

Pyhännän koulun ruokalista 2024-2025

vko	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
32 37 5 42 10 47 15 52 20	Jauhelihakastike, spagetti, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori-tuorekurkku-persikka-salaatti (kevät), ketsuppi, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kananugetit, riisi, kastike, jäävuori-punafrisee-tomaatti- salaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kirjolohivuoka, kaali-kesäkurpitsa-ananas-salaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Uunimakkara, perunasose, kaali-rapea-melonisalaatti sinappi, ketsuppi, kurkkusalaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Riisipuuro, kanelisokeri, saunapalvilihaleike, kurkkupalkki, ruispala, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini
33 38 6 43 11 48 16 21	Broilerikastike, riisi, jäävuori-kaali-persikkasalaatti, mustaherukkahillo, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Hernekeitto, Edam juusto 17 %, ohrarieskanen, tuorekurkkuviipale, sinappi, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Jauhelihapihvi, perunasose, punakaali-kesäkurpitsa-kartano-herkkusalaattisinappi, ketsuppi, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kinkkukiusaus, vihreä salaatti-kurkkukuutio-mandariinisalaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Lohikeitto, ylikypsä kinkku, salaatinlehti, rouheinen rukiinen viipale rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini
34 39 7 44 12 49 17 22	Aurinkoinen broilerikeitto, Edamjuusto 17 %, paprikasuikale, 4-viljan viipale leipä, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kalapyörökät, perunasose, jäävuori-kurkku-maissisalaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kasvissosekeitto, riisipiirakka, kananmuna, tuorekurkkupalkki, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Makaronilaatikko, porkkana-ananasraaste (syksy) ja kaali-kurkku-ananassalaatti (kevät), ketsuppi, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Palapaisti, perunat, vihannesmix, jää-punafrisee-omena-kurpitsa-salaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini
35 40 8 45 13 50 18	Jauhelihakeitto, Edamjuusto 17 %, omena, kaura100% leipä, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Uunikala kastikkeessa, perunasose, jäävuori-punafrisee-kesäkurpitsa-salaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kalkkunakastike, riisi, salaattimix-kurkku-ananassalaatti, mustaherukkahillo, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Lasagnette, kaali-jäävuori-mandariinisalaatti, ketsuppi, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Ohrasuurimopuuro, mehukeitto, keittokinkku, paprikasuikale, ruis100% leipä, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini
36 41 9 46 14 51 19	Nakkikastike, perunat, vihreäsalaatti-retiisi-ananas- salaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Pinaattiohukaiset, perunasose, jäävuori-punafrisee-paprika-mangosalaatti, puolukka, raejuusto rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Kalakeitto, edam 15 % juusto, salaatinlehti, halkaistu grahamsämpylä, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Broilerpastavuoka, rapea suikale-vesimelonisalaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini	Lihapyörökät, perunat, kastike, salaattimix-tomaatti-kurkkusalaatti, rasvaton maito ja -piimä/näkkileipä/margariini