

Pyhäjärvi ikäihmiset

Ateria	Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Mannapuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutale-puuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutale-puuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro(L) kanelisokeri tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Broileripyörkyä, perunat, kastike, jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti maito, leipä, rasva	Murea nauta-kiusaus (LG) maissi, jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti, maito, leipä, rasva	Jauhelihakastike, perunat, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori-tuorekurkku-persikkasalaatti (kevät), ketsuppi maito, leipä, rasva	Uunimakkara, perunasose, kaali-rapea-melonisalaatti, sinappi, ketsuppi, kurkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Kirjolohivuoka, herne kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti, punajuurikuutio, maito, leipä, rasva	Nakkikeitto, polarjuusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Palapaistikastike, perunat, perunasalaatti, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, kahvikakku	Kahvi, kääretorttu
Jälkiruoka	Ananaskiisseli	Hedelmämousse	Marjat (Suomi) ja vaniljakastike	Mangovispipuuro	Mansikkakiisseli	Luumurahka	Päärynäkiisseli
Päivällinen	Liha-perunaviipale-laatikko, salaatinlehti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto	Ohrasuurimo-puuro, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, voileipäkinkku	Palvikuutiokeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva polarjuusto	Kanajauhelihakeitto, salaatinlehti, maito, leipä, rasva, gotlermakkara	Lihakeitto, tomaatti maito, leipä, rasva, edamjuusto	Janssonin-kiusaus, salaatinlehti, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Jauhelihakeitto, tuorekurkku maito, leipä, rasva, sulatejuusto
Iltapala	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, jogurtti, maito, leipä, rasva	Hedelmäsose-rahka, maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Riisipiirakka, munavoi, maito, leipä, rasva, mehukeitto	Maustamaton jogurtti, hedelmäsose, maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli, rahka, maito, leipä, rasva ylikypsäkinkku
Ateria	Vko 2/ ma	ti	ke	to	pe	la	su

Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Mannapuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutale-puuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutale-puuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä,rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro(L) kanelisokeri tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Kinkkukiusaus, porkkanaviipale vihreä salaatti- kurkkukuutio- mandariinisalaatti maito, leipä,rasva,	Hernekeitto, edamjuusto, tuorekurkkuviipale, maito, leipä,rasva, sinappi	Jauhelihapihvi, perunasose punajuurisuikele punakaali- kesäkurpitsa- kartanoherkku- salaatti, sinappi, ketsuppi maito, leipä,rasva,	Lohikeitto, saunapalvilihaleike, salaatinlehti, maito, leipä,rasva,	Broilerikastike, riisi, jäävuori-kaali- persikkasalaatti, mustaherukkahillo maito, leipä,rasva	Jauhelihakeitto, tomaatti, juusto, maito, leipä,rasva	Sianlihakastike, perunat, parsakaali punajuurisalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, minimunkki	Kahvi, marjapiirakka
Jälkiruoka	Ruusunmarja-kiisseli	Pannari ja mansikkahillo	Marjarahka	Aprikoosikiisseli	Raparperikiisseli	Puolukkamousse	Mansikkajogurtti-rahka
Päivällinen	Ohrahiutale-puuro(L) salaatinlehti, maito, leipä,rasva, voileipäkinkku	Perunahippu-munakas palvirouheella, tomaatti, maito, leipä,rasva, edamjuusto	Kesäkeitto, tuorekurkku, maito, leipä,rasva, kalkkunaleike	Jauheliharisotto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, maksamakkara	Kana- perunasuikelaatikko, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Seilaatikko, punajuuri- omenasalaatti, maito, leipä, rasva	Porkkanasosekeitto, salaatinlehti, lihapasteija maito, leipä,rasva,
Iltapala	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä,rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, raejuusto, maito, leipä, rasva	Hedelmäsose-rahka, maito, leipä, rasva sulatejuustonappi	Riisipiirakka, munavoi, maito, leipä, rasva, mehukeitto	Maustamaton jogurtti, hedelmäsose, maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Mustikka- grahampuuro, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli, rahka, maito, leipä, rasva, ylikypsäkinkku

Ateria	Vko 3 / ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Mannapuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutale-puuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutale-puuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä,rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro(L) kanelisokeri tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Palapaisti, perunat, vihannesmix, jää- punafrisee-omena- kurpitsasalaatti maito, leipä,rasva	Kasvissosekeitto, riisipiirakka, tuorekurkku maito, leipä,rasva	Kalapyörykät, perunasose, jäävuori-kurkku- maissisalaatti, punajuurikuutio maito, leipä,rasva	Aurinkoinen broilerikeitto, oltermannijuusto, paprikasuikale, maito, leipä,rasva	Makaronilaatikko, parsakaali, porkkana- ananasraaste (syksy) ja kaali-kurkku- ananssalaatti (kevät), ketsuppi maito, leipä,rasva	Lihakeitto, sulatejuusto, tomaattiviipale, maito, leipä,rasva	Lihamureke, kermaperunat, kastike, vihreä salaatti-kurkku- paprिकासalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, kahvikakku	Kahvi, vadelmatäytepitko
Jälkiruoka	Mangokiisseli	Omena- päärynäkiisseli	Mansikka-vispi puuro	Sekahedelmäkiisseli	Hedelmäinen piimävanukas	Taikinoidut omenat ja vaniljakastike	Persikkakiisseli
Päivällinen	Kanarisotto salaatinlehti, maito, leipä,rasva kaiserwursti	Jauhelihiperunasosel aatikko, tomaatti, maito, leipä,rasva polarjuusto	Kukkakaali-osekeitto, salaatinlehti, maito, leipä,rasva voileipäkinkku	Perunahippurisotto jauhelihallalla, tomaatti, maito, leipä,rasva, lauantaimakkara	Possukeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Lohilaatikko punajuuri- omenasalaatti, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Maitoperunat, tomaatti, maito, leipä,rasva, lihahyytelö
Iltapala	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä,rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, raejuusto, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva sulatejuustonappi	Riisipiirakka, munavoi, maito, leipä, rasva, mehukeitto	Maustamaton jogurtti, hedelmäsose, maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Mustikka- grahampuuro, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasekiisseli, rahka, maito, leipä, rasva ylíkypsäkinkku
Ateria	Vko 4 / ma	ti	ke	to	pe	la	su

Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Mannapuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutale-puuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutale-puuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaisewursti, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä,rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro(L) kanelisokeri tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Uunikala kastikkeessa, perunasose, romaneskokasvis jäävuori-punafrisee- kesäkurpitsa-salaatti, punajuurikuutio maito, leipä,rasva	Jauhelihakeitto, edamjuusto, tomaatti, maito, leipä,rasva	Kalkkunakastike, riisi, salaattimix-kurkku- ananassalaatti, mustaherukkahillo maito, leipä,rasva	Jauhelihakiusaus (LG) keltainen porkkana jäävuori-ananas- tomaattisalaatti maito, leipä,rasva	Lasagnette, kaali-jäävuori- mandariinisalaatti, ketsuppi maito, leipä,rasva	Lohikeitto, tomaatti, edamjuusto maito, leipä,rasva	Karjalanpaisti, perunat, parsakaali, sienisalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, jäätelö	Kahvi, unelmäkääretorttu
Jälkiruoka	Mangokiisseli	Ohukaiset ja hillo	Marjakiisseli	Puolukkamousse	Hedelmäkiisseli	Vatkattu mustaherukka-puuro	Appelsiiniikiisseli
Päivällinen	Makkarakeitto tuorekurkku maito, leipä, rasva sulatejuusto	Kaalipata puolukkasurvos maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Punajuuri- perunanuudeli-vuoka murealla naudalla maito, leipä, rasva polarjuusto	Siskonmakkarakeitto salaatinlehti maito, leipä, rasva edamjuusto	Kasvissosekeitto munapasteija tuorekurkku maito, leipä, rasva	Possumurea-laatikko tuorekurkku-suikale, maito, leipä, rasva	Kesäkeitto salaatinlehti maito, leipä, rasva kevyt balkan
Iltaapala	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä,rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, raejuusto, maito, leipä, rasva	Hedelmäsose-rahka, maito, leipä, rasva sulatejuustonappi	Riisipiirakka, munavoi, maito, leipä, rasva, mehukeitto	Maustamaton jogurtti, hedelmäsose, maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Mustikka- grahampuuro, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli, rahka, maito, leipä, rasva ylikypsäkinkku

Ateria	Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Mannapuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutale-puuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutale-puuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro(L) kanelisokeri tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Nakkikastike, perunat, vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti maito, leipä, rasva	Pinaattiohukaiset, perunasose, pikku porkkana jäävuori-punafrisee-paprika-mangosalaatti puolukka, raejuusto maito, leipä, rasva	Broilerpastavuoka, vihannessekoitus rapea suikale-vesimelonisalaatti maito, leipä, rasva	Kalakeitto, maito, leipä, rasva keittokinkku, salaatinlehti	Lihapyörykät, perunat, kastike, salaattimix-tomaatti-kurkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Jauhelihakeitto, tomaatti, edamjuusto, maito, leipä, rasva	Lihakastike, perunat, kruunusekoitus, Italiansalaatti, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, marjapiirakka	Kahvi, mustikkatäytepitko
Jälkiruoka	Päärynäkiisseli	Vadelmavispipuuro	Aprikoosikiisseli	Hedelmäsbootie	Kuningatarkiisseli	Marja-talkkunahyve	Riisifruutti(valmis)
Päivällinen	Kukkakaalisose-keitto tomaatti, maito, leipä, rasva kaiserwursti	Lihakasvispata salaatinlehti maito, leipä, rasva oltermanni juusto	Kaurasuurimopuuro(L), tomaatti, maito, leipä, rasva, saunapalvileike	Jauhelihaperunaviipalele aatikko, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Pinaattikeitto kananmunat tuorekurkku maito, leipä, rasva	Kinkkukiusaus, auriinkosalaatti, maito, leipä, rasva	Possukeitto salaatinlehti maito, leipä, rasva polarjuusto
Iltaapala	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, raejuusto, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva sulatejuustonappi	Riisipiirakka, munavoi, maito, leipä, rasva, mehukeitto	Maustamaton jogurtti, hedelmäsose, maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli, rahka, maito, leipä, rasva ylikypsä kinkku