



Ruokakoulu Matskolan

RUOKAKOULUPÄIVÄLEIRI

Lähirookateema

NURMES 1.-5.6.2026 klo 9-14

Lounas n klo 11 ja välipala n klo 13.30

	MAANANTAI 1.6.	TIISTAI 3.6.	KESKIVIikko 4.6.	TORSTAI 5.6.	PERJANTAI 6.6.
Ohjaajat	Jaana ja Aada	Jaana ja Aada	Jaana ja Aada	Jaana ja Aada	Pirjo ja Aada
Teema	Tervetuloa!				
klo 9	Tutustutaan (Aada) Käydään läpi kerhoviikko Sovitaan kerhosäännöt	Vegaanipäivä	Kalaruoka	Kasviruoka ja kahvitus	Maatilaretkipäivä
Lounas	Kanaohratto https://www.myllynparas.fi/r	Vegaanin pastavuoka Vihreä salaatti https://www.toptehtavat.fi/reseptit/vegaanin-pastavuoka-2/	Porkkanamuhennos+kastike Luonnonkalapihvit	Nokkosletut	Keittolounas: Jauhelihakeitto
Ohjelma	Liikuntaa (Aada)	Liikuntaa (Aada)	Liikuntaa (Aada)	Liikuntaa (Aada)	Maatilaretki 11-13.45
Välipala	Smoothie Pitsapannari	Raparperirättänä Vaniljakastike	Marjarahka	* Kahvitus klo 13.30 * Peruna-mokkamuffinit	Maatilavaatteet!! Välipalaeväiden syöminen
Lisäksi					
klo 14	Leirikeittiö siistiksi ja kotiin	Leirikeittiö siistiksi ja kotiin	Leirikeittiö siistiksi ja kotiin	Leirikeittiö siistiksi ja kotiin	Leiripalaute ja diplomi Leirikeittiö siistiksi ja kotiin

Ohjaajat: Jaana Tiainen, puh/w-app 044 9012 451, Aada Lipponen 0458954440

Tuotteet valmistetaan laktoosittomina

