kurkkuviipaleita

Maito, leipä

Käytämme lähialueen perunoita, marjoja ja sipuleita. Ruoanvalmistuksessa käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjanliha ja jauheliha ovat suomalaista alkuperää. Poikkeuksista ilmoitamme ruokalajin kohdalla.

Pääruokien tuoteselosteet nähtävillä koulujen ruokasaleissa.

L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton Muutokset ruokalistaan mahdollisia