



KIRKKONUMMEN PERUSKOULUJEN JA LUKIOIDEN RUOKALISTA 2024–2025

VIIKKO		MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
1. 32,38,45,51, 7,14,20	Kasvis	KASVIS-LINSSIKASTIKE	OHRASUURIMOPUURO	HERNIS-NUUDELIVUOKA	KASVISPYÖRYKÄT	KOOKOS-TOFUKEITTO
		NAKKIKASTIKE Peruna Salaatti	OHRASUURIMO- PUURO Marjakeitto, Juustosalaatti, Tuorepala	BROILERI-NUUDELIVUOKA Salaatti	KIRJOLOHIPYÖRYKÄT Perunasose Kermaviilikastike Salaatti	LIHAKEITTO Sämpylä Tuorepala
2. 33,39,46,2, 9,15,21	Kasvis	VALKOPAPUMUHENNOS	MAC AND CHEESE	KASVISPUIKOT	HERNEKEITTO	WRAPPI kasvis-paputäyte
		BROILERIA SITRUUNAKASTIKKEESSA Ohra Mustaherukkahillo Salaatti	MAC AND CHEESE Kaurasydän, Salaatti	KALAPUIKOT Peruna Tartarkastike Salaatti	HERNEKEITTO/ PERINTEINEN HERNEKEITTO Ohukaiset, Marjasose/ Sämpylät, Tuorepala	WRAPPI Liha-paputäyte Tomaatti-sipuli- vihersalaatti Maissi
3. 34,40,47,3 10,16,22	Kasvis	KASVISMAKKARA- PERUNAPANNU	METSÄSIENIKEITTO	PALERMON PASTAVUOKA	KASVISSOSEKEITTO	FALAFELPYÖRYKÄT
		MAKKARA-PERUNAPANNU Ketsuppi Salaatti	KIRKAS LOHIKEITTO Saaristolaisleipä Tuorepala	PALERMON BROILERI- PASTAVUOKA Salaatti	KASVISSOSEKEITTO Raejuusto Sämpylä Tuorepala	LIHAPYÖRYKÄT/ LIHAMUREKE Peruna, Ruskeakastike, Salaatti
4. 35,41,48,4 11,17	Kasvis	HÄRKISLASAGNETTE	BUTTER QUORN / TANDOORI QUORN	BORSSIKEITTO smetana	KREIKKALAINEN VUOKA	MEXICANPIHVI
		LASAGNETTE Salaatti	BUTTER CHICKEN Riisi, Salaatti/ TANDOORIKANA, Riisi Jogurttikastike, Salaatti	KELTAINEN SISKONMAKKARAKEITTO Ruisleipä Tuorepala	KREIKKALAINEN KALAVUOKA Peruna, Salaatti	MEXICANPIHVI Lohkoperuna, Salaatti Kermaviilikastike
5. 36,43,49,5 12,18	Kasvis	BOLOGNESE	BATAATTI-JUURESPIHVIT	PINAATTIOHUKAISET	ISOISÄN KOOKOS- KASVISKEITTO	MAKARONILAATIKKO
		JAUHELIIHAKASTIKE Pasta, Juustoraaste Salaatti	KALASTAJAN MUREKE Peruna, Tartarkastike, Salaatti	PINAATTIOHUKAISET Perunasose, Puolukkahillo, Salaatti	ISOÄIDIN KANAKEITTO Sämpylä Tuorepala	PERINTEINEN MAKARONILAATIKKO Ketsuppi, Salaatti
6. 37,44,50,6 13,19	Kasvis	PUNAJUURI-PERUNAKIUSAUS	TÄYTETTY KASVIS	BATAATTI-LINSSIKEITTO	JUURESKAURATTO	TEX-MEX VUOKA
		LOHIKIUSAUS Salaatti	UUNIMAKKARA Perunasose Ketsuppi, Sinappi Salaatti	BATAATTI-LINSSIKEITTO Kananmuna, Riisipiirakka, Tuorepala	PIKKUKALAPASTA Ruisruutu Salaatti	TEX-MEX VUOKA

LISÄKSI TARJOTAAN 2 dl RASVATONTA LUOMUMAITOA / PIIMÄÄ, NÄKKILEIPÄÄ JA RAVINTORASVAA.

Lihan alkuperämaa on Suomi!