

VIIKKO 1**Maanantai 24.8.2020**

Lounas Nakkikastike (G*, L), Peruna, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä

Kasvisruoka Soijanakkikastike (G*, L), Peruna, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä

Tiistai 25.8.2020Lounas Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala,
Salaattipöytä

Kasvisruoka Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Juusto, Ruispala, Salaattipöytä

Keskiviikko 26.8.2020

Lounas Jauheliha - makaronilaatikko (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä

Torstai 27.8.2020

Lounas Kalastajan pyörökät (G, K, M), Peruna, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvisjauhispyörökä (G, L,M,K), Peruna, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä

Perjantai 28.9.2020

Lounas Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä

VIIKKO 2**Maanantai 31.8.2020**

Lounas Chili con carne (G), Tumma riisi , Salaattipöytä

Kasvisruoka Soijarouhe carne (G), Tumma riisi, Salaattipöytä

Tiistai 1.9.2020

Lounas Hernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo

Kasvisruoka Kasvishernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo

Keskiviikko 2.9.2020

Lounas Juustoinen perunavuoka (G, L), Salaattipöytä

Torstai 3.9.2020

Lounas Lihakeitto (G,L), Sämpylä, Salaattipöytä

Kasvisruoka Mifu-keitto (G,L), Sämpylä, Salaattipöytä

Perjantai 4.9.2020

Lounas Sitruunainen kalaleike (M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä

Kasvisruoka Bataatti-juurespihvi (G,L,M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä

VIIKKO 3**Maanantai 7.9.2020**

Lounas Possukastike (G*, L), Tumma riisi, Babyporkkana, Salaattipöytä

Kasvisruoka Juureskastike (G*, L), Tumma riisi, Babyporkkana, Salaattipöytä

Tiistai 8.9.2020

Lounas Pinaattikeitto (G*, L), Kananmuna, Salaattipöytä, Karjalanpiirakka (L)

Keskiviikko 9.9.2020

Lounas Broileri-cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo

Kasvisruoka Tofu- cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo

Torstai 10.9.2020

Lounas Lihapullakastike (G*, L), Peruna (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvispyörykkä (L), Kastike (G*, L), Peruna (L), Salaattipöytä

Perjantai 11.9.2020

Lounas Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasviskiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä

VIIKKO 4**Maanantai 14.9.2020**

Lounas Jauhelihakastike (G*, L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Salaattipöytä

Kasvisruoka Soijarouhekastike (G*, L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Salaattipöytä

Tiistai 15.9.2020

Lounas Lohikeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä

Kasvisruoka Juusto-paprika-papukeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä

Keskiviikko 16.9.2020

Lounas Lasagnette (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä

Torstai 17.9.2020

Lounas Vegekepakko (L,M,K), Kermaperunat (G, L), Remoulade (G, L,M), Salaattipöytä

Perjantai 18.9.2020

Lounas Uunimakkara (L,G), Perunasose (G, L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvisgrilleri (G, L), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä

VIIKKO 5

Maanantai 21.9.2020

Lounas	Lihakastike (G*, L), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä

Tiistai 22.9.2020

Lounas	Seikeitto (G, L), Salaattipöytä, Kauraleipä
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G, M), Salaattipöytä, Kauraleipä

Keskiviikko 23.9.2020**USEAN KOULUN TOIVERUOKAPÄIVÄ**

Lounas	Tortilla (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-tortilla (L), Salaattipöytä

Torstai 24.9.2020

Lounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
--------	--

Perjantai 25.9.2020

Lounas	Juustoinen jauhelihaatikko (G,L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juustoinen soija-perunalaatikko (G, L), Salaattipöytä

Maanantai	28.9.2020	VIIKKO 6
Lounas	Tahitilainen broilerikastike (L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, L,M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
<hr/>		
Tiistai	29.9.2020	
Lounas	Savuporokeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä	
<hr/>		
Keskiviikko	30.9.2020	
Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Nyhtökaura carponara (L), Salaattipöytä	
<hr/>		
Torstai	1.10.2020	
Lounas	Jauhemaksapihvi (G, L, M), Ruskeakastike (G*, L), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L,M,K), Kastike (G), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä	
<hr/>		
Perjantai	2.10.2020	
Lounas	Kalapihvi (G, L,K, M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Hernepihvi (G, L, M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä	