

Sairaalan ja palvelukeskusten osastojen ruokalista viikoille 7 – 11

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 7	12.2. Lounas: Rose broilerikastiketta, perunoita. Päivällinen: Sei-vihanneskeittoa ja kuningatarkiisseliä.	13.2. Lounas: Hernekeittoa ja pannukakkua hillolla. Päivällinen: Makkara-keittoa ja hedelmä.	14.2. Lounas: Lohi-pastavuokaa. Päivällinen: Vehnäpuuroa maitoon ja mansikka-raparperi-kiisseliä.	15.2. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta. Päivällinen: Aasiaalaista broilerikeittoa ja tyrni-appelsiinkiisseliä.	16.2. Lounas: Uunimakkaraa, perunasosetta. Päivällinen: Kasvisosekeittoa ja sekamarjakiisseliä.	17.2. Lounas: Tonnikalakiusausta. Päivällinen: Mannapuuroa ja ruusunmarjakiisseliä.	18.2. Lounas: Kanaviilokkia, perunasosetta ja marjat ja kastiketta. Päivällinen: Riisipuuroa ja aprikoosikiisseliä.
vk 8	19.2. Lounas: Jokapojan kalaa, perunoita. Päivällinen: Aurinkoista broilerikeittoa ja persikka-vadelmakiisseliä.	20.2. Lounas: Possu-juureskeittoa ja Jäätelöä. Päivällinen: Bataattikeittoa ja marjahyvettä.	21.2. Lounas: Lasagnetta. Päivällinen: Neljän viljan puuro maitoon ja mango-ananaskiisseliä.	22.2. Lounas: Maksapihvejä, perunasosetta. Päivällinen: Makkara-keittoa ja mustikkakiisseliä.	23.2. Lounas: Curry broilerikastiketta, perunoita. Päivällinen: Jauheliha-keittoa ja sitrus-porkkanakiisseliä.	24.2. Lounas: Lohi-perunalaatikkoa. Päivällinen: Mannapuuroa, sekamarjakiisseliä.	25.2. Lounas: Palapaistia, perunasosetta ja hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa ja mansikkakiisseliä.
vk 9	26.2. Lounas: Nakkikastiketta, perunoita. Päivällinen: Pehmeää broilerikeittoa ja raparperi-kiisseliä.	27.2. Lounas: Lihakeittoa ja marjavaahtoa. Päivällinen: Kala-juureskeittoa ja hedelmää.	28.2. Lounas: Broilerikiusausta. Päivällinen: Aurinkoista kasvisosekeittoa ja vadelmakiisseliä.	29.2. Lounas: Kalamurekepihvejä, perunasosetta. Päivällinen: Juustoista jauheliha-keittoa ja ruusunmarjakiisseliä.	1.3. Lounas: Possun lihakastiketta, perunoita. Päivällinen: Pinaattikeittoa kananmunalla ja appelsiinkiisseliä.	2.3. Lounas: Jauheliha-perunatoselaatikkoa. Päivällinen: Mannapuuroa ja kuningatarkiisseliä.	3.3. Lounas: Rose broilerikastiketta, perunasosetta ja jäätelöä. Päivällinen: Riisipuuroa ja luumusoppaa.
vk 10	4.3. Lounas: Lindströmin pihvejä, perunasosetta. Päivällinen: Kasvisosekeittoa ja mansikkakiisseliä.	5.3. Lounas: Lohikeittoa ja hedelmärahkaa. Päivällinen: Possu-juureskeittoa ja hedelmää.	6.3. Lounas: Kinkkukiusausta Päivällinen: Neljän viljan puuroa maitoon ja vadelma-päärynäkiisseliä.	7.3. Lounas: Broileripyöryköitä, perunoita. Päivällinen: Siskonmakkara-keittoa ja omena-kanelikiisseliä.	8.3. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita. Päivällinen: Seikeittoa ja marjat sekä kastiketta.	9.3. Lounas: Broileri-kasviskuisausta. Päivällinen: Mannapuuroa ja tyrnikiisseliä.	10.3. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta ja hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa ja rusinasoppaa.
vk 11	11.3. Lounas: Cheddar-kalaa, pinaatti-perunasosetta. Päivällinen: Minilihapullakeittoa ja ruusunmarja-mansikkakiisseliä.	12.3. Lounas: Pehmeää broilerikeittoa ja mansikka-vaniljavispiuuroa. Päivällinen: Samettista kurpitsakeittoa ja hedelmää.	13.3. Lounas: Merimieslaatikkoa. Päivällinen: Kolmen kalan keittoa ja mango-appelsiinkiisseliä.	14.3. Lounas: Kasvispyöryköitä, perunoita. Päivällinen: Kalkkuna-currykeittoa ja sekamarjakiisseliä.	15.3. Lounas: Kaalipataa, perunoita. Päivällinen: Nakkikeittoa ja suklaakiisseliä hillolla.	16.3. Lounas: Kasviskuisausta. Päivällinen: Mannapuuroa ja marjat.	17.3. Lounas: Lihakastiketta, perunasosetta ja jäätelöä. Päivällinen: Riisipuuroa ja sekahedelmäkeittoa.