

**KAJAANIN PÄIVÄKOTIEN JA PERUSKOULUJEN RUOKALISTA
VUOLIOJEN ALUEEN, KULUNTALAHDEN JA JORMUAN KOULUISSA
12.8.2009 ALKAEN**

	Vko		MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I	33 39 46	2 8 15 21	Lihaperunasoselaattikkoa Kasvisnuudelivuokaa Tuoresalaattia	Seikeittoa Kesäkeittoa Tuorepala/tuoresalaattia	Jauhelihakasviskastiketta Kasvispapurhöystä Perunoita/riisiä Tuoresalaattia	Makkarakeittoa Kasviskeittoa Tuorepala/tuoresalaattia	Maksalaattikkoa Kasvislasagnea Tuoresalaattia
II	34 40 47	3 9 16 22	Broilerikastiketta /kalkkunahöystä Kasvishöystä Perunoita/riisiä Tuoresalaattia	Lasagnea Raastevuokaa Tuoresalaattia	Uunikalaa Perunoita Kasvismakaronipataa/ pinaattista kasvispastavuokaa Tuoresalaattia	Riistakastiketta Perunoita Kasvisstroganovia Tuoresalaattia	Broileripyöryköitä Currykastiketta Perunoita/riisiä Kasvisgratiinia Tuoresalaattia
III	35 41 48	4 11 17	Kinkkukasviskeittoa Porkkanasosekeittoa Vaaleaa leipää Tuoresalaattia	Broileripastapaistosta Purjoperunasosekeittoa Tuoresalaattia	Makkarakastiketta Kasvispataa Kuuripäällisiä perunoita Tuoresalaattia	Lihakeittoa/riista- juustokeittoa Täysjyväpuuroa Marjakeittoa Tuoresalaattia	Kalalaattikkoa Kasvisperunapaistosta Tuoresalaattia
IV	36 42 49	5 12 18	Hernekeittoa Kasviskusausta Tuorepala/tuoresalaattia	Kalapyöryköitä/ kalanugetteja/kalakuviota Pinaattihukaisia Perunoita Vaaleaa kastiketta Tuoresalaattia	Lihamakaronilaattikkoa Kesäkurpitsavuokaa Tuoresalaattia	Broilerikeittoa Pinaattikeittoa Tuorepala/tuoresalaattia	Nakkikastiketta Kasvisienikastiketta Kuuripäällisiä perunoita Tuoresalaattia
V	37 44 50	6 13 19	Tonnikalapastavuokaa Välimerenvuokaa Tuoresalaattia	Lihapyöryköitä Ruskeaa kastiketta Perunoita Tomaattista kasvisvuokaa Tuoresalaattia	Jauhelihakastiketta Perunoita/pastaa Kaalikookospataa Tuoresalaattia	Suikalelihakeittoa Bataattisosekeittoa Vaaleaa leipää Tuorepala/tuoresalaattia	Pyttipannua Sienipastavuokaa Tuoresalaattia
VI	38 45 51	7 14 20	Jauhelihakeittoa Parsakaalikeittoa Tuorepala/tuoresalaattia	Broileriperunavuokaa Punajuurivuokaa Tuoresalaattia	Kalakeittoa Riisipuuroa Marjakiisseliä Tuoresalaattia	Uunimakkaraa Kasvispihvejä Perunasosetta Tuoresalaattia	Kebabkusausta/ kinkkukusausta Kasvispannua Tuoresalaattia

Leipä: pehmeä ja näkkileipä
Ravintorasva: kevytlevite
Ruokajuoma: rasvaton maito, piimä ja vettä

Viihtyisiä ruokailuhetkiä koulun ruokaravintolassa