

Sairaalan ja palvelukeskusten osastojen ruokalista viikoille 37-41

Sydänmerkki-aterioita tarjotaan 3–5 kertaa viikossa ja aamuisin luomupuuroa. Muutokset mahdollisia raaka-aine saatavuuksien takia.

Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
vk 37	9.9. Lounas: Kanaviilokkia, perunoita. Päivällinen: Sei-vihanneskeittoa ja kuningatarkeittoseliä.	10.9. Lounas: Hernekeittoa ja pannukakkua hillolla. Päivällinen: Makkara-keittoa ja hedelmä.	11.9. Lounas: Lohi-pastavuokaa. Päivällinen: Vehnäpuuroa maitoon ja mansikka-raparperi-keittoseliä.	12.9. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta. Päivällinen: Aasiaalaista broilerikeittoa ja tyrni-appelsiinkeittoseliä.	13.9. Lounas: Uunimakkaraa, perunasosetta. Päivällinen: Kasvisosekeittoa ja sekamarjakeittoseliä.	14.9. Lounas: Tonnikalakiusausta. Päivällinen: Mannapuuroa ja ruusunmarjakeittoseliä.	15.9. Lounas: Curry broilerikeittosetta, perunasosetta ja marjat ja kastiketta. Päivällinen: Riisipuuroa ja aprikoosikeittoseliä.
vk 38	16.9. Lounas: Lohipihviä, perunoita. Päivällinen: Aurinkoista broilerikeittoa ja persikka-vadelmakeittoseliä.	17.9. Lounas: Possu-juureskeittoa ja Jäätelöä. Päivällinen: Bataattikeittoa ja marjahyvettä.	18.9. Lounas: Lasagnetta. Päivällinen: Neljän viljan puuro maitoon ja mango-ananaskiittoseliä.	19.9. Lounas: Jauhelihipihvejä, perunasosetta. Päivällinen: Makkara-keittoa ja mustikkakeittoseliä.	20.9. Lounas: Broileri-kasviskastiketta, perunoita. Päivällinen: Jauheliha-keittoa ja sitrus-porkkanakeittoseliä.	21.9. Lounas: Lohikeittosusta. Päivällinen: Mannapuuroa, sekamarjakeittoseliä.	22.9. Lounas: Palapaistia, perunasosetta ja hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa ja mansikkakeittoseliä.
vk 39	23.9. Lounas: Nakkikastiketta, perunoita. Päivällinen: Pehmeää broilerikeittoa ja raparperi-keittoseliä.	24.9. Lounas: Lihakeittoa ja marjavaahtoa. Päivällinen: Kala-juureskeittoa ja hedelmää.	25.9. Lounas: Broilerikeittosusta. Päivällinen: Aurinkoista kasvisosekeittoa ja vadelmakeittoseliä.	26.9. Lounas: Kalamurekepihvejä, perunasosetta. Päivällinen: Juustoista jauheliha-keittoa ja ruusunmarjakeittoseliä.	27.9. Lounas: Possun lihakastiketta, perunoita. Päivällinen: Pinaattikeittoa kananmunalla ja appelsiinkeittoseliä.	28.9. Lounas: Jauheliha-perunasoselaatikkoa. Päivällinen: Mannapuuroa ja kuningatarkeittoseliä.	29.9. Lounas: Rosee broilerikeittosetta, perunasosetta ja jäätelöä. Päivällinen: Riisipuuroa ja luumusoppaa.
vk 40	30.9. Lounas: Lindströmin pihvejä, perunasosetta. Päivällinen: Kasvisosekeittoa ja mansikkakeittoseliä.	1.10. Lounas: Lohikeittoa ja hedelmärahkaa. Päivällinen: Possu-juureskeittoa ja hedelmää.	2.10. Lounas: Kinkkukiusausta Päivällinen: Neljän viljan puuroa maitoon ja vadelma-päärynäkeittoseliä.	3.10. Lounas: Paneroitua kalkkuna-leikettä, perunoita. Päivällinen: Siskonmakkarakeittoa ja omena-kanelikeittoseliä.	4.10. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita. Päivällinen: Seikeittoa ja marjat sekä kastiketta.	5.10. Lounas: Broileri-kasviskeittosusta. Päivällinen: Mannapuuroa ja tyrni-keittoseliä.	6.10. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta ja hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa ja rusinasoppaa.
vk 41	7.10. Lounas: Mantelikalaa, perunasosetta. Päivällinen: Minilihapullakeittoa ja ruusunmarja-mansikkakeittoseliä.	8.10. Lounas: Pehmeää broilerikeittoa ja puolukkavispupuuroa. Päivällinen: Samettista kurpitsakeittoa ja hedelmää.	9.10. Lounas: Merimieslaatikkoa. Päivällinen: Kolmen kalan keittoa ja mango-appelsiinkeittoseliä.	10.10. Lounas: Kasvispyöryköitä, perunoita. Päivällinen: Kalkkuna-currykeittoa ja sekamarjakeittoseliä.	11.10. Lounas: Kaalikäryleitä, perunoita. Päivällinen: Nakkikeittoa ja suklaakeittoseliä hillolla.	12.10. Lounas: Kasviskeittosusta. Päivällinen: Mannapuuroa ja marjat.	13.10. Lounas: Lihakastiketta, perunasosetta ja jäätelöä. Päivällinen: Riisipuuroa ja sekahedelmäkeittoa.



Ateriapalvelut Raahе