

Lapuan kaupungin ruokapalvelut - ruokalista 2021 – 2022 koulut

Viikko	1.	2.	3.	4.	5.
Maanantai	Kalakasviskeitto, ruisleipä, leikkele, hedelmä	Jauhelihakastike, peruna/pasta, jääsalaatti, porkkanaraaste	Broilerikastike, riisi/perunat, kaali-tomaatti-persikkasalaatti	Kanapasta, vihreä salaatti (jäävuori-tomaatti-kurkku)	Jauhelihakeitto, tuore leipä, juusto, jääsalaatti
Tiistai	Broilerinugetti/-pyörykkä, perunasose, kaalisalaatti (katrin salaatti)	Ohra-riisipuuro + mehukeitto, porkkanapölkky, tuore leipä tai pizzapala)	Kasviskeitto (kesä-/pinaatti- tai kasvissekeitto), kananmuna, ruispala, maksamakkara/leikkele	Makkarakastike, perunat, porkkana-raejuustosalaatti	Uunimakkara, perunasose, jäävuori-maissi-tomaattisalaatti
Keskiviikko	Lihakastike, perunat, kiinankaalisalaatti tai lihakeitto, tuore leipä, herkkukurkku	Kalamureke/-pihvi, perunat, kastike, punajuuri, jääsalaatti-kurkku-tomaatti	Uunikala, perunasose, kiinankaali-kurkku-paprika-juustosalaatti	Kalaleike, perunasose, kiinankaalisalaatti punajuuri-omenasalaatti	Lihapyörykät, perunat, kastike, punajuurisuikele, kurkkusuikele
Torstai	Makaronilaatikko / lasagnette, punakaalisalaatti	Pinaattiohukaiset/ Lindströminpihvit perunasose, puolukka, pastasalaatti/vihersalaatti	Jauhelihapihvi/-mureke, perunat/perunasose, kastike, hedelmäinen salaatti (jäävuori-meloni-	Hernekeitto, sämpylä/rieska/ juusto, kasvispala/ hedelmä	Tonnikalavuoka, lämmin kasvis, porkkanasalaatti (esim. porkkana, hunajameloni, kurkku)

Ruokalistasuunnittelussa on huomioitu ravitsemussuosituksset, hankintalaki, päätöksenteko, muut vaikuttimet, kuten resurssit
Lihan alkuperämaa: Suomi

			ananas-päärynä)		
Perjantai	Talon päivä, (toive) jäävuori-kurkku- tomaatti-majoneesi- tortillalastu –salaatti	Makkara- /nakkikeitto, tuore leipä -valikoima, juusto, kurkkuviipale	Talon päivä, salaatti	Kiusaus (kebab, palvisuikale, tms.), jäävuori-mandariini- rypälesalaatti, pikkuporkkanat	Broilerikeitto, sämpylä, herkkukurkku paprikansuikale
Viikot	34,39,44,49,2,7,12,17,22	35,40,45,50,3,8,13,18,23	31,36,41,46,51,4,9,14,19,24	32,37,42,47,52,5,10,15,20,25	33,38,43,48,1,6,11,16,21,26

Lounaalla tarjolla lisäksi leipä, levite, ruokajuoma.

Ruokalistamuutokset ovat mahdollisia, johtuen mm. juhlapyhistä, teemaviikoista tai raaka-aineiden saatavuudesta.