

PÄLKÄNEEN KOULUJEN RUOKALISTA KEVÄTLUKUKAUSI 2010

1. viikko 1, 8, 16

Ma	Kinkkukiusaus , vihersalaatti, suolakurkku
Ti	Nakkikastike , muusi/perunat, jäävuorisalaatti-tomaatti-kurkku
Ke	Mannapuuro ja mansikkaraparperikeitto , tuore leipä ja leikkele / lihapiirakka / levypizzapala
To	Karjalanpaisti , perunat, lanttupersikkaraaste
Pe	Kahdenkalankeitto , leipä, leikkele, hedelmä / vihannespala

2. viikko 2, 10, 17

Ma	Jauhelihamakaronilaatikko , lämmin kasvis, kaali-puolukkasalaatti
Ti	Kalapyörykät , perunasose ja kastike, punajuuri / punajuorisalaatti
Ke	Broilerikastike , riisi, sekasalaatti
To	Uunimakkara , perunat ja kastike, porkkana-appelsiinisalaatti
Pe	Jauheliha keitto, juusto, leipä / sämpylä

3. viikko 3, 11, 18

Ma	Porsas-stroganoff , perunat, jäävuori-kurkku-ananassalaatti
Ti	Kalaa juustokastikkeessa / Talon oma päivä , muusi / perunat, raastesalaatti
Ke	Hernekeitto , tuoreleipä / sämpylä, juusto, ohukaiset / pannari + hillo
To	Lasagne / Lasagnetta , lehtisalaatti-lollorosso-hernemaissipaprika
Pe	Broileripullat / mureke , perunat / riisi ja kastike, kiinankaali-kurkku-persikka

4. viikko 4, 12, 19

Ma	Jauheliha kastike, pasta, kiinankaali-meloni-hernesalaatti
Ti	Ohrarouhepuuro ja marjakeitto , tuoreleipä, leikkele, vihannes / hedelmäpala
Ke	Paistettu uuniseij perunat / perunasose, porkkana-appelsiini-raejuustosalaatti
To	Kaalilaatikko , puolukkasurvos, jäävuorisalaatti
Pe	Broileririsotto / Talon oma päivä , tuore leipä ja leikkele, punakaali-ananasraaste

5. viikko 5, 13, 20

Ma	Kebabkiusaus / kiusaus , lämmin kasvis, kiinankaali-kurkku-retiisisalaatti
Ti	Yrttinen kalkkunakastike , riisi / perunat, mustaherukkahillo, punajuuri / punajuorisalaatti
Ke	Kirkas lohikeitto / Talon oma keitto , tuoreleipä, leikkele, vihannes ja hedelmäpala
To	Pinaattiletut ja valkokastike + hillo , perunasose / perunat, pasta-jäävuori-herne-maissipaprika
Pe	Makkara / nakkikastike , pasta / perunat, lehtisalaatti-tomaatti-kurkku

6. viikko 6, 14, 21

Ma	Lihakeitto , pehmeä leipä, kasvis ja juusto
Ti	Mustamakkara / veriletut ja kananmunakastike , perunat ja mustaherukkahillo, kaali-ananas-kesäkurpitsasalaatti
Ke	Riisipuuro ja marjakeitto , tuore leipä, leikkele / lihapiirakka/levypizzapala, hedelmä / vihannespala
To	Kalapuikot / kalamurekepihvit ja kermaviilikastike , perunasose / perunat, lämmin kasvis, punajuuri
Pe	Jauheliha-perunasoselaatikko , lämmin kasvis, suolakurkku

7. viikko 7, 15, 22

Ma	Lihapyörykät / lihamureke , muusi / peruna ja kastike, tuoresalaatti
Ti	Tonnikalapastavuoka , lämmin kasvis, porkkana-appelsiiniraaste
Ke	Broilerikasviskeitto , pehmeä leipä ja leikkele, suolakurkku
To	Porsaanlihakastike , peruna / riisi, lämmin kasvis ja Italiansalaatti
Pe	Värikäs makkara pannu, jäävuorisalaatti-tomaatti-kurkku