

KIRKKONUMMEN PERUSKOULUJEN JA LUKIOIDEN KASVISRUOKALISTA 2011 - 2012

VIIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
33, 43, 3, 14,	TÄYSJYVÄ- KASVIMAKARONILAATIKKO Tomaattikastike Tuoresalaatti	TALON EMÄNNÄN KASVISLOUNAS	SUURIMOPUURO Mehukeitto Lounassalaatti	FETA-KASVISKASTIKE/ VALKOPAPUMUHENNOS Peruna/Riisi Tuoresalaatti	LUOSTARIKEITTO Ruisleipä Juustolevite Tuorepala
34, 44, 4, 15,	PINAATTINEN KASVIS- PASTAVUOKA Tuoresalaatti	WRAPPI Paputäyte Tomaatti-sipuli-vihersalaatti	PAISTETTUA KASVISTA Perunasose Tuoresalaatti	METSÄSIENI- PORKKANAKEITTO/ INTIALAINEN KASVISKEITTO Sämpylä Tuorepala	SOIJA- PERUNALASAGNE/ KAALI- TATTARIVUOKA Puolukkasurvos Kasvishedelmävati
35, 45, 5, 16,	KASVIS- LINSSIKASTIKE/ RATATOUILLE Peruna Tuoresalaatti	PAPU- JUURESKEITTO/ VÄLIMERELLINEN KASVISKEITTO Sämpylä Yrttilevite Tuorepala	GRATINOITU KASVIS Peruna/ Perunasose Tartar-kastike Kasvishedelmävati	PUUTARHURIN PASTAKASTIKE/TULINEN TOMAATTI- KORIANTERIKASTIKE Pasta Juustoraaste Tuoresalaatti	CURRY- KUKKAKAALIKEITTO Kokojyvässämpylä Levite Tuorepala
36, 46, 6, 17,	KASVISJUUSTOKIUSAUS Tuoresalaatti	KASVISCURRY Curryriisi Mustaherukkasose Tuoresalaatti	PORKKANA HIRSSIMUREKE Peruna Talon kastike/ Kananmunakastike Tuoresalaatti	KASVISHERNEKEITTO Ohukkaat Tuoremarjasose	KASVISPANNUI/ PASTA- VIHANNESGRATIINI Tomaattikastike Tuoresalaatti
37, 47, 7, 18,	KASVISPYÖRYKÄT Talon kastike Peruna /Perunasose Tuoresalaatti	TALON KASVISLOUNAS Tuoreannos	OHRA- SAVOJINKAALIKEITTO Kokojyvässämpylä Juustolevite Tuorepala	KIKHERNESTROGANOV/ KASVIKSIA MANGOKASTIKKEESSA Ruisriisi/ Ohralisäke Tuoresalaatti	KASVIS- PERUNACURRY Juureshedelmävati
LISÄKSI TARJOTAAN 2 DL RASVATONTA MAITOA/PIIMÄÄ, NÄKKILEIPÄÄ JA RAVINTORASVAA					

KIRKKONUMMEN PERUSKOULUJEN JA LUKIOIDEN KASVISRUOKALISTA 2011 - 2012

VIIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
38, 48, 9, 19,	KASVISMAKARONI- LAATIKKO Tomaattikastike Tuoresalaatti	TALON KASVISPATA/ SIENIMUHENNOS Peruna/ Perunasose Tuoresalaatti	SUURIMOPUURO Mehukeitto Leikkele	JUURESUREKE Peruna Tartar-kastike/ Pinaattimuhennos Tuoresalaatti	LUOSTARIKEITTO Ruisleipä Juustolevite Tuorepala
39, 49, 10, 20,	PUNAJUURI- KASVISKUSAUS/ KASVISKUSAUS Tuoresalaatti	LASAGNE POMODO ROSSO Tuoresalaatti	VIHERPAPUPATAKASTIKE Peruna Tuoresalaatti	TALON KASVISGULASSIKEITTO Smetana Sämpylä Levite Tuorepala	SOIJA- KASVISWOKKI Kaurariisi Tuoresalaatti
40, 50, 11, 21,	CHILI SIN CARNE Peruna Tuoresalaatti	KELTAINEN KASVISKEITTO/ SADONKORJAAJAN MINESTRNEKEITTO Sämpylä Tuorepala	TÄYTETTY KASVIS Peruna Tartar-kastike Kasvishedelmäväti	PINAATTIOHUKKAAT Lounassalaatti Puolukkasurvos	THAIMAALAINEN KASVISKEITTO/ LINSSI- NUUDELIKEITTO Sämpylä Tuorepala
41, 51, 12, 22,	HERKKUSIENIKUSAUS/ TALON KASVISKUSAUS Tuoresalaatti	KIKHERNECURRY Yrttiriisi / Peruna Tuoresalaatti	PUNAJUURIMUREKE/ KUKKAKAALI- PALSTERNAKKAMUREKE Peruna Tillikastike Tuoresalaatti	KASVISHERNEKEITTO Sämpylä Tuorepala	PAPUSTROGANOV Peruna Tuoresalaatti
42, 2, 13,	KASVISPIHVIT/PORKKANA- SOIJAROUHEMUREKE Perunasose/ Peruna/ Juuresperunasose Tuoresalaatti	KASVIKSA SITR.KASTIKKEESSA/ KASVIKSA TILLIKASTIKKEESSA Peruna/ Perunasose Tuoresalaatti	KASVISSOSEKEITTO/ KASVISBORSSIKEITTO + smetana Sämpylä Leikkele Tuorepala	KIDNEYPAPUPATA/ KARIBIAN VIHANNEKSIA Ohralisäke Tuoresalaatti	SOIJAROUHE- SPAGETTIVUOKA/ KASVISPASTAPAISTOS Tuoresalaatti

LISÄKSI TARJOTAAN 2 DL RASVATONTA MAITOA/PIIMÄÄ, NÄKKILEIPÄÄ JA RAVINTORASVAA