

JYVÄSKYLÄN KAUPUNGIN PÄIVÄKOTIEN, PERUSKOULUJEN JA LUKIOIDEN LOUNASRUOKALISTA AJALLE 4.1. – 19.2.2010

Viikko 1 4.-8.1.

Ma	Nakkikastike, perunat, porkkanaraaste
Ti	Pasta-broilerivuoka, rapea salaatti, tomaatti, marinoitu sipuli
Ke	Loppiainen
To	Kinkkukiusaus, kaali-puolukkasalaatti
Pe	Kalaseljanka, ruislimppu, tuoremarjakiisseli

Viikko 2 11.-15.1.

Ma	Lihapyörykkäkastike, perunat, kaali-kurpitsasalaatti
Ti	Kasvissosekeitto, leipäpöytä: ruisrouhevuoka, ruispahtoleipä, näkkileipä, Edam-juusto, kurkku
Ke	Aurinkoinen kalavuoka, perunasose, porkkanaraaste, punajuuri
To	Hernekeitto, ohukaiset, tuoremarjasose
Pe	Merimiespihvi, rapea salaatti, maissi, kurkku

Viikko 3 18.-22.1.

Ma	Mustamakkara/kasvispihvi, perunasose, kesäkurpitsa-paprika-ananassalaatti, puolukkahillo
Ti	Rakuunan lihapata, perunat, kiinankaali-meloni-kurkkusalaatti
Ke	Ohrrouhepuuro, vadelmakeitto, riistakeitto, ruislimppu
To	Kirjolohikiusaus/kasviskuisaus, marinoitu kaalisalaatti, punajuuri
Pe	Kalkkunajauhelihakeitto, ruisvuokaleipä, klementiini

Viikko 4 25.-29.1.

Ma	Kalapihvit, perunasose, yrttikastike, punajuuri-kaalisalaatti
Ti	Skeittaajan lihavuoka, rapea kurkkusalaatti
Ke	Makkarakastike, perunat, kaali-porkkanaraaste
To	Broilerikeitto, ruisvuokaleipä, omena
Pe	Jauhelihakastike, spagetti, kiinankaali-tomaatti-oliivisalaatti

Viikko 5 1.-5.2. VILKASVIIKKO

Ma	Ohrahelmi-broilerivuoka, punainen kaalisalaatti
Ti	Hunajainen lihakastike, perunat, uunihaudutettu punajuuri, vihreä salaatti
Ke	Pinaattikeitto, ruispala, kananmuna, ruusunmarja-mansikkakiisseli
To	Lohipyörykkä, kurkkukastike, perunasose, porkkanaraaste, ruislimppu
Pe	Itämainen kalkkunakastike, kuituserpentiinipasta, kiinankaali-kurkku-tomaattisalaatti, mustaherukkahillo

Viikko 6 8.-12.2.

Ma	Jauhemaksapihvi, perunasose, puutarhurin salaatti, puolukkahillo
Ti	Juustoinen juuressosekeitto, ruisvuokaleipä, omenakiisseli
Ke	Makaronilihalaatikko, kaali-persikkasalaatti
To	Broilerikastike, riisi, kiinankaali-herne-mandariinisalaatti, mustaherukkahillo
Pe	Kipparin kalakeitto, ruislimppu, paprika

Viikko 7 15.-19.2.

Ma	Perunasose-jauhelihalaatikko, kaali-kurkku-kurpitsasalaatti
Ti	Palapaisti, perunat, juureskimara
Ke	Viljainen voimapuuro, mehukeitto, kaalikeitto, ruislimppu, porkkana
To	Mantelikala, perunasose, punajuuri-omena-purjosalaatti
Pe	Keltainen kalkkunakeitto, ruispala, banaani