

Viikko 14

Maanantai 30.3.2026

Lounas Koulu

Jauhelihakastike *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Keitettyjä perunoita

Maito, margariini, näkkileipä

Täysjyväviipaleet, tuore

Lounas II

Seitan-pastavuoka *L, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Maissi *G, L, M, Veg*

Salaatinkastike *G, L, M*

Tiistai 31.3.2026

Lounas koulu

Mannapuuro *L, S, K*

Mehukeitto *G, L, M*

Broiler, palvileikkele *G, L, M, Voi Hyvin*

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Tofu-currykastiketta *G, L, M, Veg, S, K*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 2

Salaatinkastike *G, L, M*

Keskiviikko 1.4.2026

Lounas koulu

Keltaista broilerijauhelihakeittoa *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Ruisleipä, pakaste, Pagar 75 g

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Chili con verdura *G, L, M, Veg, S, K,*

Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Kaaliraaste

Torstai 2.4.2026

Lounas koulu

Rapeita lohivaloaia *L, M, S, K*

Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita

Maito, margariini, näkkileipä

Täysjyväviipaleet

Lounas II

Kasvisnugetteja *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Punajuuret

Salaatinkastike *G, L, M*

Mangorahkaa *G, L*

Perjantai 3.4.2026

Lounas Koulu

Nakki-perunasoselaatikko *G, L, K*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Chili con verdura *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Kaaliraaste

Kasvis, kausi 1

Mandariini *G, L, M, Veg*

Salaatinkastike *G, L, M*

Viikko 15

Maanantai 6.4.2026

Lounas koulu

Bolognese *G, L, M, Voi Hyvin*

Täysjyväpasta *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Kasviskiusaus *L, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Kiinankaali

Kasvis, kausi 2

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Salaatinkastike *G, L, M*

Tiistai 7.4.2026

Lounas koulu

Lihakeitto *G, L, M, Voi Hyvin*

Kananmuna puolikas *G, L, M*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Pinaattikeitto, oma *L, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Salaatinkastike *G, L, M*

Keskiviikko 8.4.2026

Lounas koulu

Lohikiusaus *G, L, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Hernerouhebolognese *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväpasta *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Punajuurikuutio

Salaatinkastike *G, L, M*

Torstai 9.4.2026

Lounas koulu

Nakkistoganoff *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Metsäsienikiusaus *G, L*

Välipala

Pannukakku *L, S*

Aimo Vadelmahillo

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Perjantai 10.4.2026

Lounas koulu

Kanapastavuoka *G, L, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Porkkana-kasvispyörykkä *G, L, M, Veg,*

Tilli-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 2

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Salaatinkastike *G, L, M*

Toholampi koulut & päiväkodit 12.25-
12kk2025-7kk2026

Ruokalista

30.3.2026 - 26.4.2026

Viikko 16

Maanantai 13.4.2026

Lounas Koulu

Kinkkukiusaus *G, L, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Kasvispuikko *L, M, Veg, S, K*

Tilli-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Punajuuri

Salaatinkastike *G, L, M*

Tiistai 14.4.2026

Lounas koulu

Broileri-currykastike *G, L, S, K, Voi Hyvin*

Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Vegetasagne *L*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 2

Ananas

Salaatinkastike *G, L, M*

Keskiviikko 15.4.2026

Lounas koulu

Kalapuikko

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Kasviskuisaus *L, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Vesimeloni

Salaatinkastike *G, L, M*

Torstai 16.4.2026

Lounas koulu

Nakkikeittoa *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Ruisleipä, pakaste

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Linssikeitto *G, L, M, Veg, Voi Hyvin*

Perjantai 17.4.2026

Lounas koulu

Jauhelihasagnette *L, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Kikherne-kasviskastiketta *M, Veg, Voi Hyvin*

Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Mandariini *G, L, M, Veg*

Salaatinkastike *G, L, M*

Viikko 17

Maanantai 20.4.2026

Lounas Koulu

Liha-makaronilaatikko *L, S, Voi Hyvin*
Täysjyväviipaleet, tuore
Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Pinaatti-raejuustonappeja *G, L*
Tilli-kermaviilikastike *G, L, S, K*
Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S,*

Lisäkesalaatti

Kiinankaali
Kasvis, kausi 2
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*
Maito, margariini, leipä
Salaatinkastike *G, L, M*

Tiistai 21.4.2026

Lounas Koulu

Kanakeitto *G, L, S, K, Voi Hyvin*
Maustekurkku
Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*
Hedelmä, kausi
Täysjyväviipaleet, tuore
Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Linssikastike *G, L, M, Veg*
Perunamuusi *G, L, S, K*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*
Kasvis, kausi 1
Maito, margariini, leipä
Salaatinkastike *G, L, M*

Keskiviikko 22.4.2026

Lounas Koulu

Lohimurekepihvi *G, L, S*
Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*
Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S,*
Voi Hyvin
Täysjyväviipaleet, tuore
Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Tofu-nuudeliuoka *L, M, S*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*
Kasvis, kausi 2
Maissi
Maito, margariini, leipä
Salaatinkastike *G, L, M*

Torstai 23.4.2026

Lounas Koulu

Ohrasuurimopuuro
Mehukeitto *G, L, M*
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*
Palvikinkku *G, L, M, Voi Hyvin*
Ruisleipä, pakaste
Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Juuressosekeitto *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Banaani *G, L, M, Veg*

Perjantai 24.4.2026

Lounas Koulu

Kana nugget
Perunamuusi *G, L, S, K*
Täysjyväviipaleet, tuore
Maito, margariini, näkkileipä

Lounas II

Kasvis-pastavuoka *L, S, K, Voi Hyvin*

Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*
Kasvis, kausi 2
Tillikurkut
Maito, margariini, leipä
Salaatinkastike *G, L, M*