

## Heinäveden koulut lukukausi 2023 - 2024

vikko 2023	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	viikko 2024
33	Broileri-kasviskastike M, K,G	Porkkananappi M,K,G,VE	Lohikeitto L,K,G	Nakkikastike,M,K,G Peruna tai	Liha-makaronipata L,K	1
38	Täysjyväriisi	Perunakasvispaistos L,K,G	Juusto L	Uunimakkara M,K,G perunasose	Porkkanaraaste	6
43	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaatti B	Juusto-yrttikastike	Kurkkuviipale	Kiinankaali-kesäkurpitsa-ananas-		11
48	Sipulirouhe (sisältää G)	Juusto-kasvissalaatti L, G	Sekamarjakiisseli	salaatti		16
			Ruisleipä			21
						26
34	Jauhelihakastike M,K, G	Pinaattikeitto L, K	Broileripihvi tai pyörykkä M,K,G	Lihakeitto M, K,G	Tonnikalapastavuoka L,K	2
39	Perunat	Kanamuna	Peruna ja Currykastike M,K,G,VE	Tomaattiviipale	Kiinankaali-jäävuori-kurkku-	7
44	Kaali-salaattisekoitus-persikkasalaatti	Kurkkuviipale	Porkkanaraaste	Juusto	maissisalaatti B	12
49		Ruusunmarja-omenakiisseli		Mandariini		17
		Ruisleipä		Sekavuokaleipä		22
						27
35	Sitruuna-kookos-kanakastike M, K,G	Pinaatti-raejuustonappi L,K,G	Broilerilasagnette L, K	Lohimurekepihvi L, G	Perunavelli L,K,G	3
40	Täysjyväriisi	Peruna, Juustokastike, L, K, G	Porkkana-ananassalaatti	Kukkakaaliwings M,K,G,VE	Broileri-vihersalaatti M, K, G	8
45	Värikäs kiinankaalisalaatti	Jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti B		Peruna	Hedelmä banaani/omena	13
50	Mustaherukkahillo	Sipulirouhe (sisältää G)		Mangorajakastike L, G	ruisvuoka	18
				Tomaatti-purjosalaatti		23
						28
36	Italianpata M, K	Kalakepukka M,K,G	Juustoinen kana-kasviskeitto L,K, G	Tortilla broileri-riisitäytteellä M,K, VE	Pinaattiohukaiset L	4
41	Juustoraaste	Peruna	Salaatinlehti, Jugurtti L,K, G	tuorekurkku, chilisäilyke, punasipuli	Perunasose (L,K,G)	9
46	Kiinankaali-coleslaw salaatti	Jugurtti-tillikastike L, G	Mustikka-vadelmatwist M, K, G	punasipuli, maustekastike	kasvis	14
51		Punajuuri-omena-ruohosipulisalaatti	Sämpylä	kermaviilikastike L	Kinkku-pastasalaatti M, K	19
					Puolukkahilloke	24
						29
37	Jauhelihapihvi M, G	Ohrapuuro L, K	Broileri-risotto L,G,K	Kalapuikot M	Kasviskebab+riisi	5
42	Peruna M, G	Mehukeitto	Kiinankaali-kurkku-kurpitsasalaatti	Perunasose L,K,G	Kiinankaali-jäävuori-porkkana-	10
47	Ruskea kastike M,K,G, VE	Maksamakkara/leikkele		Tartarkastike L, K, G	kurkkusalaatti B	15
52	Kaali-kurkkuinen salaatti	leipä		Porkkanaraaste	Ruisleipä	20
						25
						30