



Rautjärven kunnan ja peruskoulujen ja lukion ruokalista syksy 2025

	32= 7.8–8.8 37= 8.-12.9 42= 13.-17.10 47= 17.-21.11	33= 11.-15.8 38= 15.-19.9 43= 20.-24.10 48= 24.-28.11	34= 18.-22.8 39= 22.-26.9 44= 27.- 31.10 49= 1.-5.12	35= 25.8–29.9 40= 29.9–3.10 45= 3.-7.11 50=8.-12.12	36= 1.-5.9 41= 6.-10.10 46= 10.-14.11 51= 15.-20.12
Ma	Uunimakkaraa perunasosetta salaattia sinappia ja ketsuppia	Nakkikastiketta perunaa salaattia	Kalastajanpyöryköitä tillikastiketta, perunaa salaattia	Jauhelihakastiketta pastaa salaattia	Mantelikalaa perunasosetta salaattia
Ti	Lohikeittoa leipää vihannes	Kalamurekepihvejä kylmäkastike perunaa salaattia	Jauhelihakeittoa ruissämpylä hedelmä	Kahden kalankeittoa leipää vihannes	Makkarakeittoa leipää vihannes
Ke	Kasviskepukat täysjyvä riisiä sweet & sour- kastike salaattia	Makaroni- jauhelihalaatikkoa ketsuppia salaattia	Pinaattiohukainen tuoremarjasurvos ketsuppi lohkoperuna, makaronisalaattia	Kinkkukiusausta salaattia	Kaalilaatikkoa puolukkaa, porkkanaraastetta raejuustoa
To	Broileri-nuudeliteittoa kaura-porkkanaleipää vihannes	Ohrapuuroa marjakeittoa sämpylä, juusto vihannes	Hernekeittoa leipää, juustoa, tomaattia	Pinaattikeittoa kananmuna graham-lihapiirakka	Riisipuuroa marjakeittoa leipää, leikkele, vihannes
Pe	Jauheliha-pastavuokaa salaattia	Riistakiusausta salaattia	Broileripastavuokaa salaattia	Broilerikastiketta, täysjyvä riisiä mustaherukkahilloa salaattia	Lihapyöryköitä perunaa mausteinen tomaattikastike salaattia

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää, kasvisrasvaveitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.