



Suomalais-venäläinen koulu

RUOKALISTA

VKOT 37 - 38

MA 9.9. BROILER-HEDELMÄKASTIKE (L,G), CHILI CON VEGE (M,G), RIISI,
KAALI-KESÄKURPITSA-PIKKELSI

TI 10.9. FALAFEL PYÖRYKÄT (M,V), TOFUA SMETANAKASTIKKEESSA (L,G), KAURAJYVÄT,
KIINANKAALI-KURKKU-PAPRIKA

KE 11.9. JAUHELIHAKIUSAUS (L,G), PARSA-HERKKUSIENIVUOKA (L),
PORKKANARAASTE

TO 12.9. MAKKARAKEITTO (M,G), PORKKANA-SOSEKEITTO (L,G)
LEIPÄ, TUOREPALA

PE 13.9. KALALEIKE (M), JUURESPIHVIT (M,G), PERUNASOSE (L,G), TILLIKASTIKE
AMERIKANSALAATTI-KURKKU-TOMAATTI

MA 16.9. GRUUSIALAINEN NAUTAPATA (L,G), SOIJA-PAPUPATA (G,M,V),
RIISI, KAALI-KESÄKURPITSA-PIKKELSI

TI 17.9. KALKKUNA-KASVISKEITTO (M,G), KIKHERNE-KASVISKEITTO (M,G,V)
LEIPÄ, TUOREPALA

KE 18.9. KALAMUREKEPIHVI (M), KASVISPYÖRYKÄT (M,G), MAJONEESI (M,G)
PERUNAT, AMERIKA-KURKKU-TOMAATTI

TO 19.9. KASVIS-PERUNAVUOKA (G,L), TOFU JA KASVIKSET HAPANIMELÄKASTIKKEESSA (G,V)
KIINANKAALI-PAPRIKA-ANANAS

PE 20.9. LIHAPYÖRYKÄT (M), HERNEPIHVIT (M), PASTA
PORKKANA-APPELSIINISALAATTI

(M) = MAIDOTON, (L) = LAKTOOSITON, (G) = GLUTEENITON, (V) = VEGAANINEN