

Nivala ikäihmisten ruokalista

Kalenteriviikko 2026: 14

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria Vko 2	ma	ti	ke	to 2.4. Kiirastorstai	pe 3.4. Pitkäperjantai	la 4.4.	su 5.4. Pääsiäispäivä
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto	Ohrahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Palapaisti (G,L) perunat, vihannesmix, jää-punafrisee-omena-kurpitsasalaatti, maito, leipä,rasva,	Hernekeitto (G,M), edamjuusto, mandariini, sinappi, perunarieskanen, maito, leipä, rasva	Jauhelihipihvit (M), perunasose (G,L) pikkuporkkana, punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkku-salaatti, sinappi, ketsuppi maito, leipä, rasva,	Broilerikastike (G,L), perunat, värikäs salaatti, maito, leipä, rasva	Lammaspyörykkä (G,L), perunat, kermakastike (G,L), aurinkoinen salaatti, maito, leipä, rasva	Jauhelihakeitto (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Uunilohi kastikkeessa (G,L), perunasose (G,L), punajuurisalaaati, maito, leipä, rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, rahkapiiras	Kahvi/tee, minimunkki	Kahvi/tee, porkkanakakkuleivos
Päivällinen	Jauhelihakeitto (G,M), gotlermakkara, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kana-perunasuikalelaatikko (G,L), punakaali-persikkasalaatti, edamjuusto, maito, leipä, rasva	Ohrahiutalepuuro(L), kalkkunaleike, tomaatti, maito, leipä, rasva	Perunahippu-munakas palvirouheella (G,L), jäävuori-melonisalaatti, oltermannijuusto, maito, leipä, rasva	Mannapuuro (L), saunapalvileikkele, meloni, maito, leipä, rasva	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)	Aprikoosikiisseli (G,M)	Sitruunarahka (G,L)	Mango-passionmousse (G,L)	Hedelmäkiisseli (G,M)	Kerrosmämmi (L)
Illtapala	Jogurtti (G,L), lauantaimakkara, maito, leipä,rasva	Mustaherukkamehu-kiisseli (G,M), raejuusto (G,L), kalkkunaleike, maito, leipä, rasva	Hedelmäoserahka (G,L), sulatejuustonappi, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), kinkkuleikkele, maito, leipä, rasva	Puolukka-riishiutalepuuro (G,M), polarjuusto, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), ylikypsäkinkku, maito, leipä, rasva

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

Nivala ikäihmisten ruokalista

Kalenteriviikko 2026: 15

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria Vko 3	ma 6.4. 2.Pääsiäispäivä	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukeitto	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukeitto	Orahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukeitto	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukeitto	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukeitto	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukeitto
Lounas	Broilerimurekepihvi (L), kermaperunat (G,L), pippurikastike (G,L), mustaherukkahillo, maito, leipä, rasva	Porkkana-kasvissosekeitto (G,L), suolakurkku, kinkkuleikkele, maito, leipä, rasva	Makaronilaatikko (L), harlekiini kasvis, kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti, ketsuppi maito, leipä, rasva	Makkarakastike (G,M), perunat, porkkanaviipale, vihreäsalaatti-mandariini-tuorekurkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Aurinkoinen broilerikeitto (G,L), oltermannijuusto, omenalohko, maito, leipä,rasva	Minestronekeitto (M), sulatejuusto, tomaatti, maito, leipä,rasva	Lihamureke (G,M) kermaperunat (G,L), kastike (G,M), coleslawsalaatti maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pääsiäisen kahvikakku	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, jäätelöpikari	Kahvi/tee, vadelmatäytepitko
Päivällinen	Kesäkeitto (G,L), kinkkuleikkele, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Possukeitto (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Mannapuuro (L), saunapalvileikkele, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kukkakaalisosekeitto (G,L), lauantaimakkara, paprika, maito, leipä,rasva	Jauheliha-perunasoselaatikko (G,L), puolukkasurvos, oltermannijuusto, maito, leipä,rasva	Lohilaatikko (G,M) punajuurisalaatti, launntaimakkara, jääsalaatti, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L) kanelisokeri, keittokinkku, banaani /appelsiinilohko, maito, leipä,rasva
Jälkiruoka	Pasha	Jogurtti (G,L)	Mangokiisseli (G,M)	Omenapaistos (M) ja vaniljakastike (G,L)	Hedelmäinen piimävanukas (G,L)	Kuningatarkiisseli (G,M)	Persikkasosekiisseli (G,M)
Iltaapala	Jogurtti (G,L), keittokinkku, maito, leipä,rasva,	Mustaherukkamehu-kiisseli (G,M), raejuusto(G,L), kalkkunaleike, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka (G,L), sulatejuustonappi, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), lauantaimakkara, maito, leipä, rasva	Puolukka-riisihutalepuuro (G,M), polarjuusto, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), ylikypsäkiisseli, maito, leipä, rasva

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