

Vihdin Aterian koulujen ja lukion ruokalista 8.8.-31.12.2024

Vko 31,36,41,46,51	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Lihapullat L,M,K Vegenakko L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Keitetyt perunat L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Riisipuuro L,G,K Jääsalaatti Juusto L,G,K Omena	Broilerinuijat L,M,G,K Mexican kasvispihvi L,M,G,K,VE Curry-jogurttikastike L,G,K Höyrytetty täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Kirjolohikeitto L,G,K Metsäsienikeitto L,G,K Saaristolaisleipä Mandariini	Makaroni-jauhelihavuoka L,K Nyhtis-pyttis L,M,K,VE Salaattipöytä
Vko 32,37,42,47,52	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Makkarakastike L,G,K Chili sin carne L,M,G,K,VE Keitetyt perunat Salaattipöytä	Pinaattiohukaiset L Puolukkahilloke L, M, G, K, VE Salaattipöytä	Butter chicken L,G,K Butter quorn L,G Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Hernekeitto L,M,K Porkkana-linsikeitto L,M,K,VE Ohukaiset L,M,K,VE Marjahilloke L,M,G,K,VE	Kalapuikko L,M,G,K Karibian kasvispihvi L,M,G,K,VE Tilli-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä
Vko 33,38,43,48	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Broileripihvi L,M,G,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Currykastike L,G,K Keitetyt perunat Salaattipöytä	Jauhelihakastike L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Salaattipöytä	Broilerilaatikko L,G,K Punajuuri-sinhomejuustovuoka L,G,K Salaattipöytä	Kasvissosekeitto L,G,K Paahdetut kikherneet L,M,G,K,VE Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K	Turskapihvi L,M,K Kasviskeppukka L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G Perunasose L,G,K Salaattipöytä
Vko 34,39,44,49	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Uunimakkara L,M,G,K Quorn-nugetti L,M,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Parsakaalisosekeitto L,G,K Raejuusto L,G,K Porkkana	Kalakeppukka L,M,G,K Kasvispyörökät L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G Keitetyt perunat Salaattipöytä	Broilerikastike L,G,K Quorn-mangokastike L,G Täysjyväriisi Salaattipöytä	Tonnikalapastavuoka L,K Härkispata L,M,K,VE Salaattipöytä
Vko 35,40,45,50	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Lihakeitto L,M,K,G Pinaattikeitto L,G,K Kananmuna Banaani Kaurainen sämpylä	Lohikiusaus L,G,K Makaroni-soijavuoka L,K Höyrytettyt pikkuporkkanat L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Porkkananappi L,M,G,K,VE Tilli-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Tomaatti-jauhelihapasta L,K Lasagne NoMince L Salaattipöytä	Broileritortilla L,M,K Kasvistortilla L,M,K,VE Salaattipöytä
<p>Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalistaa. Broilerin-, naudan- ja sianliha ovat suomalaista.</p>			<p>Kirjamerkit: L=Laktoositon, M=Maidoton, G=Gluteeniton, K=Kananmunaton, VE=Vegaaninen</p>		