

**JYVÄSKYLÄN KAUPUNGIN PÄIVÄKOTIEN, PERUSKOULUJEN JA  
LUKIOIDEN KASVISLOUNASRUOKALISTA AJALLE 22.2. –  
9.4.2010**

**Viikko 8 22.-26.2.**

<b>Ma</b>	Soijanakki-kasviskastike, perunat, porkkanaraaste
<b>Ti</b>	Kookosnuudeliuoka, rapea salaatti, tomaatti, marinoitu sipuli
<b>Ke</b>	Pinaattiohukaiset, juustosalaatti, puolukkahillo
<b>To</b>	Kasviskiusaus, kaali-kurkku-kurpitsasalaatti
<b>Pe</b>	Papubaattikeitto, ruislimppu, tuoremarjakiisseli

**Viikko 10 8.-12.3.**

<b>Ma</b>	Kasvispihvi, perunasose, kesäkurpitsa-paprika-ananassalaatti, puolukkahillo
<b>Ti</b>	Intialainen porkkanapata, perunat, kiinankaali-meloni-kurkkusalaatti
<b>Ke</b>	Kahdenviljanpuuro, vadelmakeitto, juures-soijakeitto, ruislimppu
<b>To</b>	Kasviskiusaus, marinoitu kaalisalaatti, punajuuri
<b>Pe</b>	Kasvisminestronekeitto, ruisvuokaleipä, klementiini

**Viikko 11 15.-19.3.**

<b>Ma</b>	Porkkananapit, perunasose, yrttikastike, punajuuri-kaalisalaatti
<b>Ti</b>	Skeittaajan kasvis-perunavuoka, rapea kurkkusalaatti
<b>Ke</b>	Amerikkalainen kasvispapukastike, perunat, kaali-porkkanaraaste
<b>To</b>	Lempeä kasviskeitto, ruisvuokaleipä, omena
<b>Pe</b>	Soijarouhekastike, perunat, kiinankaali-tomaatti-oliivisalaatti

**Viikko 11 15.-19.3.**

<b>Ma</b>	Porkkananapit, perunasose, yrttikastike, punajuuri-kaalisalaatti
<b>Ti</b>	Skeittaajan kasvis-perunavuoka, rapea kurkkusalaatti
<b>Ke</b>	Amerikkalainen kasvispapukastike, perunat, kaali-porkkanaraaste
<b>To</b>	Lempeä kasviskeitto, ruisvuokaleipä, omena
<b>Pe</b>	Soijarouhekastike, perunat, kiinankaali-tomaatti-oliivisalaatti

**Viikko 12 22.-26.3**

<b>Ma</b>	Ohrhelmi-papuvuoka, punainen kaalisalaatti
<b>Ti</b>	Kasvisstroganov, perunat, vihreä salaatti
<b>Ke</b>	Soijanakkikeitto, ruispala, ruusunmarja-mansikkakiisseli
<b>To</b>	Punajuurikasvispaistos, perunasose, porkkanaraaste
<b>Pe</b>	Chili sin carne, riisi, kiinankaali-kurkku-tomaattisalaatti, ruispaahtoleipä

**Viikko 13 29.3.-1.4.**

<b>Ma</b>	Hedelmäinen kasviscurry, perunat, rapea kurkku-retiisisalaatti
<b>Ti</b>	Pinaattikeitto, kananmuna, karjalanpiirakka, mämmi, kermamaito
<b>Ke</b>	Kesäkurpitsa-fetapaistos, perunat, punajuuri-omena-purjo-raejuustosalaatti, ruisvuoka
<b>To</b>	<b>Kiirastorstai</b>

**Viikko 14 6.-9.4.**

<b>Ma</b>	<b>2. pääsiäispäivä</b>
<b>Ti</b>	Samurain kasviskastike, riisi, kaali-herne-mandariinisalaatti, mustaherukkahillo
<b>Ke</b>	Ohrrouhepuuro, mehukeitto, kasvis-kaalikeitto, ruislimppu, paprika
<b>To</b>	Kasvis-makaronilihalaatikko, porkkanaraaste
<b>Pe</b>	Tomaattinen linssi-kasviskeitto, ruisvuoka, appelsiini