

**Keskussairaala Pohjantikka 1**

**Voimassa 2018 viikolla: 48**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Lounas 1</b>	Appelsiinikukka K G Peruna Parsakaali	Kaalikäryleet M K G Peruna Ruskeakastike K G Porkkana	Uunikala seistä K G Perunasose K G Punajuuret uunissa	Maksa-kermakas- tike K G Peruna Kukkakaali	Broileripyörykkä M K Kermaperunat K G Currykastike K G Uunijuurekset	Kirjolohikiusaus K G Pikkuporkkana	Riista-juustokäris- tys K G Perunasose K G Puutarhurin sekoit- tus
<b>Kasvis- lounas</b>	Kuskus-kasvispihvi Kermaviilikastike K G	Kasviskääryle M KG	Kahden kasviksen quornsuikalepais- tos K G	Feta-kasvispihvi G Mangoraja-kastike G	Soijarouhe-juusto- käristys K G	Soija-kasvislasag- nette K	Majakanvartijan quornpihvi G
<b>Lounas 2</b>	Porkkanasosekeitto K G Leikkele	Kirkas broileri- keitto M K G	Juustoinen kasvis- keitto K G	Ohrapuuro K Mansikkakiisseli M K G Leikkele	Hyvän olon kala- keitto K G		
<b>Jälki- ruoka</b>	Mustikkakiisseli M K G	Ruusunmarjakiis- seli M K G Vanillainen kerma- vaahto K G	Vanillainen vispi- puuro K	Jogurttimousse mustaherukkakas- tike K G	Omena-kanelikiis- seli M K G Kermavaahto K G	Mangorahka K G	Ananaskiisseli M K G
<b>Take Away-sa- laatti</b>	Savulohi-triosim- pukkasalaatti Juusto-triosimpuk- kasalaatti	Broiler-pastasa- laatti Juusto-pastasa- laatti	Tonnikalasalaatti Rae-juusto-kanan- munasalaatti	Savukirjolohisa- laatti Mozzarellasalaatti	Broileri-simpukka- pastasalaatti Leipäjuusto-sim- pukkapastasalaatti		

**G = gluteeniton** \*voi sisältää kauraa      **K = kananmunaton**      **M = maidoton**

\*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.  
Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista. Muutokset ovat mahdollisia.



Olemme Portaat luomun portaalla 1

## Keskussairaala Pohjantikka 2

Voimassa 2018 viikolla: 49

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Lounas 1</b>	Paahdettu sianliha-kastike M K G Peruna Lanttu-porkkana	Lihamureke M K G Peruna Ruskeakastike K G Kahden kaalin sekoitus	Kahden kalan paistos M K Perunasose K G Kruunusekoitus	Karjalainen lihapata M K G Perunasose K G Porkkanalaatikko M K G	Paella broilerista M K G Herne-maissi	Liha-makaronilaatikko K	Kirjolohi uunissa K G Perunasose K G Porkkanaviipale
<b>Kasvis-lounas</b>	Kasvismoussa K G	Linssi-kasviskastike M K G	Parsakaali-pinaattipihvipihvi M K G Kermaviilikastike K G	Punajuuripyörökät M K G Aurakastike K G	Soijapyörökät tahitilaiseen tapaan G Peruna	Mexikan kasvispihvi K G Peruna Juustokastike K G	Quornpihvit ananaskastikkeessa M G
<b>Lounas 2</b>	Bataattikeitto K G	Borsch-keitto M K G	Lihakeitto M K G		Tomaatti-vuohenjuustokeitto K G		
<b>Jälkiruoka</b>	Puolukkakiisseli M K G Vaniljavaahto K G	Ohukkaat Hillo	Mansikka-ananasraha G K	Täytekakku	Marjakeitto M K G Vaniljainen kerma-vahto K G	Mustaherukkavispipuuro M K	Ruusunmarjamenakiisseli M K G
<b>Take Away-salaatti</b>	Keltainen broilerisalaatti Keltainen juustosalaatti	Ruokaisa kirjolohisalaatti perunasta Ruokaisa juustosalaatti perunasta	Täysjyvä-papubroilerisalaatti Täysjyvä-papusalaatti		Tonnikalasalaatti Raejuusto-kananmunasalaatti		

**G = gluteeniton** \*voi sisältää kauraa      **K = kananmunaton**      **M = maidoton**

\*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista. Muutokset ovat mahdollisia.



Olemme Portaat luomun portaalla 1

## Keskussairaala Pohjantikka 3

Voimassa 2018 viikolla: 50

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Lounas 1</b>	Kana-kookoskastike M K G Keitetty riisi M K G Parsakaali-porkkana	Jouluinen jauheliha-pihvi M G Peruna Ruskea-kermakastike K G K G Porkkana	Joulukinkku M K G Peruna Porkkanalaatikko M K G Punakaalivuoka K G Kermanen punasipulikaustike K G	Kalagradiini cheddar K ( sis laktoosia) Perunasose K G Herne-maissi	Uunimakkara M K G Juusto-perunapastos K G Uunijuurekset	Jauheliha-juustovuoka K G Aurinkokasvikset	Broileriwokkipata M K G Keitetty riisi M K G Kahden kaalin sekoitus
<b>Kasvis-lounas</b>	Tex-mex-kasvisvuoka K G	Fetajuusto-kasvispaistos K G	Vöner viipale M K	Papu-spaghettipata M K	Koskenlaskijan maisipörykkä G	Kasvispaella M K G	Quorn lasagne
<b>Lounas 2</b>	Nakkikeitto M K G	Casablancan kana-keitto M K G		Tomaatti jauheliha-keitto M K G	Punainen lohikeitto K G		
<b>Jälkiruoka</b>	Persikkarahka K G	Maissikiisseli K G Marjasose M K G	Karpalokiisseli M K G Kinuskinen rahkakerma K G	Aprikoosikiisseli M K G	Vatkattu mustikkapuuro M K Vaniljakastike K G	Karhunvadelma-kiisseli M K G Vanillainen kermavaahto K G	Mustikkakukko K Vaniljakastike K G
<b>Take Away-salaatti</b>	Savukirjohisalaatti Mozzarellasalaatti	Broileri-simpukka-pastasalaatti Juusto-meloni-simpukkasalaatti	Ruokaisa kirjohisalaatti perunasta Ruokaisa juustosalaatti perunasta	Broileri ananasalaatti Juusto-ananasalaatti	Lohi-tuoresalaatti Kasvissalaatti		

**G = gluteeniton** \*voi sisältää kauraa      **K = kananmunaton**      **M = maidoton**

\*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista. Muutokset ovat mahdollisia.



Olemme Portaatt luomun portaalla 1

**Keskussairaala Pohjantikka 4**

**Voimassa 2018 viikolla: 51**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Lounas 1</b>	Bolognesekastike M K G Tumma kierremakaroni M K Pikku porkkana	Broileripihvi M K Riisi-monivilja M K Paholaisen kastike K G Parsakaali	KalamurekepihviG Perunasose K G Tartarkastike K G Punajuuret uunissa	Parsakaali-pinaattipihvit M K G Juustoperuna-pais-tos K G Yrttiporkkanat	Lihakaalilaatikko M K G Aurinkokasvis Puolukkasurvos	Tortilla M K Broileri-kasvistäyte K G	Karjalainen Lihapata M KG Perunasose K G Porkkanalaatikko K G
<b>Kasvis-lounas</b>	Punajuuri-tofu-paistos K G	Porkkanapyörykkä K G	Kasvis-nuudeli-vuoka M	Parsakaali-pinaattipihvi M K G	Thai-kasviscurry M K G	Tortilla M K Vegetarian-riisitäyte K G	Bataatti-juurespihvi M G Mango-rajakastike G
<b>Lounas 2</b>	Ison Antin kirjolohikeitto K G	Lihakeitto M K G	Perunavelli K G Leikkele	Juustoinen kana-kasviskeitto K G	Juustoinen lohikeitto K G		
<b>Jälkiruoka</b>	Vatkattu mansikkapuu M K Vaniljakastike K G	Mango-toffeerahka K G	Tyrnikerroskiisseli K G	Omena-tiikerijogurtti K	Hedelmäsalaatti M K G	Suklaakiisseli K G	Karpalokiisseli M K G Kermavaahto K G
<b>Take Away-salaatti</b>	Keltainen broilersalaatti Keltainen juustosalaatti	Savulohi-triosimpukkasalaatti Juusto-triosimpukkasalaatti	Broileri ananassalaatti Juustoleipä ananassalaatti	Tonnikalasalaatti Raejuusto-kanamunasalaatti	Täysjyvä-papubroilerisalaatti Täysjyvä-papusaalaatti		

**G = gluteeniton** \*voi sisältää kauraa      **K = kananmunaton**      **M = maidoton**

\*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao. Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista. Muutokset ovat mahdollisia.



Olemme Portaat luomun portaalla 1

## Keskussairaala Pohjantikka 5

Voimassa 2018 viikolla: 52

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Lounas 1</b>	Joulukinkku Imelletty peruna- laatikko K G Lanttulaatikko K Punajuurigratiini K G (sis laktoosia) Omenainen kinkku- kastike K G	Uunilohi remoula- dekastikkeessa Perunasose K G Hunajaiset juurek- set	Appelsiinibroiler M K G Tumma riisi M K G Parsakaali-pork- kana	Firenzen kalaleike Perunasose K G Kurkkuinen kerma- viilikastike K G Parsakaali	Herkuttelijan här- kämpata K G Keitetty peruna Porkkana	Ruusunmarjabroi- leri K G Tumma riisi M K G Herne-maissi-pork- kana	Kirjolohi uunissa K G Perunasose K G Kruunusekoitus
<b>Kasvis- lounas</b>	Kasvis-härkäpapu- mureke K G	Koskenlaskijan ba- taatti-papupihvi K G	Mango-appelsiinikas- visruoka G	Papu-linssipihvi M K G	Paella quorn M G	Mifu-pastavuoka K	Ruusunmarja-soi- javuoka K G
<b>Lounas 2</b>				Siskonmakkara- keitto M K G	Samettinen broile- rikeitto M K G		
<b>Jälkiruoka</b>	Sekahedelmäkiis- seli M K G	Karpalorahka K G	Mansikkakiisseli M K G	Ruusunmarjarahka K G	Kuningatar- kiisseli M K G	Karpalokiisseli M K G Kermavaahto K G	Kerrosjätkiruoka K G
<b>Take Away-sa- laatti</b>				Tonnikalasalaatti Raejuusto-kanan- munasalaatti	Lohi-tuorejuusto- salaatti Kasvissalaatti		

**G = gluteeniton** \*voi sisältää kauraa      **K = kananmunaton**      **M = maidoton**

\*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista. Muutokset ovat mahdollisia.



Olemme Portaat luomun portaalla 1