

# RUOKALISTA 2026-2027

| Viikko      | 1.                                                                            | 2.                                                                                                               | 3.                                                                      | 4.                                                                                 | 5.                                                                       | 6.                                                                          |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Maanantai   | Lihakeitto<br>Tomaatti-linssikeitto<br>Herkkukurkku<br>Juusto<br>Pehmeä leipä | Nakkikastike<br>Kasvisnakkikastike<br>Perunat<br>Salaatti<br>Puolukka                                            | Kalakeitto<br>Kookos-nuudeliteitto<br>Pehmeä leipä<br>Juusto<br>Paprika | Lihakastike<br>Chili sin carne<br>Perunat<br>Lämmin kasvis<br>Salaatti<br>Puolukka | Jauhelihakastike<br>Härkiskastike<br>Peruna<br>Lämmin kasvis<br>Salaatti | Lempeä kanakeitto<br>Mifu-keitto<br>Pehmeä leipä<br>Jääsalaatti<br>Tomaatti |
| Tiistai     | Broilerinuudelivuoka<br>Mifu-nuudelivuoka<br>Lämmin kasvis<br>Salaatti        | Broileripastavuoka<br>Härkispastavuoka<br>Lämmin kasvis<br>Salaatti                                              | Kinkkukiusaus<br>Kasviskiusaus<br>Lämmin kasvis<br>Salaatti             | Makaronipata<br>Salaatti                                                           | Kebabkiusaus<br>Kasvis-perunalaatikko<br>Puolukka<br>Salaatti            | Pinaattihukkaat<br>Perunasose<br>Puolukka<br>Salaatti                       |
| Keskiviikko | Kalanugetit<br>Kasvisnugetit<br>Bataatti-perunasose<br>Punajuuri<br>Salaatti  | Kalapihvit<br>Kasvispihvit<br>Kermaperunat<br>Currymajoneesi<br>Punajuuri<br>Salaatti                            | Uunimakkara<br>Kasvimakkara/-nakki<br>Perunasose<br>Salaatti            | Uunikala<br>Kasvis-papuvuoka<br>Porkkana-perunasose<br>Salaatti                    | Kalapyörykät<br>Kasvispyörykät<br>Perunat<br>Kastike<br>Salaatti         | Tonnikalapasta<br>Mifu-pasta<br>Raaste<br>Punajuuri                         |
| Torstai     | Lihapyörykät kastikkeella<br>Kasvispyörykät<br>Perunat<br>Raaste<br>Puolukka  | Toiveruokapäivä<br>pyttipannu, tortillat,<br>hampurilaiset, ranskalaiset<br>kebab, lohkoperunat tms.<br>Salaatti | Makaronilaatikko<br>Nyhtökaura-makaronilaatikko<br>Raaste<br>Puolukka   | Broilerikastike<br>Bataatti-soijacurry<br>Kaurajyvä<br>Salaatti                    | Hernekeitto<br>Pehmeä leipä<br>Juusto<br>Hedelmä                         | Kasviskeppukka<br>Kermaviilikastike<br>Perunasose<br>Salaatti               |
| Perjantai   | Puuro<br>Hillo / Marjat<br>Ruispala<br>Maksamakkara<br>Kurkku                 | Kasviskeitto/ Pinaattikeitto<br>Kananmuna<br>Sämpylä<br>Hedelmä                                                  | Nugetit<br>Perunasose<br>Salaatti                                       | Puuro<br>Kiisseli<br>Pehmeä leipä<br>Leikkele<br>Hedelmä                           | Jauhelihapihvi<br>Kasvispihvit<br>Pannuperuna<br>Salaatti                | Talon päivä<br>Salaatti                                                     |
|             | 33,39,45,51,4,10,16,22,28                                                     | 34,40,46,52,5,11,17,23,29                                                                                        | 35,41,47,53,6,12,18,24,30                                               | 36,42,48,1,7,13,19,25,31                                                           | 37,43,49,2,8,14,20,26,32                                                 | 38,44,50,3,9,15,21,27                                                       |

Lounaalla aina tarjolla lisäksi leipä, levite ja ruokajuoma.

Ruokalistamuutokset ovat mahdollisia, johtuen mm. juhlapyhistä, teemaviikoista tai raaka-aineiden saatavuudesta.