

TAMMELA

Ruokalista • Koulut ja päiväkodit • Lukuvuosi 2025-2026

VIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
33, 39 45, 51 5, 11 17	Lihapyörykät L,M Metsäsienikääryle L,M,G Pippurikastike L,G Perunat Puolukkahillo Porkkanaraaste	Sitruunainen kalaleike L,M Vegepuikko L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L Vihreäsalaatti	Broileripastavuoka L Härkäpapupastavuoka L Salaattipöytä	Hernekeitto L,M,G Porkkanasosekeitto L,G Pehmeä leipä, juusto Tomaatti	Pyttipannu L,M,G Puutarhurin pyttipannu L,M,G Salaattipöytä
34, 40 46, 52 6, 12 18	Broileri Tikka Masala L,M,G Quorn Tikka Masala L,M,G Kaura Lämmin kasvis Salaattipöytä	Kreikkalainen vuoka L,G Punajuuripaistos L,G Salaattipöytä	Uunimakkara L,G Linssimureke L,M,G Perunasose L Tuoresalaatti Tomaattisalsa	Jauheliuhakeitto L,M,G Härkis-vihanneskeitto L,M,G Sämpylä Tuorejuusto Kurkku	Seilorin kala L,M Mexican kasvispihvi L,M Sitruuna-tillikastike L,G Peruna Porkkanaraaste
35,41 47, 1 7, 13 19	Jauheliuhakastike L,M,G Kasviskaurakastike L,G Pasta L,M Salaattipöytä	Lohikeitto L,G Kesäkeitto L,G Ruisleipä Hedelmä	Broileripyörykät L,M, G Kasvispyörykät L,M,G Currykastike L,G Perunat Hedelmäinen kasvisraaste	Kinkkukiusaus L,G Seitankiusaus L Porkkanaraaste Hapankorppu	Pinaattiohukaiset L Perunasose L Hillo Salaattipöytä
36,42 48, 2 8, 14 20	Jauheliuhaperunasose- laatikko L,G Jauhisperunasose- laatikko L,G Porkkanaraaste Punajuuri	Aurinkoinen broilerikeitto L,G Juustoinen kasviskeitto L,G Moniviljaleipä Hedelmä	Lasagnette L Linssilasagnette L Pikkuporkkanat Kurkku, raejuusto	Possupata L,G Härkiskastike L,G Kuoriperunat Kaali-kurkku-tomaattisalaatti	Kalamurekepihvi L,M,G Karibian kasvispihvi L,M,G Perunasose L Salaattipöytä
37,43 49, 3 9, 15 21	Makaronilaatikko L Jauhismakaronilaatikko L Salaattipöytä	Kalastajanpyörykät L,M,G Punajuuripyörykkä L,M,G Kermaviilikastike L,G Perunasose L Porkkanaraaste	Broileririsotto L,G Quornrisotto L,G Salaattipöytä	Tortillat jauheliuhatäytteellä L,M Tortillat kasvistäytteellä L,M Salaattipöytä	Nakkikeitto L,M,G Pinaattikeitto L+kananmuna Ruisleipä Juusto Tomaatti
38, 44 50, 4 10, 16 22	Intialainen broileri L,G Maustainen hernis L,G Täysjyväriisi Salaattipöytä	Jauheliuhapihvi L,M,G Marokon kasvispihvi L,M,G Mangomajoneesi L,M,G Perunasose L Salaattipöytä	Lohikiusaus L,G Juureshärkäpapukiusaus L,G Uunijuurekset Maustekurkku, Tomaatti Ruisleipä	Manna-/ohra-/riisipuuro L Punainen kiisseli L,M,G Grahampiirakka Tuorepala	Kinkkucappellipasta L Seitanpasta L Porkkanaraaste Hapankorppu

Lounaalla tarjolla rasvaton maito, piimä, näkkileipä, kasvisrasvavete ja siemensekoitus. Käytämme vain kotimaisia lihatuotteita.
73 % pääraaka-aineista on Sydänmerkki tuotteita.

Ruokalistamuutokset
mahdollisia

Lähiuokapäivä