



Rautjärven kunnan ja peruskoulujen ja lukion ruokalista syksy 2024

	32= 8.8–9.8 37= 9.-13.9 42= 14.-18.10 47= 18.-22.11	33= 12.-16.8 38= 16.-20.9 43= 21.-25.10 48= 25.-29.11	34= 19.-23.8 39= 23.-27.9 44= 28.10–1.11 49= 2.-6.12	35= 26.8–30.9 40= 30.9–4.10 45= 4.-8.11 50=9.-13.12	36= 2.-6.9 41= 7.-11.10 46= 11.-15.11 51= 15.-20.12
Ma	Uunimakkaraa perunasosetta salaattia sinappia ja ketsuppia	Makkarakastiketta perunaa salaattia	Kalastajanpyöryköitä tillikastiketta, perunaa salaattia	Jauhelihakastiketta pastaa salaattia	Nakkikeittoa leipää vihannes
Ti	Lohikeittoa leipää vihannes	Kalamurekepihvejä kylmäkastike perunaa salaattia	Jauhelihakeittoa ruissämpylä juurespala	Kahden kalankeittoa leipää vihannes	Mantelikalaa perunasosetta salaattia
Ke	Kasvislasagnetta salaattia	Makaroni- jauhelihalaatikkoa ketsuppia salaattia	Pinaattiohukainen tuoremarjasurvos ketsuppi lohkoperuna, makaronisalaattia	Kinkkukiusausta salaattia	Kaalilaatikkoa puolukkaa, porkkanaraastetta raejuustoa
To	Broileri-nuudeliteittoa kaura-porkkanaleipää vihannes	Ohrapuuroa marjakeittoa graham-lihapiirakka vihannes	Hernekeittoa leipää, juustoa, tomaattia	Quorn- kasvisvuokaa salaattia	Riisipuuroa marjakeittoa leipää, leikkele, vihannes
Pe	Lihapyöryköitä perunaa, kastiketta salaattia	Riistakiusausta salaattia	Cappelin broileripastavuokaa salaattia	Broilerikastiketta, täysjyvä riisiä mustaherukkahilloa salaattia	Jauheliha-pastavuokaa salaattia

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää, kasvisrasvaveitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.