

Esimerkki (Joensuussa) kouluruokailuviikko ja listaus raaka-aineista:

KOULUN RUOKALISTA 2017–2018

2017: viikot 36, 41, 46, 51
2018: viikot 4, 9, 14, 19

Maanantai	Broileripyörykkä K M Peruna Currykastike G K Kasvismoussaka G K Jäävuori-kurkkupohja Tomaattikuutio Kesäkurpitsasuikale Sipulirouhe (saattaa sisältää vehnää)
Tiistai	Chili con Soija G K M Fetapihvi G Paholaisen kastike G K Täysjyväriisi G K M Juusto-kasvissalaatti
Keskiviikko	Lohikeitto G K Tomaattikeitto G K Raejuusto Tuorekurkkuviipale Palvikinkku G K M Mansikka-raparperikiisseli G K M Ruistassu K M
Torstai	Inkivääriporsas G K M Täysjyväohra K M Sweet chili -kastike G K M Soija-kasvispaistos K Kiinankaali-ananas-hernesalaatti G K M
Perjantai	Liha-makaronipata K Linssi-juureshöystö G K M Peruna Porkkanaraaste G K M

Perjantai:

- liha: kotimainen
- linssit: kotimainen
- juurekset: paikallinen
- peruna: paikallinen
- porkkanaraaste: paikallinen
- maitotuotteet: kotimainen
- Ruoka itsessään valmistetaan Tikkamäen tai Siilaisen ravintokeskuksessa. Ruoanlaitossa suositaan lähiseudun tuottajien tuotteita ja luomua, kun se on mahdollista.