

RUOKALISTA OMAVIESKA VK: 49

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI ITSENÄISYSPÄIVÄ	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU- PALA	Mannapuuro Tuoremehu Lauantaimakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Luumunektari Maksamakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Neljänviljanpuuro Kananmuna Tuoremehu Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Vehnähiutalepuuro Puolukkasose Edamjuusto Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Ruishiutalepuuro Tuoremehu Gotlerleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Mannapuuro Puolukkasose Kalkkunaleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Tuoremehu Keittokinkku Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee
LOU- NAS	Aurinkoinen Broilerikeitto Paprikasuikaleet Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva	Kalapyörökät Perunasose Keitetty kasvis Jäävuori-kurkku- maissisalaatti Punajuurikuutiot Maito, leipä, rasva	Kasvissosekeitto Kananmuna Riisipiirakka Tuorekurkku viipaleet Maito, leipä, rasva	Lohileike Perunat Maitokastike Jäävuori-punafrisee- omena-kurpitsasalaatti Maito, leipä, rasva	Kalkkunafile Perunat Kastike Porkkanalaatikko Jäävuori-kurkku- paprikasalaatti Maito, leipä, rasva	Broilerikeitto Tomaattiviipale Polarjuusto Maito, leipä, rasva	Lihamureke kermaperunat Kastike Jäävuori-kurkku- tomaattisalaatti Maito, leipä, rasva
JÄLKI- RUOKA	Mangokiisseli	Omenapäärynäkiisseli	Mansikkavispipuuro	Mustikkarahka	Hedelmäsalaatti	Persikkakiisseli	Luumuvaahdo pikari
PÄIVÄ- KAHVI	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, Joulutorttu	Kahvi/tee, kahvikakku	Kahvi/tee, vadelmatäytepitko
PÄIVÄL- LINEN	Pinaattikeitto Tomaatti Saunapalvileikkele Maito, leipä, rasva	Maitoperunat Omenalohkot Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Mannapuuro Tuorekurkku Gotlerleike Maito, leipä, rasva	Kukkakaalisosekeitto Mandariini Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva	Riisipuuro Viinirypäleet Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Lohikiusaus Tuorekurkku Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva	Jauheliaperunasose- laatikko Banaani Polarjuusto Maito, leipä, rasva
ILTA- PALA	Kreikkalainen jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Sekamehukiisseli Raejuusto Maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka Kiisseli / Mehukeitto Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Riisipiirakka Munavoi Kiisseli / Mehukeitto Maito	Marjasosekiisseli Rahka Ylikypsälihaleikkele Maito, leipä, rasva	Mustikkariisi- hiutalepuuro Kiisseli / Mehukeitto Polarjuusto viipale Maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Hedelmäsose Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva

RUOKALISTA OMAVIESKA VK: 50

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU-PALA	Mannapuuro Tuoremehu Lauantaimakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Luumunektari Maksamakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Neljänviljanpuuro Kananmuna Tuoremehu Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Vehnähiutalepuuro Puolukkasose Edamjuusto Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Ruishiutalepuuro Tuoremehu Gotlerleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Puolukkasose Kalkkunaleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Tuoremehu Keittokinkku Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee
LOU-NAS	Jauhelihakeitto Tomaatti Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Uunikala kastikkeessa Perunat Keitetty kasvis Jäävuori-punafriisee- kesäkurpitsasalaatti Punajuurikuutio Maito, leipä, rasva	Porojuustokeitto Paprikasuikale Balkanleike Maito, leipä, rasva	Kalkkunakastike Riisi Salaattimix-kurkku- ananassalaatti Mustaherukkahillo Maito, leipä, rasva	Lasagnette Kaali-jäävuori- mandariinisalaatti Ketsuppi Maito, leipä, rasva	Lihakeitto Tomaattilohko Polarjuusto Maito, leipä, rasva	Karjalanpaisti Perunat Keitetty kasvis Sienisalaatti Maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Marjakiisseli	Mangokiisseli	Ohukaiset ja hillo	Mansikkamousse	Hedelmäkiisseli	Vatkattu mustaherukkapuuro	Appelsiiniikiisseli
PÄIVÄ-KAHLVI	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, Jäätelö	Kahvi/tee, unelmakääretorttu
PÄIVÄL-LINEN	Porkkanasosekeitto Tomaatti Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Makkarakeitto Omenalohkot Maito, leipä, rasva	Kasvisosekeitto Munapasteija Tuorekurkku Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Siskonmakkarakeitto Mandariini Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Kesäkeitto Viinirypäleet Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Liha-kaalilaatikko Puolukkasose Tuorekurkku Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva	Silakkalaatikko Banaani Polarjuusto Maito, leipä, rasva
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Sekamehukiisseli Raejuusto Maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka Kiisseli / Mehukeitto Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Riisipiirakka Munavoi Kiisseli / Mehukeitto Maito	Marjasosekiisseli Rahka Ylikypsälihaleikkele Maito, leipä, rasva	Mustikkariisi- hiutalepuuro Kiisseli / Mehukeitto Polarjuusto viipale Maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Hedelmäsose Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva

RUOKALISTA OMAVIESKA VK: 51

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU-PALA	Mannapuuro Tuoremehu Lauantaimakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Luumunektari Maksamakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Neljänviljanpuuro Kananmuna Tuoremehu Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Vehnähiutalepuuro Puolukkasose Edamjuusto Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Ruishiutalepuuro Tuoremehu Gotlerleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Puolukkasose Kalkkunaleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Tuoremehu Keittokinkku Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee
LOU-NAS	Nakkikastike Perunat Vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti Maito, leipä, rasva	Kalakeitto Salaatinlehti Keittokinkku leike Maito, leipä, rasva	Broileripastavuoka Keitetty kasvis Rapea-vesimelonisalaatti Maito, leipä, rasva	Lihapyörykät Perunat Kastike Salaattimix-tomaatti-kurkkukuutiosalaatti Maito, leipä, rasva	Jauhelihakiusaus Pikkuporkkanat Jäävuori-punafricee-paprika-mangosalaatti Maito, leipä, rasva	Jauhelihakeitto Tomaattilohko Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva	Lihasuikalekastike Perunat Keitetty kasvis Italiansalaatti Maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Päärynäkiisseli	Vadelmavispipuuro	Aprikoosikiisseli	Hedelmäsmoothie	Kuningatarkiisseli	Marjatalkkunahyve	Riisifrutti
PÄIVÄ-KAHLI	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, marjapiirakka	Kahvi/tee, mustikkatäytepitko
PÄIVÄL-LINEN	Jauhelihakeitto Tomaatti Saunapalvileike Maito, leipä, rasva	Kaurasuurimopuuro Omenalohkot Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva	Lihakasvispata Tuorekurkku Polarjuusto Maito, leipä, rasva	Possukeitto Mandariini Maksamakkara Maito, leipä, rasva	Kukkakaalisosekeitto Viinirypäle Gotlermakkara Maito, leipä, rasva	Kinkkukiusaus Tuorekurkku Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Riistavuoka Puolukkasose Banaani Edamjuusto Maito, leipä, rasva
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Sekamehukiisseli Raejuusto Maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka Kiisseli / Mehukeitto Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Riisipiirakka Munavoi Kiisseli / Mehukeitto Maito	Marjasosekiisseli Rahka Ylikypsälihaleikkele Maito, leipä, rasva	Mustikkariisihiutalepuuro Kiisseli / Mehukeitto Polarjuusto viipale Maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Hedelmäsese Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva

RUOKALISTA OMAVIESKA VK: 52

	MAANANTAI	TIISTAI JOULUAATTO	KESKIVIIKKO JOULUPÄIVÄ	TORSTAI TAPANINPÄIVÄ	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU- PALA	Mannapuuro Tuoremehu Lauantaimakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Luumunektari Maksamakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Ohrasuurimopuuro Kananmuna Tuoremehu Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Puolukkasose Edamjuusto Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Mannapuuro Tuoremehu Gotlerleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Puolukkasose Kalkkunaleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Tuoremehu Keittokinkku Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee
LOU- NAS	Jauhelihakastike Perunat Keitetty kasvis Porkkanaraaste- persikka (syksy) Jäävuori-kurkku- persikka (kevät) Ketsuppi Maito, leipä, rasva	Joulukinkku Perunat Kastike Lanttulaatikko Rosolli Maito, leipä, rasva	Viipalepaisti Perunat Punajuuri-kauravuoka Jäävuori-kurkku- tomaattisalaatti Maito, leipä, rasva	Kalkkunanfile Perunat kermakastike Porkkanalaatikko Punajuurisalaatti Maito, leipä, rasva	Uunimakkara Perunasose Kaali-rapea- melonisalaatti Kurkkusalaatti Sinappi ja ketsuppi Maito, leipä, rasva	Nakkikeitto Tuorekurkku Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Palapaistikastike Perunat Perunasalaatti Maito, leipä, rasva
JÄLKI- RUOKA	Ananaskiisseli	Luumukiisseli ja vaniljakastike	Mansikkakiisseli	Mustikkavaahto	Aprikoosikiisseli	Luumurahka	Päärynäkiisseli
PÄIVÄ- KAHVI	Kahvi/tee, Glögi ja pipari	Kahvi/tee, Joulutorttu	Kahvi/tee, joulupiirakka	Kahvi/tee, tähtipulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, kahvikakku	Kahvi/tee, kääretorttu
PÄIVÄL- LINEN	Nakkikeitto Tomaatti Polarjuusto Maito, leipä, rasva	Riisipuuro Omenalohkot Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Mannapuuro Tuorekurkku Saunapalvi leike Maito, leipä, rasva	Kanajauhelihakeitto Mandariini Gotlermakkara Maito, leipä, rasva	Lihakeitto Viinirypäleet Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Janssoninkiusaus Tuorekurkku Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Lihaperunaviipale- laatikko Banaani Sulatejuustoviipale Maito, leipä, rasva
ILTA- PALA	Kreikkalainen jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Juotava mansikkajogurtti Kiisseli / Mehukeitto Maito, leipä, rasva	Luumuvaahdo Kiisseli / Mehukeitto Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Luumurusinakeitto Raejuusto Kiisseli / Mehukeitto Maito	Mansikkakiisseli Rahka Ylikypsälihaleikkele Maito, leipä, rasva	Mustikkariisi- hiutalepuuro Kiisseli / Mehukeitto Polarjuusto viipale Maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Hedelmäsose Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva

RUOKALISTA OMAVIESKA VK: 1 / v. 2025

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO UUDENVUODEN- PÄIVÄ	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU- PALA	Mannapuuro Tuoremehu Lauantaimakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Luumunektari Maksamakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Neljänviljanpuuro Kananmuna Tuoremehu Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Puolukkasose Edamjuusto Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Ruishiutalepuuro Tuoremehu Gotlerleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Puolukkasose Kalkkunaleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Tuoremehu Keittokinkku Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee
LOU- NAS	Broilerikastike Perunat Jäävuori-kaali- persikkasalaatti Mustaherukkahillo Maito, leipä, rasva	Nakit Perunasose Jäävuori-tomaatti- kurkkusalaatti Sinappi ja ketsuppi Maito, leipä, rasva	Karjalanpaisti perunat Lanttulaatikko Sienisalaatti Maito, leipä, rasva	Lohikeitto Salaatinlehti Saunapalvileikkele Maito, leipä, rasva	Kinkkukiusaus Keitetty kasvis Vihreäsalaatti- kurkkukuutio- mandariinisalaatti Maito, leipä, rasva	Kaalikääryle Perunat ja kastike Jäävuori-melonisalaatti Puolukkasose Maito, leipä, rasva	Lohikeitto Juusto Tuorekurkku Maito, leipä, rasva
JÄLKI- RUOKA	Ruusunmarjakiisseli	Hedelmäsalaatti	Marjarahka	Aprikoosikiisseli	Raparperikiisseli	Puolukkamousse	Mansikkajogurttirahka
PÄIVÄ- KAHVI	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, mansikkakakkua	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, minimunkki	Kahvi/tee, marjapiirakka
PÄIVÄL- LINEN	Riistakeitto Tomaatti Voileipäkinkku Maito, leipä, rasva	Mannapuuro Omenalohkot Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Kesäkeitto Tuorekurkku Kalkkunaleike Maito, leipä, rasva	Kinkkukiusaus Mandariini Maksamakkara Maito, leipä, rasva	Jauheliharisotto Viinirypäleet Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Lihamakaranilaatikko Tuorekurkku Ketsuppi Polarjuusto Maito, leipä, rasva	Broilerkuisaus Banaani Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva
ILTA- PALA	Kreikkalainen jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Sekamehukiisseli Raejuusto Maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka Kiisseli / Mehukeitto Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Riisipiirakka Munavoi Kiisseli / Mehukeitto Maito	Marjasosekiisseli Rahka Ylikypsälihaleikkele Maito, leipä, rasva	Mustikkariisi- hiutalepuuro Kiisseli / Mehukeitto Polarjuusto viipale Maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Hedelmäsose Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva

RUOKALISTA OMAVIESKA VK: 2 / v. 2025

	MAANANTAI LOPPIAINEN	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU- PALA	Mannapuuro Tuoremehu Lauantaimakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Luumunektari Maksamakkara Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Neljänviljanpuuro Kananmuna Tuoremehu Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Vehnähiutalepuuro Puolukkasose Edamjuusto Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Ruishiutalepuuro Tuoremehu Gotlerleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Kaurapuuro Puolukkasose Kalkkunaleike Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee	Riisipuuro Tuoremehu Keittokinkku Mehukeitto Maito, leipä, rasva, kahvi/tee
LOU- NAS	Sianlihakastike Perunat keitetty kasvis Punajuurisalaatti Maito, leipä, rasva	Aurinkoinen Broilerikeitto Paprikasaukaleet Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva	Kalapyörykät Perunasose Keitetty kasvis Jäävuori-kurkku- maissisalaatti Punajuurikuutiot Maito, leipä, rasva	Kasvissosekeitto Kananmuna Riisipiirakka Tuorekurkku viipaleet Maito, leipä, rasva	Makaronilaatikko Kaali-kurkku- ananassalaatti Ketsuppi Maito, leipä, rasva	Broilerikeitto Tomaattiviipale Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Lihamureke kermaperunat Kastike Jäävuori-kurkku- tomaattisalaatti Maito, leipä, rasva
JÄLKI- RUOKA	Suklaamousse	Mangokiisseli	Omenapäärynäkiisseli	Mansikkavispipuuro	Hedelmäinen vanukas	Taikinoidut omenat ja vaniljakastike	Persikkakiisseli
PÄIVÄ- KAHVI	Kahvi/tee, joulutorttu	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, kahvikakku	Kahvi/tee, vadelmatäytepitko
PÄIVÄL- LINEN	Maitoperunat Tomaatti Saunapalvileikkele Maito, leipä, rasva	Pinaattikeitto Omenalohkot Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Mannapuuro Tuorekurkku Gotlerleike Maito, leipä, rasva	Kukkakaalisosekeitto Mandariini Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva	Perunakiusaus- jauhelihallalla Viinirypäleet Edamjuusto Maito, leipä, rasva	Lohikiusaus Tuorekurkku Oltermannijuusto Maito, leipä, rasva	Jauhelihapernasose- laatikko Banaani Polarjuusto Maito, leipä, rasva
ILTA- PALA	Kreikkalainen jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Keittokinkku Maito, leipä, rasva	Puolukkakeitto Raejuusto Maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka Kiisseli / Mehukeitto Sulatejuustonappi Maito, leipä, rasva	Riisipiirakka Munavoi Kiisseli / Mehukeitto Maito	Marjasosekiisseli Rahka Ylikypsälihaleikkele Maito, leipä, rasva	Mustikkariisi- hiutalepuuro Kiisseli / Mehukeitto Polarjuusto viipale Maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti Kiisseli / Mehukeitto Hedelmäsese Lauantaimakkara Maito, leipä, rasva