





PALVELUASUNTOJEN RUOKALISTA viikko 8 / 2023

Kiertävän ruokalistan lista nro 2

L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

II	Ateria	Maanantai	Tiistai 21.2. Laskiaistiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Vko 8	Aamu- pala 	Ruishiutalepuuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi	Kaurapuuro, L tuoremehu maito, leipä juusto, kahvi	4- viljanpuuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi *hedelmäkori	Ohrahiutale- puuro, L tuoremehu maito, leipä juusto / silli, kahvi	Vehnähiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä kananmuna, kahvi	Kaurapuuro, M tuoremehu maito, leipä, marja- / hedelmäsose, kahvi	Ruishiutale- puuro, M tuoremehu maito, leipä leikkele, kahvi
	Lounas	Nakkikeitto, G, M tuorepala	Hernekeitto, G, M juusto rieska	Kirjolohti-peruna- kisuus, G, L tuoresalaatti punajuuri	Chili con Carne, M perunat tuoresalaatti	Nakkikastike, M perunat höyrytetty kasvis tuoresalaatti	Kasvispihvit, G, M perunat kastike, L punajuurisalaatti	Stroganoff, M perunat salaatti
		Ruismarjapuuro, M	Pannukaku, L + hillo	Mustaherukka- kiisseli, G, M	Mangovanukas, G, M	Marjainen rae- juustovaahto, G, L	Karhunvadelma- kiisseli, G, M	Herkkumousse, G, L
	Päiväkahvi 	Kahvi / tee pitkopulla	Kahvi / tee laskiaispulla	Kahvi / tee jäätelöpikari	Kahvi / tee rahkapitko	Kahvi / tee voimapulla	Kahvi / tee kahvikakku	Kahvi / tee piirakka / kääretorttu tms.
	Päivällinen	Perunaviipale- jauhelihaletikko, G, M salaatti Marjajälkiruoka, G	Ohrahiutalevelli leikkele, tuorepala Mansikkakiisseli, G, M	Broileri-pekoni- keitto, G, M pehmopalat Omenapaistos, L + vaniljakastike, G, L	Kalakeitto, G, L maksamakkara Mustikka- kiisseli, G, M	Helmivelli, G leikkele Kokinkiisseli	Lihapullakeitto, G, M tuorepala Jogurtti	Riisipuuro, G sämpylä, leikkele Hedelmä- kiisseli, G, M
	Iltapala	Hedelmäkiisseli, G, M + raejuusto, L leipä, maito, leikkele	Riisipiirakka, L + munavoi, G, L maito	Ruusunmarja- rahka, G, L leipä, maito, kananmuna	Kreikkalainen jogurtti, G, L leipä, maito, juusto	Pirtelö, G, L leipä, maito leikkele	Marjapuuro, M + vaniljakastike, G, L leipä, maito juusto	Kiisseli, G, M + rahka, G, L leipä, maito, kalkkunaleikkele

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

• Iltapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa

* Hedelmäkori = hedelmiä osastoille / koteihin