

Nivala terveyskeskus henkilökunta ruokalista

Kalenteriviikko 2026: 14

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 2 /ma	ti	ke	to 2.4. Kiirastorstai	pe 3.4. Pitkäperjantai
Lounas	Palapaisti (G,L), perunat, vihannesmix, salaattibufee, maito, leipä, rasva	Hernekeitto, salaattibufee, sinappi, maito, leipä, rasva	Jauhelihapihvit (M), perunasose (G,L), pikkuporkkana, salaattibufee, sinappi, ketsuppi, maito, leipä, rasva	Broilerikastike (G,L), perunat / riisi, salaattibufee, maito, leipä, rasva	Ruokasali kiinni
Jälkiruoka	Ruusunmarjakiisseli (G,M), kahvi/tee	Pannari (L) ja mansikkahillo (G,M), kahvi/tee	Aprikoosikiisseli (G,M), kahvi/tee	Sitruunarahka (G,L), kahvi/tee	

Kalenteriviikko 2026: 15

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 3 /ma 6.4. 2.Pääsiäispäivä	ti	ke	to	pe
Lounas	Ruokasali kiinni	Porkkana-kasvissosekeitto (G,L), raejuusto (G,L), salaattibufee, maito, leipä, rasva	Makaronilaatikko (L), harlekiini kasvis, salaattibufee, ketsuppi, maito, leipä, rasva	Makkarakastike (G,M), perunat, porkkanaviipale, salaattibufee, maito, leipä, rasva	Aurinkoinen broilerikeitto (G,L), salaattibufee, maito, leipä, rasva
Jälkiruoka		Jogurtti (G,L), kahvi/tee	Mangokiisseli (G,M), kahvi/tee	Omenapaistos (M) ja vaniljakastike (G,L), kahvi/tee	Hedelmäinen piimävanukas (G,L), kahvi/tee