



## EMMEHÄN ENÄÄ RUOKI ROSKISTA!

### Lapuan kaupungin ruokapalvelut - ruokalista 2019 – 2020

Viikko	1.	2.	3.	4.	5.
Maanantai	Kalakeitto, reissumies, leikkele, omenalohko	Jauhelihakastike, peruna/pasta, pirteä punakaalisalaatti	Broilerikastike, riisi/perunat, kaali-persikkasalaatti	Kanapasta, punajuuri-omenasalaatti, vihreä salaatti	Lihapyörykät, perunat, kastike, kaali-kurkkuminikuutio salaatti
Tiistai	Makaronilaatikko / lasagnette, jääsalaatti-porkkanaraaste	Kalamureke/-pihvi, perunat, kastike, punajuuri, jääsalaatti-kurkku-tomaatti	Uunikala, perunasose, kiinankaali-kurkkupaprika-juustosalaatti	Kalaleike, perunasose, kiinankaali-hedelmäsalaatti	Tonnikalakasvis-vuoka, porkkanaraaste, kurkkuviipale
Keskiviikko	Talon päivä, jäävuori-kurkku-tomaattimajoneesi-tortillalastu-salaatti	Ohra-riisipuuro + mehukeitto, porkkanapölkky, tuore leipä tai pizzapala)	Kasviskeitto (kesä-/pinaatti- tai kasvissosekeitto), kanamuna, ruispala, maksamakkara/leikkele	Makkarakastike, perunat, porkkana-raejuustosalaatti	Uunimakkara, perunasose, jäävuori-maissi-tomaattisalaatti
Torstai	Broilerinugetti/-pyörykkä, perunasose, kaalisalaatti (katrin salaatti)	Pinaattiohukaiset, perunasose, puolukka, pastasalaatti	Jauhelihapihvi/-mureke, perunat/perunasose, kastike, jäävuori-melonimix -salaatti	Hernekeitto, sämpylä/rieska juusto, juurespala	Mannapuuro + marjakiisseli, tuore leipä tai hot dog),
Perjantai	Lihakastike, perunat, kiinankaalisalaatti tai lihakeitto, tuore leipä, herkkukurkku	Makkara- /nakkikeitto, tuore leipä -valikoima, juusto, kurkkuviipale	Talon päivä (toive), porkkanaraaste	Kebab-/ kinkkukiusaus, jäävuori-meloni-rypälesalaatti, pikkuporkkanat	Broilerikeitto, sämpylä, herkkukurkku
Viikot	32,37,42,47,52,5,10,15,20,25	33,38,43,48,1,6,11,16,21,26	34,39,44,49,2,7,12,17,22,27	35,40,45,50,3,8,13,18,23,28	36,41,46,51,4,9,14,19,24,29

Lounaalla tarjolla lisäksi leipä, levite, ruokajuoma. Muutokset mahdollisia, johtuen mm. juhlapyhistä, teemaviikoista tai raaka-aineiden saatavuudesta.

Ruokalistasuunnittelussa on huomioitu ravitsemussuositukset, hankintalaki, päätöksenteko, muut vaikuttimet, kuten resurssit

