





































SIPOON KUNTA RUOKAPALVELUT		RUOKALISTA KEVÄT 2017 ALA - ASTE JA PÄIVÄKODIT				
Viikot	20	21	22	23	24	25
Ma	Makkarakeittoa, leipää, hedelmäpala 	Lohikeittoa, leipää, kurkkua 	Nakkikastiketta, perunaa, jäävuorisalaattia, maissia, maustekurkkua 	Kalakeittoa, leipää, kurkkua 	Janssonin kiusausta, salaattisekoitus punajuurta, maissia 	Jauhelihapastos, tomaattia, jäävuorisalaattia, punajuurta  
Kasvis	Keittoa kasvisnakeilla		Kasvisnakkikastiketta			Herkkupaistos
Ti	Mantelikala, perunaa, jäävuorisalaattia, maissia, punajuurta 	Lihapyörykät, perunat, kastiketta, Salaattisekoitusta, papumix, punajuurta  	Broileripyörykät, currykastike, perunaa, salaattisekoitusta, herneitä, mustaherukkahilloa 	Possukastiketta, perunaa, jäävuorisalaattia, tomaattia, 	Jauhelihakeittoa, ruisleipää, hedelmäpala  	Porkkananapit, juustokastiketta, perunaa, vihersalaattia, herneitä, maissia 
Kasvis		Punajuuripihvit	Kasvispyörykät	Bataatti-kookoscurry	Tomaattinen hirssikeitto	
Ke	Merimiesvuokaa jauhelihasta, porkkanaraastetta, herneitä, maustekurkkua 	Lasagnette talon tapaan, tomaattia, minikurpitsakuutioita, salaattisekoitusta 	Kinkkukiusausta, salaatti sekoitusta, juuressalsa, kurkkua 	Spagettipaistosta talon tapaan vihersalaattia, melonia 	Broileripihvit, kermaviilikastiketta, perunaa, vihersalaattia, kurkkua, tomaattia 	Broilerijauhelihakeittoa, leipää, kurkkua  
Kasvis	Ohra-juureslaatikkoa		Papu-juureskiusaus		Talon tapaan	
To	Bolognesekastiketta talon tapaan spagettia, rapeasalaattia, Tomaattia, purjorengas  	Keltainen broilerikastike, riisiä, paprika, vihersalaattia, mustaherukkahilloa 	Kalaa talon tapaan, perunaa, kermaviilikastiketta, porkkanaraastetta, ananas, punajuurta	Broilercous-cous, kaali-musta -herukkasalaattia, paprika 	Jauheliha-makaronilaatikkoa porkkanaraaste, puolukkahilloa 	Kalkkunalihapihvit, uudet perunat, kermaviilikastiketta, melonia, salaattia, kurkkua, Jäätelöä
Kasvis		Intialainen linssi/papupata		Kasviscous-cous	Aurinkoista makaronilaatikkoa	Talon tapaan
Pe	Tortillat, broilertäyte, tomaatti salsaa, salaattisekoitusta, kurkkua, pun. sipulia kermaviiliä PK:TB roilerikastiketta, perunaa salaattia, kurkkua, punasipulia 	Riisipuuroa, mansikkakeittoa, leipää, leikkelettä, tuorepala  PK:T Jauhelihakastiketta, perunaa, salaattia, tomaattia, kurkkua 	Hampurilaiset, tomaattia, salaattia, kurkkusalaattia, hampurilaiskastiketta, Jäätelöä PK:T Broilerikeittoa, leipää, hedelmäpala 	Kalakuviot, peruna, kermaviilikastiketta, porkkanaraastetta, vihreää salaattia 	Nakkikeittoa, leipää, kurkkua 	JUHANNUS 
Kasvis	Tortillat, texmex kasvistäyte		Hampurilainen kasvispihvillä		Keittoa kasvisnakeilla	
Lounaalla tarjotaan joka päivä myös maitoa ja piimää , näkkileipää sekä Flora/Keiju leipärasvaa						Muutokset mahdollisia
 Lihaton vaihtoehto/kasvisruokapäivä		 Pääraaka-aineet kotimaista/lähiuokaa		PK = Päiväkotiruokailu		

