

**RÄÄKKYLÄN  
KUNTA  
PERUSKOULU**

**RUOKALISTA  
LV. 2022 - 2023**

<b>1. viikko</b>	<b>2. viikko</b>	<b>3. viikko</b>	<b>4. viikko</b>	<b>5. viikko</b>	<b>6. viikko</b>
viikot 32, 38, 45, 51, 7, 14, 20	viikot 33, 39, 46, 2, 8, 15, 21	viikot 34, 40, 47, 3, 9, 16, 22	viikot 35, 41, 48, 4, 11, 17	viikot 36, 43, 49, 5, 12, 18	viikot 37, 44, 50, 6, 13, 19
Kanaviillokki Salaatti L, M	Sianlihakastike Raaste L, M	Jauhelihakastike Raaste L, M	Kookos-broileri- kastike Salaatti L, M	Chili con carne Raaste L, M	Pinaattiletut Puolukkahillo Perunasalaatti L, M
Perunalaatikko Raaste L, M, G	Makaronilaatikko Salaatti L	Broileripastavuoka Salaatti L	Kinkkukiusaus Raaste L, G	Lasagnette Raaste L	Lohikiusaus Salaatti L, G
Uunikala Salaatti L, M, G	Broileripatukka Raaste L, M, G	Puuro+mehukeitto Leipä, leikkele L, G	Kalapullat Salaatti L, M, G	Risotto Salaatti L, M, G	Kananugetti Salaatti L, M
Kebakko Raaste L, M	Kalapihvi Salaatti L, M	Uunimakkara Raaste L, M, G	Lihamureke Raaste L, M, G	Yrttikala Salaatti L, M	Lihapullat Raaste L, M, G
Hernekeitto Letut+hillo Leipä, juusto L, M, G	Perunavelli Sienisalaatti Lihapiirakka L, G	Kalakeitto Juusto Leipä L, G	Lihakeitto Juusto Leipä L, M, G	Kanakeitto Rieska Juusto L, M, G	Kesäkeitto Leipä Juusto L, G

Tarjolla maito, piimä, ravintorasva, näkkileipä, lämpimät kasvikset. Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Käytämme ruoanvalmistuksessa mahdollisimman paljon lähellä tuotettuja raaka-aineita ja elintarvikkeita. Kaikki käytetty liha on suomalaista.

L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton, erikoisruokavaliot erikseen. Tarvittaessa lisätietoja keittiöhenkilökunnalta, puh. 040 105 3108.