



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Siilinjärven kunnan peruskoulujen ja lukion ruokalista 13.11. – 8.12.2017

Viikko 46 13.11. – 8.12.2017

Maanantai	Jauhelihakastike, perunat/spagetti, salaatti
Tiistai	Kasvis-pastapaistos, vihannessalaatti
Keskiviikko	Jauhemaksapihvit, perunasose, salaatti, puolukkaa
Torstai	Kalamureke, peruna, raaste, kastike
Perjantai	Broilerikeitto, tuoretta, Hedelmä

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Viikko 47 **20.11. – 24.11.2017**

Maanantai	Makkarakastike, perunat, salaatti talon tapaan
Tiistai	Järvikalapihvit/kalapyörykät, perunat, kastike, salaatti
Keskiviikko	Broileripaistos, salaatti
Torstai	Jauhelihakeitto, tuoretta, Marjasalaatti
Perjantai	Kasvisruoka, orahameli, salaatti

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.
Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Viikko 48 **27.11. – 1.12.2017**

Maanantai Porsassuikalekastike, perunat, raastesalaatti

Tiistai Kasvislasagne, itämainen salaatti

Keskiviikko Uunilohi, perunat, raaste

Torstai ITSENÄISYYSPÄIVÄN JUHLA-ATERIA, Suomi 100 vuotta
Riistakäristys, perunasose, porkkanalaatikko,
punakaalivuoka, puolukkaa, salaatti
Jälkiruuaksi rättänä ja vaniljakastiketta

Perjantai Iloinen nakkikeitto, juustolevite, Hedelmä

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Viikko 49 **4.12. – 8.12.2017**

Maanantai Broilerikastike, riisi/perunat, salaatti, mustaherukat

Tiistai Ohrarouhepuuro, marjakeitto, leikkele, juurespalat

Keskiviikko *Hyvää itsenäisyyspäivää!*

Torstai Makaronilaatikko, tuoresalaatti, lämmin kasvis

Perjantai Kalakeitto, kurkku, leikkele

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.
Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.