

RUOKALISTA 11.8.2026- 5.6.2027 *) KURIKAN KAUPUNGIN ALUEEN KOULUJEN KEITTIÖT

*) Muutokset runkoruokalistaan mahdollisia



ERI ATERIOIDEN SISÄLTÖ:

Lounaalla joka päivä	Vaihteleva lounaan pääruoka ja lisäke ks. alla	Näkkileipä, levite	Keittopäivinä pehmeä leipä	Salaatti/raaste Salaatinkastike	Maito, vesi
----------------------	------------------------------------------------	--------------------	----------------------------	------------------------------------	-------------

RUOKALISTA:

VIKKO 1	kalenteriviikot 33, 38, 43, 48, 53, 5, 10, 15, 20				
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Lounas	Jauheliha-kastike M L Perunat	Broileri-kauravuoka L G	Paneroitu kala L Perunamuusi L G	Lasagnette L	Makkarakeitto M L G
VIKKO 2	kalenteriviikot 34, 39, 44, 49, 1, 6, 11, 16, 21				
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Lounas	Lihakastike M L Perunat	Ruoka keittiön tapaan	Kalapyörykät/-pihvit L Perunamuusi L G Kylmä kastike L G	Broileripastavuoka L	Jauheliha-keitto M L G
VIKKO 3	kalenteriviikot 35, 40, 45, 50, 2, 7, 12, 17, 22				
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Lounas	Omenainen broilerikastike L G Kauralisäke M L G	Jauheliha-perunasose-laatikko L G Raejuusto L G	Kasvispyörykät Perunamuusi L G Kylmä kastike L G	Kala-pastavuoka L /lohikiusaus L G Lämmin kasvis	Lihakeitto M L G Juusto
VIKKO 4	kalenteriviikot 36, 41, 46, 51, 3, 8, 13, 18, 23				
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Lounas	Puuropäivä Mehukeitto leikkele L M G	Jauheliha-makaronilaatikko L	Lihapullakastike M L Perunat	Lohimureke L G Perunamuusi L G	Broilerikeitto L G
VIKKO 5	kalenteriviikot 37, 42, 47, 53, 4, 9, 14, 19, 24				
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Lounas	Kalakeitto L G	Puutarhurin pastavuoka L	Uunimakkara L M G Perunamuusi L G	Hernekeitto M L G	Kinkkukiusaus L G Lämmin kasvis

Soveltuvuudet: L = laktoositon, M = maidoton, G= gluteeniton

Erytisruokavaliot tehdään peruslounaasta

Teemaviikot: VIETÄMME ERILAISIA TEEMAPÄIVIÄ KOULUVUODEN AIKANA