



Kasvisruokalista kouluille ja päiväkodeille

PÄIVÄT	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
VIKKO 1	29.12. Soijarouhe-kasviskeittoa Vihannesta, Juustoa Sydänviipaleet	30.12. Mifu-currykastiketta Täysjyväriisiä Salaattia	31.12. Kasvisnakkeja Perunasosetta Salaattia	1.1. UUDENVUODEN PÄIVÄ 	2.1. Kaikille tarjolla Kasvis-osekeittoa Riisipiirakka, Juustoa, Hedelmä
VIKKO 2	5.1. Tofu-kookoskeittoa Vihannesta Ruisruutu	6.1. LOPPIAINEN 	7.1. Tomaattista soijarouhe- kastiketta Spagettia, Salaattia	8.1. Soijapalakeittoa Hedelmä Neljänviljan viipaleet	9.1. Kaikille tarjolla TäysjyväLUOMUpuuroa Tuoremarjasosetta Juustoa, Vihannesta
VIKKO 3	12.1. Quorn-kasviskeittoa Vihannesta Ruisleipää	13.1. Kasvispapurkroketteja Perunasosetta Salaattia	14.1. Härkis-stroganoffia Perunoita Salaattia	15.1. Tofukeittoa Vihannesta Kauratassu	16.1. Kasvislasagnettea Lämpimiä kasviksia Punajuuri-viipaleita
VIKKO 4	19.1. Kasvis-italianpataa Salaattia	20.1. Kaikille tarjolla Pinaattikeittoa Kananmuna, Riisipiirakka, Hedelmä	21.1. Kasviskepukoita Perunasosetta Salaattia	22.1. Kasvis-hernekeittoa Vihannesta, Juusto Perunarieskaa	23.1. Kikherne-currykastiketta Kaurasuurimoita, Salaattia, Mustaherukkahilloa
VIKKO 5	26.1. Soijarouhe-kasviskeittoa Vihannesta, Sulatejuusto- nappi, Ruissämpylä	27.1. Tomaattista linssikasti- ketta, Täysjyväpastaa Salaattia	28.1. Kasvisnakkeja Perunasosetta Salaattia, Kurkkusalaattia	29.1. Kaikille tarjolla Ohrasuurimopuuroa Mansikkakiisseliä Juustoa, Vihannesta	30.1. Kaikille tarjolla Kasviskiusausta Salaattia

Muutokset mahdollisia. Allergeeneista saa lisätietoa keittiöhenkilökunnalta. Sydänmerkki aterioita tarjolla n. 1xviikko.