

## RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 16

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro, tuorekurkku, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro, tomaatti, maito, leipä, rasva, kaisermakkara, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro, vesimeloni, maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro, paprika, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro, kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva, gottermakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro, tomaatti, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro, tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
LOUNAS	Lohikeitto saunapalvileike salaatinlehti  maito, leipä, rasva	Jauhelihipihvi perunat ja kastike punakaali-kesäkurpitsa- kartanoherkkusalaatti maito, leipä, rasva	Broilerikastike perunat jäätuori-kaali- persikkasalaatti mustaherukkahillo maito, leipä, rasva	Hernekeitto juusto tuorekurkku  maito, leipä, rasva	Broilermurekepihvi perunat ruskea kastike vihreäsalaatti-kurkku- mandariinisalaatti maito, leipä, rasva	Lihakeitto  juusto suolakurkku  maito, leipä, rasva	Sianlihakastike, perunat, keitetty porkkana, punajuurisalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Aprikoosikiisseli	Ruusunmarjakiisseli	Sitruunarahka	Pannari ja mansikkahillo	Mämmi ja vaniljakastike	Punaherukkaraejuusto- vaahto	Sitruunamousse
PÄIVÄ-KAHLVI	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, vohveli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, mangolevykakku	Kahvi, minimunkki	Kahvi, rahkapulla
PÄIVÄL-LINEN	Kalakeitto, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Palvirouheperunakeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Kesäkeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, kananmuna	Jauheliharisotto, mandariini, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Jauhelihaakeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Pinaattikeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Punajuuriseikeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Mustikkariisipuuro, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mansikkajogurtti, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylilyksäkipakku

## RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 17

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro, tuorekurkku, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro, tomaatti, maito, leipä, rasva, kaisermakkara, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro, vesimeloni, maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro, paprika, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro, kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva, gotlermakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro, tomaatti, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro, tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
LOUNAS	Palapaisti perunat keitetyt vihannekset perunasalaatti  maito, leipä, rasva	Aurinkoinen broilerikeitto juusto paprikasuikaleet  maito, leipä, rasva	Kalapyörökät perunasose keitetty parsakaali jäävuori-kurkku-maissisalaatti maito, leipä, rasva	Kasvissosekeitto kananmuna riisipiirakka tuorekurkkuviipaleet  maito, leipä, rasva	Makaronilaatikko, kaali-kurkku-ananassalaatti ketsuppi  maito, leipä, rasva	Broilerikeitto, juusto, tomaattiviipale  maito, leipä, rasva	Lihamureke, kermaperunat, kastike, vihreäsalaatti-kurkku-paprikasalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Mansikkakiisseli	Jogurtti	Omena-päärynäkiisseli	Mansikkapuuro	Omena-lakkajogurttirahka	Taikinoidut omenat ja vaniljakastike	Persikkakiisseli
PÄIVÄ-KAHVI	Kahvi, porkkanalevykakku	Kahvi, keksi	Kahvi, vohveli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, kahvikakku	Kahvi, vadelmatäytepitko
PÄIVÄLINEN	Maitoperunat, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Lihakeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Kukkakaalisosekeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, kananmuna	Perunakiusaus-jauhelihalla, mandariini, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Lohikeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Porkkanasosekeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Metsäsienikeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gotlermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Mustikkariisipuuro, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mansikkajogurtti, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylikypsäinkku

**RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 18**

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro, tuorekurkku, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro, tomaatti, maito, leipä, rasva, kaisermakkara, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro, vesimeloni, maito, leipä, rasva, sulatejuustonappi, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro, paprika, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro, kesäkurpitsa, maito, leipä, rasva, gottermakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro, tomaatti, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Riisipuuro, tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
LOUNAS	Jauhelihakeitto, edamjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Uunikala kastikkeessa, perunat, keitetyt porkkanasuikaleet, jäävuori-kesäkurpitsa-salaatti, punajuurikuutiot, maito, leipä, rasva	Nakit perunasose kastike kaali-jäävuori-mandariinisalaatti maito, leipä, rasva	Lohimurekepihvi perunat kastike punajuurimajoneesi-salaatti maito, leipä, rasva	Kalkkunakastike riisi vihreä-kurkku-ananassalaatti maito, leipä, rasva	Lihakeitto, juusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Karjalanpaisti, perunat, keitetty kruunuvihannes, sienisalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Marjakiisseli	Mangokiisseli	Hedelmäkiisseli	Jäätelö	Mustikkavaahto	Vatkattu mustaherukkapuuro	Appelsiiniikiisseli
PÄIVÄ-KAHVI	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, vohveli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, jäätelö	Kahvi, unelmatorttu
PÄIVÄL-LINEN	Makkarakeitto, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Kasvissosekeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Siskonmakkarakeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, kananmuna	Kesäkeitto, mandariini, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Broilerikeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Juuressosekeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Jauhelihakeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Sekamehukiisseli, maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Mustikkariisipuuro, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Mansikkajogurtti, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylikypsäinkku