



Seinäjoki

Ruokalista 2020-2021

Koulut ja päiväkodit lounas

Koulut: Alakylä, Halkosaari, Hylykallio, Jouppi, Kertunlaakso, Kivistö, Marttila, Niemistö, Pajuluoma, Pohja, Lyseo, Yhteiskoulu, Pruuki, Toukolanpuisto, Törnävä
Päiväkodit: Satulinna, Hylykallio, Jokihelmi, Satumetsä, Jouppi, Katajalaakso, Kertunlaakso, Keskuspuisto, Kultavuori, Marttila, Metsäkulma, Pajuluoma, Pappilantie, Simuna, Taika, Tenavakoti, Tikkuvuori, Väinölä, Saima Ylisentie ja Vapaudentie

Ruokalistan viikko

	Vk 1	Vk 2	Vk 3	Vk 4	Vk 5	Vk 6
Kalenteriviikko						
	34, 40, 46, 52, 6, 12, 18	35, 41, 47, 1, 7, 13, 19	36, 42, 48, 2, 8, 14, 20	37, 43, 49, 3, 9, 15, 21	38, 44, 50, 4, 10, 16, 22	39, 45, 51, 5, 11, 17
Ma lounas	Kalapihvi Perunasose Kastike Salaatti	Kasvispihvi Perunat Salaatti	Lihapyörykkä Perunat Kastike Salaatti	Kalapyörykkä Kastike Perunat Salaatti	Nakit Perunasose Salaatti	Cheddarkala Perunasose Salaatti
Ti lounas	Kasvisnakkikastike Perunat/Täysjyväpasta Salaatti	Kermainen broilerinjauhelihakastike Täysjyväpasta Salaatti	Broilerikeitto Juusto Kasviksia Vispipuuro	Kasvissosekeitto Raejuusto Kiisseli	Kalakeitto Riisipiirakka Hedelmä	Jauhelihakeitto Marjat ja kastike
Ke lounas	Lihakeitto Juusto Hedelmä	Sitruunakala Perunasose Salaatti	Italian jauhelihakastike Täysjyväspagetti Salaatti	Kalavuoka Perunasose Salaatti	Intialainen kanakastike Täysjyväpasta/täysjyväriisi/ohra Salaatti	Unkarilainen lihapata Perunat Salaatti
To lounas	Nimikkoruoka Salaatti	Makkarakeitto Rahka	Puuro talon tapaan PK: Pinaattikeitto Kiisseli Kananmuna Kasviksia	Hernekeitto Juusto Kasviksia Jäätelö TAI Hedelmä	Pinaattiohukaiset Jauhelihakastike Salaatti	Hiutalepuuro PK: Juuresjuustokeitto Kiisseli Kasviksia
Pe lounas	Kinkkukiusaus Salaatti	Lasagnette Salaatti	Kirjolahikiusaus Salaatti	Makaronilaatikko/vuoka Salaatti	Tomaattinen kasvisvuoka Salaatti	Broileri-pastavuoka Salaatti

Lounaalla tarjotaan aina näkkileipää, levitettä ja rasvatonta maitoa.

Muutokset mahdollisia ja niistä ilmoitetaan erikseen.