

PALVELUASUNTOJEN RUOKALISTA / viikko 13 / 2018

=Kotikeskus, Suvantokodit, Niittykodit ja Mattilan palvelutalo

VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

Kiertävän ruokalistan lista nro 1

I Vko 13	Ateria	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai 30.3. Pitkäperjantai	Lauantai 31.3.	Sunnuntai 1.4. Pääsiäispäivä
	Aamupala	Ruishiutale-puuro, M tuoremehu maito, leipä lihahyytelö, kahvi	Luumukaura-puuro, M tuoremehu maito, leipä juusto, kahvi	Vehnähiutale-puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi *hedelmäkori	Ohrahiutale-puuro, L tuoremehu maito, leipä leikkele/silli, kahvi	4-viljanpuuro, M tuoremehu maito, leipä marjasose, kahvi	Kaurapuuro, M tuoremehu maito, leipä kananmuna, kahvi	Vehnähiutale-puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi
	Lounas	Nakkikeitto, G, M juusto	Jauhelihapihvit, M muusi, G, L kastike, M kaalisalaatti puolukkasurvos	Italianpata, M vihersalaatti	Mangoinen broilerikastike, M perunat värikäs tuoresalaatti	Lammas-pyörykkä, VL perunat, kermakastike kasvissalaatti	Kinkku-vihanneskeitto, G, M juusto	Broilerinfilee, M kermaperunat, G, L rosepippurikastike, L baby-porkkanat mustaherukkahillo
		Hedelmäinen puuro, M	Persikkakiisseli, G, M	Sitruunavanukas, G, M	Mansikka-Raparperikiisseli, G, M	Persikkarahka, G, L	Mansikkavispi-puuro, M	Mämmi, M ja kerma, L
	Päiväkahvi	Kahvi / tee pitkopulla	Kahvi / tee pikkupulla	Kahvi / tee jäätelöpikari	Kahvi / tee täytepitko	Kahvi / tee suklaakermaleivos	Kahvi / tee rahkapulla	Kahvi / tee pääsiäisleivos
	Päivällinen	Kalakeitto, G, L maksamakkara	Mannavelli lihahyytelö	Makkarakeitto, G, M juusto, tuorepala	Juuressosekeitto, G, L karjalanpiirakka	Ohrasuurimo-puuro leikkele, tuorepala	Kalakeitto, G, L croissant	Riisipuuro, G leikkele herkkukurkku
		Vanukas, G, VL	Puolukkakiisseli, G, M	Ruusunmarja-kiisseli, G, M	Mustaherukka-kiisseli, G, M	Päärynävanukas, G, M	Jogurtti	Hedelmäkiisseli, G, M
	Iltapala	Kiisseli, G, M leipä, maito	Viili kiisseli, G, M leipä, maito	Kiisseli, G, M leipä, maito	Jogurtti kiisseli, G, M leipä, maito	Smoothie leipä, maito kahvi, tee, pieni makea kahvileipä	Kiisseli, G, M leipä, maito kahvi, tee	Kiisseli, G, M leipä, maito kahvi, tee, pieni makea kahvileipä

*Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä ja ravintorasva

*Hedelmäkori = hedelmiä osastoille / koteihin