

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2024: 32, 37, 42, 47, 52 ja 2025: 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto, paprika	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti	4-viljanpuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto, vesimeloni	Ohrahiutalepuuro (L), tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto, kesäkurpitsa	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto, cantaloupemeloni	Vehnähiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti
Lounas	Jauhelihakastike (G,M), perunat, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori-tuorekurkku-persikkasalaatti (kevät), ketsuppi, maito, leipä, rasva	Kananugetit (L), perunasose (G,L), kastike(G,L), porkkanaviipale, jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti, maito, leipä, rasva	Kirjolohivuoka (G,L), romanescokasvis, kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti, punajuurikuutio, maito, leipä, rasva	Uunimakkara (G,M), perunasose (G,L), kaali-rapea-melonisalaatti, sinappi, ketsuppi, kurkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Lihakeitto (G,M), juusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Nakkikeitto (G,M), polarjuusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Palapaistikastike (G,L), perunat, perunasalaatti, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, kahvikakku	Kahvi/tee, kääretorttu
Päivällinen	Liha-perunaviipale-laatikko (G,M), kiinanakaali-kurpitsasalaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto	Ohrasuurimopuuro (L), paprika, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Palvikuutiokeitto (G,M), tomaatti, maito, leipä, rasva polarjuusto	Kanajauhelihakeitto (G,M), kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva, gotlermakkara	Jauhelihakiusaus (G,L), vesimeloni, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Janssoninkiusaus (G,L), punajuuri-omenaraaste, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Riisipuuro (G,L), kanelisokeri, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
Jälkiruoka	Ananaskiisseli (G,M)	Hedelmämousse (G,L)	Marjat (G,M) (Suomi)ja vaniljakastike (G,L)	Mangovispi puuro (M)	Mansikkakiisseli (G,M)	Luumurahka (G,L)	Päärynäkiisseli (G,M)
Iltapala	Kreikkalainen jogurtti (G,L), maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli (G,M), raejuusto(G,L), maito, leipä, rasva, kalkkunaleike	Hedelmäsoserahka (G,L), maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito	Maustamaton jogurtti (G,L), hedelmäsose (G,M), maito, leipä, rasva lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro (M), maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli (G,M), rahka (G,L), maito, leipä, rasva, ylikypsäkinkku

*Iltapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2024: 33, 38, 43, 48 ja 2025: 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 2 /ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto, paprika	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto, vesimeloni	Ohrahiutalepuuro (L), tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto, kesäkurpitsa	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto, cantaloupemeloni	Vehnähiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti
Lounas	Broilerikastike (G,L), perunat, jäävuori-kaali-persikkasalaatti, mustaherukkahillo, maito, leipä, rasva	Hernekeitto (G,M), edamjuusto, tuorekurkkuviipale, maito, leipä, rasva, sinappi	Jauhelihapihvi (M), perunasose (G,L) pikkuporkkana, punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkku-salaatti, sinappi, ketsuppi, maito, leipä, rasva,	Lohikeitto (G,L), saunapalvilihaleike, salaatinlehti, maito, leipä, rasva,	Kinkkukiusaus (G,L), aurinkokasvis, vihreä salaatti-kurkkukuutio-mandariinisalaatti, maito, leipä, rasva,	Jauhelihakeitto (G,M), tomaatti, juusto, maito, leipä, rasva	Sianlihakastike (G,M), perunat, punajuurisalaatti, kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, minimunkki	Kahvi/tee, marjapiirakka
Päivällinen	Ohrahiutalepuuro (L), tomaatti, maito, leipä, rasva, gotler makkara	Perunahippumunakas palvirouheella (G,L), jäävuori-melonisalaatti, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Kesäkeitto (G,L), tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike	Kana-perunasuikale-laatikko (G,M), punakaali-persikkasalaatti, maito, leipä, rasva, altermannijuusto	Jauheliharisotto (G,L), vesimeloni, maito, leipä, rasva, maksamakkara	Lohikiusaus (G,L), punajuuri-omenaraaste, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L), kanelisokeri, paprika, lihapasteija (M), maito, leipä, rasva,
Jälkiruoka	Ruusunmarjakiisseli (G,M)	Pannari (L) ja mansikkahillo (G,M)	Marjarahka (G,L)	Aprikoosikiisseli (G,M)	Raparperikiisseli (G,M)	Puolukkamousse (G,L)	Mansikkajogurttirahka (G,L)
Iltaapala	Kreikkalainen jogurtti (G,L) maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli (G,M), raejuusto (G,L), maito, leipä, rasva kalkkunaleike	Hedelmäsoserahka (G,L), maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito	Maustamaton jogurtti (G,L), hedelmäsose (G,M), maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro (M), maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli (G,M), rahka (G,L), maito, leipä, rasva, ylikypsäkinkku

*Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista							
Kalenteriviikot 2024: 34, 39, 44, 49 ja 2025: 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52							
G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton							
Ateria	Vko 3 /ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto, paprika	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti	4-viljanpuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto, vesimeloni	Ohrahiutalepuuro (L), tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto, kesäkurpitsa	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto, cantaloupemeloni	Vehnähiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti
Lounas	Porkkana-kasvissosekeitto (G,L), raejuusto (G,L), tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kalapyörykät (G,M), perunasose (G,L), jäävuori-kurkku-maissisalaatti, punajuurikuutio, maito, leipä, rasva	Makaronilaatikko (L), harlekiini kasvis, porkkana-ananasraaste (syksy) ja kaali-kurkku-ananassalaatti (kevät), ketsuppi, maito, leipä, rasva	Palapaisti (G,L), perunat, vihannesmix, jää-punafrisee-omena-kurpitsasalaatti, maito, leipä, rasva	Aurinkoinen broilerikeitto (G,L), oltermannijuusto, paprikasuikale, maito, leipä, rasva	Minestronekeitto (M), sulatejuusto, tomaattiviipale, maito, leipä, rasva	Lihamureke (G,M), kermaperunat (G,L), kastike (G,M), coleslawsalaatti, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, kahvikakku	Kahvi/tee, vadelmatäytepitko
Päivällinen	Kanarisotto (G,L), kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva kaiserwursti	Jauhelihaperunasose-laatikko (G,L), tomaatti, maito, leipä, rasva polarjuusto	Kukkakaalisose-keitto (G,L), tuorekurkku, maito, leipä, rasva saunapalvileikkele	Perunahippurisotto jauhelihalla (G,L), omenalohko, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Possukeitto (G,M) kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Lohilaatikko (G,M), punajuurisalaatti, jääsalaatti, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Riisipuuro (G,L), kanelisokeri, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, keittokinkku
Jälkiruoka	Mangokiisseli (G,M)	Omena-päärynäkiisseli (G,M)	Mansikkavispijuuro (M)	Sekahedelmäkiisseli (G,M)	Hedelmäinen piimävanukas (G,L)	Taikinoidut omenat (M) ja vaniljakastike (G,L)	Persikkakiisseli (G,M)
Iltaapala	Kreikkalainen jogurtti (G,L), maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli (G,M), raejuusto (G,L) maito, leipä, rasva kalkkunaleike	Hedelmäsoserahka (G,L), maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito	Maustamaton jogurtti (G,L), hedelmäsose (G,M), maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro (M), maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli (G,M), rahka (G,L), maito, leipä, rasva, ylikypsäkipinkku

*Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2024: 35, 40, 45, 50 ja 2025: 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 4 / ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto, paprika	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti	4-viljanpuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto, vesimeloni	Ohrahiutalepuuro (L), tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto, kesäkurpitsa	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto, cantaloupemeloni	Vehnähiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti
Lounas	Jauheliuhakeitto (G,M), omenalohko, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Uunikala kastikkeessa (G,L), perunasose (G,L), ruusukaali, jäävuori-punafrisee-kesäkurpitsa-salaatti, punajuurikuutio, maito, leipä, rasva	Lasagnette (L), kaali-jäävuori-mandariinisalaatti, ketsuppi, maito, leipä, rasva	Kalkkunakastike (G,L) peruna, salaattimix-kurkku-ananassalaatti, mustaherukkahillo, maito, leipä, rasva	Jauheliuhakeitto (M), perunat, paprikasuikale, maito, leipä, rasva	Lohikeitto (G,L), tomaatti, edamjuusto, maito, leipä, rasva	Karjalanpaisti (G,M), perunat, puutarhasekoitus, sienisalaatti, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, jäätelö	Kahvi/tee, unelmakäretorttu
Päivällinen	Makkarakeitto (G,M), tomaatti, maito, leipä, rasva sulatejuusto	Kaalipata (G,M), puolukkasurvos, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Punajuuri-perunanuudeliuoka murealla naudalla (G,L), maito, leipä, rasva polarjuusto	Siskonmakkarakeitto (G,M), paprikamix, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Kasvissosekeitto (G,L), munapasteija (L) hunajameloni, maito, leipä, rasva	Possumurealaatikko (G,M), tuorekurkkusuikale, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L), kanelisokeri, tomaatti, maito, leipä, rasva, polarjuusto
Jälkiruoka	Ohukaiset (L) ja hillo (G,M)	Mangokiisseli (G,M)	Marjakiisseli (G,M)	Puolukkamousse (G,L)	Hedelmäkiisseli (G,M)	Vatkattu mustaherukkapuuro (M)	Appelsiinikiisseli (G,M)
Iltapala	Kreikkalainen jogurtti (G,L), maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli (G,M), raejuusto (G,L), maito, leipä, rasva, kalkkunaleike	Hedelmäsoseraikka (G,L), maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti (G,L), hedelmäsose (G,M), maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro (M), maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli (G,M), rahka (G,L), maito, leipä, rasva, ylikypsäkinkku

*Iltapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2024: 36, 41, 46, 51 ja 2025: 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto, paprika	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti	4-viljanpuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto, vesimeloni	Ohrahiutalepuuro (L), tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto, kesäkurpitsa	Kaurapuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto, cantaloupemeloni	Vehnähiutalepuuro (M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto, tomaatti
Lounas	Nakkikastike (M), perunat, vihreäsalaatti-retiisi- ananassalaatti, maito, leipä, rasva	Porkkanaohukaiset (L), perunasose (G,L), kruunusekoitus, jäävuori-punafrisee- paprika-mangosalaatti, puolukka, raejuusto, maito, leipä, rasva	Lihapyörykät (M), perunat, kastike (G,M), salaattimix-tomaatti- kurkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Broilerpastavuoka (L), porkkanaviipale, rapea suikale- vesimelonisalaatti, maito, leipä, rasva	Kalakeitto (G,L) , maito, leipä, rasva keittokinkku, salaatinlehti	Jauheliuhakeitto (G,M), tomaatti, edamjuusto, maito, leipä, rasva	Lihakastike (G,L), perunat, Italiansalaatti, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rinkeli	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, marjapiirakka	Kahvi/tee, mustikkatäytepitko
Päivällinen	Kukkakaalisose- keitto (G,L), paprika, maito, leipä, rasva kaiserwursti	Lihakasvispata (G,M), vesimeloni, maito, leipä, rasva oltermanni juusto	Jauheliha-perunaviipale- laatikko (G,M), porkkanaraaste (syksy) ja tomaatti (kevät), maito, leipä, rasva sulatejuustonappi	Kaurasuurimopuuro (L) kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva saunapalvileikkele	Pinaattikeitto (L), kananmunat, tomaatti, maito, leipä, rasva	Broilerikiusaus (G,L), aurinkosalaatti, maito, leipä, rasva sulatejuusto	Riisipuuro (G,L), kanelisokeri, tomaatti, maito, leipä, rasva, keittokinkku
Jälkiruoka	Päärynäkiisseli (G,M)	Vadelmavispipuuro (M)	Aprikoosikiisseli (G,M)	Hedelmäsmootie (G,L)	Kuningatarkiisseli (G,M)	Marja-talkkunahyve (L)	Riisifrutti(valmis) (G)
Iltaapala	Kreikkalainen jogurtti (G,L), maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli (G,M), raejuusto (G,L), maito, leipä, rasva kalkkunaleike	Hedelmäsoserahka (G,L), maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito, leipä, rasva	Maustamaton jogurtti (G,L), hedelmäsose (G,M), maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mustikka-grahampuuro (M), maito, leipä, rasva, polarjuusto	Marjasosekiisseli (G,M), rahka (G,L), maito, leipä, rasva, ylilyksäkiisseli

*Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.