



KOULUJEN JA PÄIVÄKOTIEN LOUNASLISTA SYKSY 2026

VKO/PVM	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
Lista 1 33,39,45,51	Lihakeittoa Härkiskeittoa Ruisleipää Omenalohkoja	Pinaattiohukaisia Porkkana-perunasosetta Kreikkalaista salaattia Puolukkahilloa	Broileribologneskastiketta Härkäpapubologneskastiketta Kierremakaronia Kaaliraastetta, kurkkusuikaleita, maissia, siemeniä	Puutarhurin kalakeittoa Puutarhurin kasviskeittoa Tomaattiviipaleita Ruispaloja	Uunimakkaraa Soijamakkaraa Perunasosetta Kurkkuista kaaliraastetta sinappia, ketsuppia
Lista 2 34,40,46,52	Jauhelihakeittoa Kaurajauhiskeittoa Kurkkuviipaleita Ruisleipää Hernelevitettä	Aurinkovuoren makaronilaatikkaa Ketsuppia Porkkana – ananasraastetta	Lohimurekepihvejä Kasvispihvejä Perunasosetta Kaali-kesäkurpitsa-paprika-purjo raastetta	Tyrnävän myllyn ohrapuuroa Mansikkakiisseliä Kalkkunaleikkelettä, Tomaattiviipaleita, Ruisleipää	TOIVERUOKAPÄIVÄ
Lista 3 35,41,47,53	Teriyakipossua Teriyakihärkistä Riisi-ohrasekoitusta Jäävuorisalaattia, Kurkkukuutioita, Persikkakuutioita	Pinaattikeittoa Riisipiirakkaa Kananmunaa Banaanipaloja	Palermón pastaa Palermón kasvispastaa Jäävuorisalaattia, kurkkukuutioita, persikkakuutioita	Lohikeittoa Savutofukeittoa Kurkkuviipaleita Perunarieskaa	
Lista 4 36,42,48	Jauhelihakastiketta Härkäpapakastike Kuoripäällisiä perunoita Lämpimiä kasviksia Porkkanaraastetta	Kasvissosekeittoa Raejuustoa Kaurasämpylöitä, hummusta Kyssäkaalipaloja, Kurkkuviipaleita	Tonnikala-pastapaistosta Papu-pastapaistosta Jäävuorisalaattia, porkkanaviipaleita, ananaspaloja punajuurisuikaleita	Hernekeittoa Soija-hernekeittoa Sinappia Juustoa Kurkkua , kyssäkaalia, mandariinia Ruisleipää	Broileriherkku Kaurajauhisherkuu Jäävuorisalaattia, porkkanaviipaleita, ananaspaloja
Lista 5 37,43,49	Broileria currykastikkeessa Kukkakaalikormaa Riisi-ohraseosta Jäävuorisalaattia, kesäkurpitsasuikaleita, tomaattikuutioita Mustaherukkahilloa	Lihamakaronilaatikkaa Soijamakaronilaatikkaa Ketsuppia Porkkanaraastetta, hernerouhetta, tomaattikuutioita, salaatinsiemeniä	Tyrnävän myllyn ohra-mannapuuroa Suomalaisia marjoja Kauraleipää Juustoa	Kapteenin kalakuvioita Kasvisnugetteja Perunasosetta Kermaviilikastiketta Porkkanaraastetta, Hernerouhetta, Punajuurisuikaleita, salaatinsiemeniä	Kookos-kanakeittoa Kookos-papukeittoa Tomaattiviipaleita Ruisleipää
Lista 6 38,44,50	Makkarakastiketta Tomaattista soijamakkarakastiketta Keitetyt perunat Lämpimiä kasviksia Porkkanaraastetta	Lempää kanakeittoa Lempää kasviskeittoa Kurkkuviipaleita Ruisrouheleipää	Lohikiusausta Papu-herkkusienikiusausta Jäävuorisalaattia, kukkakaalirouhetta-melonia, kurkkua	Jauhelihapihvejä Kasvispihvejä Kuoripäälliset perunat Ruskeaa kastiketta Jäävuorisalaattia, kukkakaalirouhetta-melonia, kurkkua	Tex Mex pastavuokaa Ketsuppia Jäävuorisalaattia, kukkakaalirouhetta-melonia, kurkkua

Lisäksi: leipä ja ravintorasva.

Ruokajuomat: rasvaton maito, laktoositon maitojuoma, piimä ja vesi.

Ruokalistamuutokset ovat mahdollisia!

