

RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 51

	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
LOU-NAS	Jauhelihapihvi, perunat, kastike, punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Hernekeitto, edamjuusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Jauhelihakeitto, makkara, paprikasiivut, maito, leipä, rasva	Broilerikastike, perunat, keitetty porkkana, jäävuori-kaali-persikka-salaatti, mustaherukkahillo, maito, leipä, rasva	Makaronilaatikko, vihreäsalaatti-kurkku-mandariinisalaatti, maito, leipä, rasva	Nakkikeitto, edamjuusto, paprikaviipaleet, maito, leipä, rasva	Lihamureke, kermaperunat, perunasalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Raparperikiisseli	Pannukakku ja mansikkahillo	Marjarahka	Aprikoosikiisseli	Ruusunmarjakiisseli	Punaherukkaraejuusto-vahto	Mansikkajogurttirahka
PÄIVÄ-KAHVI	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, vohveli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, minimunkki	Kahvi, marjapiirakka
PÄIVÄL-LINEN	Kesäkeitto, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Perunahippumunakas palvirouheella, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Kalakeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, kananmuna	Jauheliharisotto, mandariini, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Kanakasviskeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Makaronilaatikko, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Broilerikiusaus, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Mustaherukkamehukiisseli, maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Puolukkariisipuuro, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Jogurttirahka, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylikypsäkincku

RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 52

	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	Riisipuuro , vesimeloni, maito, leipä, rasva, lihaleikkele, kahvi/tee, mehukeitto pipari	Riisipuuro , 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
LOU-NAS	Aurinkoinen broilerikeitto, oltermannijuusto, paprikasuikaleet, maito, leipä, juusto	Kalapyörykät, perunasose, kastike, keitetty parsakaali, jäävuori-kurkku-paprikasalaatti, punajuurikuutiot, maito, leipä, rasva	JOULUAATTO Joulukinkku, perunat ja kastike, lanttulaatikko, rosolli, maito, leipä, rasva	JOULUPÄIVÄ Karjalanpaisti, perunat, porkkanalaatikko, sienisalaatti, maito, leipä, rasva	TAPANINPÄIVÄ Kalkkunanfilee, kastike kermaperunat, jäävuori-kurkku-persikkasalaatti maito, leipä, rasva	Makkarakastike, perunat jäävuori-melonisalaatti, maito, leipä, rasva	Sianlihakastike, perunat, keitetty porkkana, italiansalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Mangokiisseli	Omena-päärynäkiisseli	Luumurahka	Hedelmäsalaatti	Vadelmarahka	Aprikoosikiisseli	Luumuvahto
PÄIVÄ-KAHVI	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, joulutorttu, suklaakonvehti Glögi	Kahvi, talvikakku	Kahvi, piparipulla	Kahvi, kahvikakku	Kahvi, vadelmatäytepitko
PÄIVÄ-LINEN	Maitoperunat, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Jauhelihaperunakiusaus tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Broilerikeitto, tomaatti, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Kukkakaalisosekeitto, mandariini, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Jauhelihakeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Lohikiusaus, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Jauhelihaperunasose-laatikko, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Puolukkakeitto, Valio maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gotlermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Luumu-rusinakeitto, Valio maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Jogurttirahka, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylikypsäkinkku

RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 1

	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	Kalakuviot, perunat ja maitokastike, keitetyt kesäporkkanat, jäävuori-kesäkurpitsa-salaatti, punajuurikuutiot, maito, leipä, rasva	Nakit, perunasose, kastike, kaali-jäävuori-mandariinisalaatti maito, leipä, rasva	UUDENVUODENPÄIVÄ Lohikeitto, saunapalvileikkele, tuorekurkku maito, leipä, rasva	Kalkkunakastike, riisi, jäävuori-kurkku-ananassalaatti, mustaherukkahillo, maito, leipä, rasva	Lihakeitto, juusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Karjalanpaisti, perunat, lanttulaatikko, sienisalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Vaniljajogurtti	Mustikkakiisseli	Mangokiisseli	Marjarahka	Hedelmäkiisseli	Mansikkavaahto	Mangojogurttirahka
	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, vohveli	Kahvi, suklaaleivos	Kahvi, keksi	Kahvi, jäätelö	Kahvi, unelmatorttu
PÄIVÄL-LINEN	Porkkanasosekeitto, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Makkarakeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Kinkkukiusaus, tomaatti, maito, leipä, rasva, kananmuna	Kasvissosekeitto, mandariini, maito, leipä, rasva, kinkkuleike	Possukeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Lihakaalilaatikko, puolukkasose, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Silakkalaatikko, tomaatti, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Mustaherukkamehu-kiisseli, maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Puolukkariisipuuro, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Jogurttirahka, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylikypsäkincku

RUOKALISTA YLIVIESKAN TERVEYSKESKUS VK: 2

	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
LOU-NAS	Broilerikastike, perunat, keitetyt porkkanaviipaleet, vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti, maito, leipä, rasva	LOPPIAINEN Palapaisti, perunat, porkkanalaatikko, jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti, maito, leipä, rasva	Lohikeitto, keittokinkku, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Lihapyörökät, perunat, kastike, salaattimix-tomaattikurkkusalaatti, maito, leipä, rasva	Nakkikastike, perunat, rapea-vesimelonisalaatti, maito, leipä, rasva	Jauhelihakeitto, tomaatti, juusto, maito, leipä, rasva	Lihasuikalekastike, perunat, keitetyt sateenkaariporkkanat, punajuurisalaatti, maito, leipä, rasva
JÄLKI-RUOKA	Päärynäkiisseli	Jäätelö	Mansikkakiisseli	Hedelmäsmoothie	Kuningatarkiisseli	Marja-talkkunahyve	Riisifruitti
PÄIVÄ-KAHVI	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, joulutorttu	Kahvi, vohveli	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, marjapiirakka	Kahvi, jäätelö
PÄIVÄL-LINEN	Kalakasviskeitto, kesäkurpitsaviipaleet, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Porsaanlihakeitto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, edamjuusto	Lihaperunaviipalelaatikko, tomaatti, maito, leipä, rasva, kananmuna	Kukkakaalisosekeitto, mandariini, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Kinkkuperunakasviskeitto, viinirypäleet, maito, leipä, rasva, oltermannijuusto	Kinkkukiusaus, tuorekurkku, maito, leipä, rasva, kaisermakkara	Riistavuoka puolukkasose, maito, leipä, rasva, sulatejuusto
ILTA-PALA	Kreikkalainen jogurtti, maito, leipä, rasva, keittokinkku	Mustaherukkamehukiisseli, maito, leipä, rasva, raejuusto	Hedelmäsoserahka, maito, leipä, rasva, gottermakkara	Riisipiirakka, munavoi, maito	Puolukkariisipuuro, maito, leipä, rasva, lauantaimakkara	Jogurttirahka, maito, leipä, rasva, polarjuusto	Hedelmäpommijogurtti, maito, leipä, rasva, ylikypsäkinkku