

OULUN SALON KUNTA RUOKALISTA 2009-2010

1.

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
33, 44, 4, 15	Makkarakastike Perunat Porkkanaraaste Kurkkuviipale Tumma vuokaviipale	Tonnikalapastapaistos Marinoitukaalipaprika raaste	Broilerikastike Riisi/ Perunat Ananas- persikka vihersalaatti Mustaherukkahillo Tumma/ vaalea vuokaleipä	Sitruunanmakuinen kalaleike Perunasose Kaali- kurpitsasalaatti	Jauhelihasviskeitto Tomaattia/ Kurkkua Ruispalat/ Kaurapalat Hedelmä
34, 45, 5, 16	Lempeä kanakeitto Ananas- melonia vihersalaatti Tumma lounassämpylä	Kebapkiusaus Kaali- punajuurisalaatti Lämmin kasvislisäke	Linströminpihvit Perunasose Juuresraitasalaatti	Pytipannu Tomaatti-kurkku- jäävuorisalaatti	Kalakeitto (sei) Juusto Herkkukurkku Perunarieska Marjakiisseli
35, 46, 6, 17	Mangobroileripata Täysjyväriisi/ perunat/ ohraryyni Valkokaali- mustaherukkahillosalaatti Tumma vuokaleipä	Jauhelihasagnette Maissi – meloni- vihersalaatti	Nakkikeitto Kyssäkaalipala Raikulipoika Levite Marjapiristys	Keltainen uunikala Perunasose Punajuuri- purjo- omenasalaatti	Lihakeitto/ Puuro ja Marjakeitto Tomaatti/ Kurkku Lihaleikkele Pehmyt leipä
36, 47, 7, 18	Jauhelihapihvi Kastike Perunat Porkkanaraaste	Broileripastavuoka Kesäkurpitsa- jää- punasalaatti Mustaherukkahillo Vaalea vuokaleipä	Lihakastike talon tapaan Perunoita/ ruisriisiä Oliivi- hillosipuli- vesimeloni- vihersalaatti	Paprikaista makkaravuokaa Perunasose Kaali- ananassalaatti	Lohikeitto Tuorepala Leikkele Rieska
37, 48, 8, 19	Jauhelihakastike Perunat Puna-valkokaali- mandariiniraitasalaatti Tumma vuokaleipä	Kalamurekepihvi Perunasose Kermaviilikastike Pastasalaatti	Toiveruoka talon tapaan Toivesalaatti Toiveleipä	Tumma kierremakaronipaistos Porkkanaraaste Lämmin kasvislisäke Ketsuppi	Hernekeitto Juusto Hiivavuokaleipä Hedelmä

Ateriaan sisältyy: Näkkileipä, laktoositon ravintorasva

Ruokajuomana: rasvaton maito, laktoositon maito, vähälaktoosinen piimä ja vesi

Muutokset mahdollisia

OULUNSALON KUNTA RUOKALISTA 2009-2010

2.

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
38, 49, 9, 20	Nakkikastike Perunat Porkkanaraaste Kurkkuviipale Tumma vuokaleipä	Kirjolahikiusaus Marinoitu kaali-paprika - raaste	Broilerivihanneshöystö Persikka- ananas- vihersalaatti Mustaherukkahilloa	Uunikala kastikkeessa Perunasose/ perunat Kaali- kurpitsasalaatti	Jauhelihakeitto Tomaattia/ Kurkkua Ruispalat/ Kaurapalat
39, 50, 11, 21	Engelsmannin kanakeitto Tuorekurkkupala Levite Tumma lounassämpylä	Kinkkukiusaus Punajuuri- kaaliraaste Lämmin kasvislisäke	Jauhemaksapihvit Perunasose Juuresraitasalaatti Puolukka	Kaalipata/ Kaalilaatikko/ Italianpata Tomaatti- kurkku- jäätuvorisalaatti	Yrttistä kalakeittoa Herkkukurkku Juusto Perunarieska Marjakiisseli
40, 51, 12, 22	Possukastike talon tapaan Perunoita Tomaatti- kurkku- kaalisalaatti Tumma vuokaleipä	Jauhelihaperunasoselaatik- ko Maissi- meloni- vihersalaatti	Makkarakeitto Tuorepala Levite Ruispala Marjapiristys	Kuorrutettua kala Perunasose Punajuuri- purjo- omenasalaatti	Lihakeitto/ Puuro ja Marjakeitto Tuorekurkku/ Tomaatti Lihaleikkele Pehmyt leipä
41, 2, 13	Lihapyörykät kastikkeessa Perunat Porkkanaraaste	Keltaistakanarisottoa Kesäkurpitsa- jää- punasalaatti Mustaherukkahilloa Tumma vuokaleipä	Lihakastiketta talon tapaan Perunat / ruisriisi Meloni- oliivi- hillosipuli- vihersalaatti lämmin kasvislisäke	Uunimakkara Perunasose Kaali-ananassalaatti	Kalastajan kalakeittoa Tuorepala Leikkele Annosrieska
42, 3, 14	Jauhelihakastike a'la Italia Pastaa Puna-valkokaali- mandariiniraitasalaatti Tumma vuokaleipä	Kasvisruokapäivä Pastasalaatti	Toiveruokapäivä Toivesalaatti Toiveleipä	Lihamakaronilaatikko Porkkanaraaste Lämmin kasvislisäke Ketsuppi	Hernekeitto Juusto Hiivaleipä Hedelmä

Ateriaan sisältyy: Näkkileipä, laktoositon ravintorasva

Ruokajuomana: rasvaton maito, laktoositon maito, vähälaktoosinen piimä ja vesi

Muutokset mahdollisia