

Parikkalan ruokapalvelu

Koulujen ruokalista

2022- 2023

viikko

1. maanantai jauhelihamakaronilaatikko, tomaattisose, punajuuri-omenaraaste
tiistai lihapyörykät, kastike, perunat, kiinankaalisalaatti
keskiviikko sitruunainen uunikala, perunasose, punakaali-appelsiinisalaatti
torstai mannapuuro, marjakiisseli, ruisleipä, leikkele, paprika
perjantai broilerikiusaus, kurkku-tomaatti-jäävuorisalaatti
2. maanantai makkarakeitto, lepuska, juusto, omena
tiistai kaalilaatikko, puolukka, raejuusto-porkkanaraaste
keskiviikko kalapyörykät, perunat, kermaviilikastike, kaali-paprika-purjosalaatti
torstai broilerikastike, riisit, kurkku-tomaatti-jäävuorisalaatti
perjantai kasvisseikeitto, kananmunat, riisipiirakka, kurkku
3. maanantai kinkkukiusaus, jäävuori-ananassalaatti
tiistai kalakeitto, ruissämpylä, leikkele, suolakurkku
keskiviikko lindströminpihvit, perunasose, kurkku-tomaatti-kiinankaalisalaatti
torstai broilerihoukutus, porkkana-lantturaaste
perjantai riisipuuro, marjakeitto, ruisleipä, leikkele, tomaatti
4. maanantai kaalikeitto, ruispala, juusto, mandariini
tiistai uunikala, perunat, paprika-herne-kiinankaalisalaattia
keskiviikko kasvispyörykät, perunat, kylmä kastike, porkkana-punakaali-jäävuorisalaatti
torstai broilerikeitto, lepuskat, juusto, kurkku
perjantai nakkikastike, perunat, kurkku-tomaatti-jäävuorisalaatti
5. maanantai broileri-persikkakastike, riisit, kaali-mustaherukkasalaatti
tiistai yrttitarhan kasviskeitto, kananmuna, sämpylä, suolakurkku
keskiviikko tonnikalapasta, paprika- kiinankaalisalaatti
torstai hernekeitto, ruisleipä, juusto, vihannes
perjantai perunalaatikko, kurkku-tomaatti-fetajuusto-jäävuorisalaatti
6. maanantai Bologna kastike, pasta, tomaattisose, kiinankaalisalaatti
tiistai uunimakkara, perunasose, porkkanaraaste
keskiviikko lohikeitto, ruissämpylä, leikkele, paprika
torstai kasvislasagnetta, kaali-porkkana-kurpitsasalaatti
perjantai lempeä kanakeitto, ruispala, juusto, tomaatti

tarjolla päivittäin: näkkileipää, pehmeä leipä, levite, maitoa ja piimää

Pidätetään oikeus ruokalistan muutoksiin.