

RUOKALISTA 2026–2027

Ruoveden Kunta, peruskoulut ja lukio

viikon- päivät	VIIKOT 33, 40, 47, 1, 8, 15, 22	VIIKOT 34, 41, 48, 2, 9, 16, 23	VIIKOT 35, 42, 49, 3, 10, 17, 24	VIIKOT 36, 43, 50, 4, 11, 18, 25	VIIKOT 37, 44, 51, 5, 12, 19	VIIKOT 38, 45, 52, 6, 13, 20	VIIKOT 39, 46, 53, 7, 14, 21
MA	Kokolihakastike *perunat *tuoresalaatti *lämmin vihannes	Nakkikastike *perunat *tuoresalaatti	Nacho uunikala / sitruunainen uu- nikala *perunat *lämmin vihannes *tuoresalaatti	Lihapyörökät kas- tikkeessa *perunat *tuoresalaatti	Broileri- currykastike *ohra / perunat *tuoresalaatti	Kalapyörökät / särkikalapuikot *perunat *kermaviilikastike *tuoresalaatti	Jauhelihakastike *perunat *lämmin vihannes *tuoresalaatti
TI	Kalanugetit *perunasose *kermaviilidippi *tuoresalaatti	Jauhelihamakaro- nilaatikko *tuoresalaatti	Palvimestarin- kiusaus *tuoresalaatti	Mustamakkara *perunasose *pastasalaatti *puolukkahillo	Nyhtö lohikiusaus *lämmin vihannes *tuoresalaatti	Kanapata *kaurasuurimo /perunat *tuoresalaatti	Tonnikalapasta *tuoresalaatti
KE	Kasvislasagne *tuoresalaatti	Vaalea broilerkas- tike *riisi *lämmin vihannes *tuoresalaatti	Kasvispyörökät *perunasose *paholaisen dip- pikastike *tuoresalaatti	Kalaleike *kermaviilikastike *perunat *tuoresalaatti	Kasvisnugetit *perunasose *kermaviilikastike *tuoresalaatti	Uunimakkara *perunasose *tuoresalaatti	Pinaattiohukaiset *perunasose *pastasalaatti *raejuusto *puolukkahillo
TO	Lohikeitto *ruisleipä *tuorepala	Lohimurekepihvit *perunasose *kermaviilikastike *tuoresalaatti	Kalkkuna- bolognesekastike *spagetti *tuoresalaatti	Juustoinen broile- rikeitto *ruissämpylä *tuorepala	Jauhelihamakaro- nilaatikko *tuoresalaatti *ketsuppi	Hernekeitto *sämpylä *tuorepala	Hunajainen kalk- kunakastike *pasta *tuoresalaatti
PE	Broilerpastavuoka *tuoresalaatti	Kasvissosekeitto *raejuusto *rouhesämpylä *tuorepala	Suurimopuuro *marjakeitto *pehmeäleipä *kananmuna *tuorepala	Kasvispasta *tuoresalaatti	Kalakeitto *ruisleipä *tuorepala	Broilerkiusaus *tuoresalaatti	Hiutalepuuro *marjakeitto *pehmeä leipä *leikkele *tuorepala

