



PALVELUASUNTOJEN RUOKALISTA viikko 19 / 2024



Kiertävän ruokalistan lista nro 1

L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

I	Ateria	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai 9.5. Helatorstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Vko 19	Aamu- pala 	Ruishiutalepuuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi	Luumukaura- puuro, M tuoremehu maito, leipä, juusto, kahvi	Vehnähiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi *hedelmäkori	Ohrahiutalepuuro, L tuoremehu maito, leipä leikkele / silli, kahvi	4- viljanpuuro, M tuoremehu maito, leipä kananmuna, kahvi	Kaurapuuro, L tuoremehu maito, leipä, marjasose, kahvi	Vehnähiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi
	Lounas	Lohikeitto, G, L juusto Hedelmäinen puuro, M	Kebabkastike, M perunat höyrytetty kasvis tuoresalaatti Vadelma- kiisseli, G, M	Jauhelihipihvit, M muusi, G, L kastike, M vihersalaatti puolukkasurvos Viili + hillo, G, M	Broilerinleike perunat currykastike aurinkosalaatti Mustikkahyve, L	Jauheliyhakeitto, G, M tomaattilohko/- viipale Puolukkapuuro, M	Lindströminpihvit, G, L kastike, L perunat puolukkasose Mangokiisseli, G, M	Palapaisti, M perunat höyrytetty kasvis salaatti Suklaamousse, G, L
	Päiväkahvi 	Kahvi / tee pitkopulla	Kahvi / tee rahkamunkki	Kahvi / tee jäätelöpikari	Kahvi / tee toscapiairakka	Kahvi / tee voimapulla	Kahvi / tee kahvikakku	Kahvi / tee täytekakku
	Päivällinen	Makkara- vuoka, G, M raaste Jogurttirahka, G, L	Juuressose- keitto, G, L pehmopalat Puolukka- kiisseli, G, M	Koskenlaskijan kalakeitto, G, L juusto, tuorepala Persikkakiisseli, G, M	Mannavelli leikkele Mustaherukka- kiisseli, G, M	Broileririsotto, G, L punakaalisalaatti Mansikka- raparperikiisseli, G, M	Balkan-keitto, G, M sämpylä Jogurtti	Riisipuuro, G leikkele Karpalokiisseli, G, M
	Iltapala	Hedelmäkiisseli, G, M + vaniljarahka, L leipä, maito, leikkele	Riisiipiirakka, L + munavoi, G, L maito	Ruusunmarja- rahka, G, L leipä, maito, kananmuna	Kreikkalainen jogurtti, G, L leipä, maito, juusto	Pirtelö, G, L leipä, maito leikkele	Marjapuuro, M + vaniljakastike, G, L leipä, maito juusto	Kiisseli, G, M + rahka, G, L leipä, maito, kalkkunaleikkele

• Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä ja ravintorasva.

• Iltapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa



* Hedelmäkori = hedelmiä osastoille / koteihin

PALVELUASUNTOJEN RUOKALISTA viikko 18 / 2024



Kiertävän ruokalistan lista nro 6

L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

VI	Ateria	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko 1.5. Vappu	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Vko 18	Aamu- pala 	Ruishiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi	Kaurapuuro, L tuoremehu maito, leipä juusto, kahvi	Pajalanpuuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi *hedelmäkori	Ohrahiutale- puuro, L tuoremehu maito, leipä leikkele / silli, kahvi	Vehnähiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi	Kaurapuuro, M tuoremehu maito, leipä, marja- / hedelmäsose, kahvi	4-viljanpuuro, M tuoremehu maito, leipä juusto, kahvi
	Lounas	Perunasosepata, G, L tuoresalaatti puolukka-sarvos	Broilerikastike, M perunat vihersalaatti	Nakit, G, M muusi, G, L perunasalaatti	Tonnikalapasta, L vihersalaatti	Lihapullakeitto, G, M juusto	Jauhelihapihvit, L kermaperunat, G, L salaatti	Lihahöystö, G, M perunat salaatti
		Marjakiisseli, G, M	Mansikka- raparperikiisseli, G, M	Mustaherukka- kiisseli, G, M	Sitruunakiisseli, G, M	Ruispuolukka- puuro, M	Porkkana- ananaskiisseli, G, M	Marjarahka, L
	Päiväkahvi 	Kahvi / tee pitkopulla	Kahvi / tee rahkamunkki	Kahvi / tee vappumunkki ja sima	Kahvi / tee rahkapitko	Kahvi / tee voimapulla	Kahvi / tee kahvikakku	Kahvi / tee piirakka / käretorttu tms.
	Päivällinen	Pinaattikeitto, L kananmuna	Lohikiusaus, G, L höyrytetty kasvis	Broilerikeitto, G, M suolakurkku	Helmivelli, G leikkele	Merimiespihvit, G, M salaatti	Kalkkuna-vihannes- keitto, G, M pehmopalat	Riisipuuro, G leikkele
		Aprikoosipuuro, M	Mustikkavaahto, G, L	Kuningatarkiisseli, G, M	Mansikkakiisseli, G, M	Hedelmäkiisseli, G, M	Jogurtti	Vadelmakiisseli, G, M
	Iltapala	Hedelmäkiisseli, G, M + raejuusto, L leipä, maito, leikkele	Riisipiirakka, L + munavoi, G, L maito	Ruusunmarja- rahka, G, L leipä, maito, kananmuna	Kreikkalainen jogurtti, G, L leipä, maito, juusto	Pirtelö, G, L leipä, maito leikkele	Marjapuuro, M + vaniljakastike, G, L leipä, maito juusto	Kiisseli, G, M + rahka, G, L leipä, maito, kalkkunaleikkele

• Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä ja ravintorasva

• Iltapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa

* Hedelmäkori = hedelmiä osastoille / koteihin