

Punaisella merkitty ruuat, jotka menevät myös koululle
Välipalat päiväkodeille

LÄHIRUOKA:

Peruna: Maarit ja Hannu Tikka Pyhäsalmi
Sipuli: Vehviläinen Siilinjärvi
”Remeskylä” = Remeskylän Palvi, Kiuruvesi
Kaikki käyttämämme marjat ovat Sinikasviksen kotimaisia,
paitsi vadelma, karhunvadelma ja boysenmarja
”Pitkäkoski” = paikkakunnan mylly
”Järvikala”= lähialueen järvikala

vko 28 11.-17.7

	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
AP	Kaura-lesepuuro	Viljainen voimapuuro	4-viljanpuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Kaurapuuro	Riisipuuro
LO	Kahden kalan keitto sekavuokaleipä tuore Porkkana-appelsiinipuuro	Pinaattiohukaiset Perunasose Kananmunakastike He-ma-po TUOREsalaatti Kuningatarkiisseli	mangobroilerikastike Perunat Porkkanat KAALISALAATTI Maitokiisseli, hillo	lihamureke perunat, kastike romanosekoitus Makaronisalaatti puolukkarahka	Kalakiusaus Keltaiset porkkanat Punajuurisalaatti Mustikkakiisseli	Makkarakeitto Juusto Suolakurkku Ruis-puolukkapuuro	Karjalanpaisti Perunasose porkkanalaatikko Tuoresalaatti Kahvikiisseli
VP	Marjat Vaniljakastike	Kaurasämpylä kuningatarkiisseli	Ruistassu Maitokiisseli+hillo	grahamsämpylä puolukkarahka	Sihtileipä	Sämpylä, leikkele	jogurtti, leipä
PÄ	Broilerikeitto leipä, juusto Hedelmäkiisseli	Kookoskasvis- /nakkikeitto Leipä, juusto Mustikka-grahampuuro	Pitkäkosken ohrasuurimopuuro Leipä, leikkele Mehukeitto	Pinaattivelli Leipä, jauh.kanamuna Luumukiisseli	Sianlihakeitto Leipä, juusto Mansikkakiisseli	Kolmen viljanpuuro leipä, leikkele Sekahedelmäkiisseli	Helmivelli Leipä, leikkele Karhunvadelmakiisseli