

RUOKALISTA 2022

Ylöjärven toimipaikoissa

| kalentte- riiviikko | ruokalis- taviikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|------------------------|-----------------------|--|---|---|--|---|
| 11,23, 35,47, | 1 | Makkarakastike perunat lämmin kasvis salaatti | Kalapyörykät, perunasose salaatti | Porkkanaohukaiset kermaviilikastike perunat salaatti | Makaronilaatikko ketsuppi salaatti | Hernekeitto tuorepala pikkupulla |
| 12,24, 36,48 | 2 | Lihapyörykkäkastike perunat lämmin kasvis salaatti | Broileripastavuoka salaatti | Ohrapuuro, mehukeitto juusto pk:t Siskonmakkarakeitto | Pinaattiohukaiset perunasose/ perunat ja kastike salaatti | Juustoinen kala- kasviskeitto ruisleipä hedelmää |
| 13,25, 37,49 | 3 | Uunimakkara (sinappi+ketsuppi) perunasose salaatti | Broilerikastike perunat lämmin kasvis salaatti | Kirjolahikiusaus salaatti | Jauhelihakeitto porkkana- perunaruutu tuorepalaa | Kasvislasagnette salaatti |
| 2,14,26 38,50 | 4 | Lihakeitto hedelmä jogurttipurkki | Broileririisivuoka salaatti | Jauhelihakastike pasta lämmin kasvis salaatti | Kalapuikot kermaviilikastike perunat salaatti | Mifupastavuoka salaatti |
| 3,15,27 39,51 | 5 | Maksalaatikko lämmin kasvis salaatti | Hiutalepuuro, mehukeitto leikkele/ pk:t Lohikeitto | Jauhelihaperuna- viipalelaatikko salaatti | Saaristomeren kala perunat salaatti | Broilerikeitto moniviljaruutu tuorepalaa |
| 4,16,28 40,52 | 6 | Possukastike Provencale perunat lämmin kasvis salaatti | Lasagnette salaatti | Makkarakeitto VegYoukeitto ruisleipä hedelmää | Kalamureke kermaviilikastike peruna salaatti | Broilerinuudeliuoka salaatti |

Näkkileipä, ravintorasva ja rasvaton luomumaito ovat tarjolla joka aterialla. Viikon ruokalistassa keittiökohtaiset muutokset ovat mahdollisia.

RUOKALISTA 2022

Ylöjärven toimipaikoissa

| kalente- riviikko | ruokalis- taviikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|----------------------|-----------------------|--|--|---|---|--|
| 5,17,29 41 | 7 | Nakkikastike perunat salaatti | Kalamurekepihvit kermaviilikastike perunat salaatti | Lihakastike ohra/riisi uunijuurekset salaatti | Makaronilaatikko Kasvispastalaatikko ketsuppi salaatti | Kookosbroilerikeitto ruisleipä tuorepala |
| 6,18,30 42 | 8 | Jauhelihipihvit kastike perunat salaatti | Broileripastavuoka salaatti | Ohrapuuro mehukeitto juusto pk:t Kinkkukiusaus | Pinaattiohukaiset perunasose lämmin kasvis salaatti | Kahden kalankeitto ruisleipä hedelmää |
| 7,19,31 43 | 9 | Uunimakkara (sinappi+ketsuppi) perunasose lämmin kasvis salaatti | Broilerikasviskastike riisi salaatti | Kirjolohikiusaus salaatti | Jauhelihakeitto ruisleipä tuorepalaa | Kasvislasagnette salaatti |
| 8,20,32 44 | 10 | Lihakeitto hedelmä jogurttipurkki | Broilerikiusaus lämmin kasvis salaatti | Jauhelihakastike perunat salaatti | Tonnikalapasta salaatti | Kasvisseosekeitto raejuusto, ruisleipä, hedelmää /Porkkananapit kylmäkastike, perunat salaatti |
| 9,21,33 45 | 11 | Jauhelihaperunasose- laatikko salaatti | Puuro, mehukeitto leikkele pk:t Minestronekeitto | Mustamakkara perunasose salaatti | Saaristomeren kala perunat lämmin kasvis salaatti | Juustoinen broilerikeitto ruisleipä tuorepalaa |
| 10,22, 34,46, | 12 | Possukastike perunat Punajuurilaatikko salaatti | Lasagnette salaatti | Nakkikeitto ruisleipä hedelmää | Kalamureke kermaviilikastike peruna salaatti | Broileripyörykkäkastike riisi salaatti |

Näkkileipä, ravintorasva ja rasvaton luomumaito ovat tarjolla joka aterialla. Viikon ruokalistassa keittiökohtaiset muutokset ovat mahdollisia.