

VOIMASSA 2019 VIKKOLA: 16 <b>RUOKALISTA ASUMISYKSIKÖT ASUKKAAT</b>							
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai Pitkäperjantai	Lauantai	Sunnuntai Pääsiäispäivä
<b>Aamiainen</b>	<b>Vehnähiutalepuuro</b> Juusto Tomaatti Luumusose	<b>Luomukaurapuuro</b> Juusto Tuorekurkku Omenasose	<b>Riisihiutalepuuro</b> Leikkele Tomaatti Persikkasose	<b>Ruishiutalepuuro</b> Leikkele Päärynäsose	<b>Ohrahiutalepuuro</b> Leikkele Gefilusmehu Tuorekurkku	<b>Neljänviljanhiutalepuuro</b> Juusto Mansikkasose	<b>Kauravelli</b> Leikkele Tomaatti Ruusunmarjasose
<b>Lounas</b>	<b>Appelsiinikukka</b> Peruna Parsakaali Salaatti	<b>Kaalikäryleet</b> Peruna Ruskeakastike Sateenkaariporkkana Puolukkahilloke, Salaatti	<b>Uunikala seistä</b> Perunasose Yrttiporkkanat Salaatti	<b>Makkarakastike</b> Peruna Kukkakaali Salaatti	<b>Lammaspyörykkä</b> Kermaperunat Kermanen kastike Uunijuureset Salaatti	<b>Kirjohikiusaus</b> Ruohosipulikastike Porkkana Salaatti	<b>Broileria curry-persikkakastikkeessa</b> Täysjyväriisi Puutarhurinsekoitus Salaatti
<b>Jälkiruoka</b>	<b>Mustikkakiisseli</b>	<b>Ruusunmarjakiisseli</b>	<b>Mangorahka</b>	<b>Mansikkakiisseli</b>	<b>Mämmi</b> <b>Vaniljakastike</b>	<b>Vanillainen vispipuuro</b>	<b>Pasha</b>
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Pikkupulla</b>	<b>Mustikkamuffinit</b>	<b>Mansikka-vaniljapitko</b>	<b>Mansikka-kääretorttu</b>	<b>Rahkapiirakka</b>	<b>Korvapuusti</b>	<b>Mokkapalat</b>
<b>Päivällinen</b>	<b>Lihakeitto</b>	<b>Porkkana-sosekeitto</b> Vatruska, Lihahyytelö	<b>Juustoinen kasviskeitto</b> Karjalanpiirakka, Munavoi	<b>Ohrapuuro</b> Leikkele	<b>Hyvän olon kalakeitto</b>	<b>Jauhelihakeitto</b> Juusto	<b>Pinaattikeitto</b> Kananmuna
<b>Iltapala</b>	<b>Jogurtti</b> Leikkele	<b>Mustikkakiisseli</b> Sämpylä Leikkele	<b>Mangorahka</b> Leikkele	<b>Vanillainen vispipuuro</b> Leikkele	<b>Mansikkakiisseli</b> Sämpylä Kananmuna	<b>Jogurtti</b> Juusto	<b>Vanillainen vispipuuro</b> Leikkele

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

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

VOIMASSA 2019 VIIKOLLA: 17

## RUOKALISTA ASUMISYKSIKÖT ASUKKAAT

	<b>Maanantai</b> <b>2. Pääsiäispäivä</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Aamiainen</b>	<b>Ohrahiutalepuuro</b> Juusto Tomaatti Luumusose	<b>Neljänviljanhiutalepuuro</b> Leikkele Tuorekurkku Omenasose	<b>Ruishiutalepuuro</b> Juusto Tomaatti Persikkasose	<b>Vehnähiutalepuuro</b> Leikkele Tuorekurkku Päärynäsose	<b>Neljänviljanhiutalepuuro</b> Leikkele Tomaatti Ruusunmarjasose	<b>Luomukaurapuuro</b> Juusto Mansikat	<b>Mannavelli</b> Leikkele Gefilusmehu Tuorekurkku
<b>Lounas</b>	<b>Lohipaistos</b> Peruna Kasvisgratiini Salaatti	<b>Lihamureke</b> Peruna Ruskeakastike Kahden kaalin sekoitus Salaatti	<b>Kahden kalan paistos</b> Perunasose Tilli-ruohosipulikast. Kruunusekoitus Salaatti	<b>Kasviskroketit</b> Peruna Juusto-yrttikastike Punajuuret uunissa Salaatti	<b>Broilerihoukutus</b> Herne-maissi Salaatti	<b>Liha-makaronilaa- tikko</b> Tomaattinen kastike Aurinkokasvikset Salaatti	<b>Uunilohi</b> Perunasose Juustokastike Porkkanaviipale Salaatti
<b>Jälkiruoka</b>	<b>Hedelmärahka</b>	<b>Raparperi-mansikka- kiisseli</b>	<b>Pohjoinen marja- herkku</b>	<b>Hedelmäsalaatti</b>	<b>Vadelma-pää- rynäkiisseli</b>	<b>Mustaherukkavispi- puuro</b>	<b>Ruusunmarja- omenakiisseli</b>
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Tuuloman torttu</b>	<b>Omena-vanilja- muffinit</b>	<b>Herkkupitko</b>	<b>Marjapiirakka</b>	<b>Kääretorttu</b>	<b>Omenasosepulla</b>	<b>Porkkanakakku</b>
<b>Päivällinen</b>	<b>Bataattikeitto</b> Leikkele	<b>Juustoinen lohikeitto</b>	<b>Lihakeitto</b>	<b>Broiler-kasviskeitto</b>	<b>Riisipuuro</b> <b>Leikkele</b>	<b>Kasvissosekeitto</b> Ohrapiirakka, Munavoi	<b>Jauhelihakeitto</b>
<b>Iltapala</b>	<b>Hedelmäkiisseli</b> Leikkele	<b>Jogurtti</b> Sämpylä Leikkele	<b>Raparperi-mansik- kakiisseli</b> Ohrapiirakka, Munavoi	<b>Pohjoinen marja- herkku</b> Leikkele	<b>Hedelmäsalaatti</b> Sämpylä, Juusto	<b>Vadelma-pää- rynäkiisseli</b> Leikkele	<b>Mustaherukkavispi- puuro</b> Leikkele

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma.

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

VOIMASSA 2019 VIIKOLLA: 18

## RUOKALISTA ASUMISYKSIKÖT ASUKKAAT

	Maanantai	Tiistai Vappu	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamiainen</b>	Ruishiutalepuuro Juusto Tomaatti Omenasose	Ohrahiutalepuuro Leikkele Tuorekurkku Persikkasose	Luomukaurapuuro Leikkele Tomaatti Luumusose	Ruishiutalepuuro Leikkele Tuorekurkku Gefilusmehu	Grahamjauhoppuuro Juusto Tomaatti Omenasose	Vehnähiutalepuuro Leikkele Marjasose	Riisihiutalepuuro Leikkele Tomaatti Päärynäsose
<b>Lounas</b>	Kana- kookoskastike Täysjyväriisi Parsakaali-porkkana Mustaherukkahillo Salaatti	Nakki Juusto-perunapaistos Kermakastike Porkkana Salaatti	Mustapippurihärkä Peruna Kartanonkasvis Salaatti	Kalagradiini cheddar (sisältää laktoosia) Perunasose Ruohosipulikastike Herne-maissi Salaatti	Paahdettu sianliha- kastike Peruna Uunijuurekset Salaatti	Jauheliha-juusto- vuoka Aurinkokasvikset Salaatti	Broileriwokkipata Täysjyväriisi Kahden kaalin sekoitus Salaatti
<b>Jälkiruoka</b>	Persikkarahka	Maissikiisseli Marjasose	Marjakiisseli	Aprikoosikiisseli	Vatkattu mustikka- puuro	Karhunvadelmakiis- seli	Mustaherukkakiisseli
<b>Päiväkahvi</b>	Pikkupulla	Munkki	Herkkupitko	Omena-porkkana- kakku	Piimäkakku	Kanelikierre	Tuuloman torttu
<b>Päivällinen</b>	Siskonmakkara- keitto	Casablancan kana- keitto	Peruna-palsternak- kasekeitto Lihahyytelö	Tomaattinen jauhelihakeitto	Punainen lohikeitto	Mannapuuro Leikkele	Pehmeä juuressose- keitto Karjalanpiirakka Munavoi
<b>Iltapala</b>	Viili Juusto	Persikkarahka Leikkele	Maissikiisseli Persikkasose Leikkele	Marjakiisseli Maksamakkara	Aprikoosikiisseli Leikkele	Vatkattu mustikka- puuro Juusto	Karhunvadelmakiisseli Leikkele

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma.

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

VOIMASSA 2018 VIIKOLLA: 19

**RUOKALISTA ASUMISYKSIKÖT ASUKKAAT**

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai Äitienpäivä
<b>Aamiainen</b>	<b>Vehnähiutalepuuro</b> Juusto Tuorekurkku Persikkasose	<b>Luomukaurapuuro</b> Leikkele Tomaatti Omenasose	<b>Riisihiutalepuuro</b> Leikkele Tuorekurkku Gefilusmehu	<b>Ruishiutalepuuro</b> Juusto Tomaatti Päärynäsose	<b>Luomukaurapuuro</b> Leikkele Tuorekurkku Päärynäsose	<b>Ohrahiutalepuuro</b> Juusto Mansikka	<b>Mannavelli</b> Leikkele Tomaatti Ruusunmarjasose
<b>Lounas</b>	<b>Bolognesekastike</b> Tumma makaroni Pikkuporkkana Salaatti	<b>Kalamurekepihvi</b> Perunasose Tilli-ruohosipulikastike Punajuuret uunissa Salaatti	<b>Mango-appelsiini- kastike</b> Täysjyväriisi Parsakaali Mustaherukkahillo Salaatti	<b>Juures-voipapupyö- rykkä</b> Juustoperuna-paistos Porkkanamuhennos Salaatti	<b>Kaalilaatikko</b> Aurinkokasvis Puolukkahilloke Salaatti	<b>Sinappinen uunikala</b> Peruna Tilli-ruohosipulikas- tike Puutarhurinsekoitus Salaatti	<b>Karjalainen lihapata</b> Perunasose Porkkanalaatikko Salaatti
<b>Jälkiruoka</b>	<b>Vatkattu mansikka- puuro</b>	<b>Mustikkakiisseli</b>	<b>Tyrnikiisseli</b>	<b>Omena-tiikeri- jogurtti</b>	<b>Persikkakiisseli</b>	<b>Suklaakiisseli</b>	<b>Karpalokiisseli</b>
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Voipulla</b>	<b>Rahkapiirakka</b>	<b>Korvapuustipitko</b>	<b>Omenasosepulla</b>	<b>Kookospullat</b>	<b>Korvapuusti</b>	<b>Täytekakku</b>
<b>Päivällinen</b>	<b>Ison Antin kirjolahikeitto</b>	<b>Lihakeitto</b>	<b>Perunavelli</b> Ohrapiirakka Munavoi, Kurkku	<b>Juustoinen kana- kasviskeitto</b>	<b>Emännän kalakeitto</b>	<b>Kasvissosekeitto</b> Ohravatraska Munavoi	<b>Riisipuuro</b> Maksamakkara
<b>Iltapala</b>	<b>Mustaherukka- kiisseli</b> Leikkele	<b>Vatkattu mansikka- puuro</b> Juusto	<b>Mustikkakiisseli</b> Juusto	<b>Jogurtti</b> Leikkele	<b>Vatkattu aprikoo- sipuuro</b> Juusto	<b>Persikkakiisseli</b> Leikkele	<b>Marjakimara</b> Vaniljakastike Leikkele

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

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

**VOIMASSA 2019 VIIKOLLA: 20**

**RUOKALISTA ASUMISYKSIKÖT ASUKKAAT**

	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Aamiainen</b>	<b>Luomukaurapuuro</b> Juusto Tuorekurkku Aprikoosisose	<b>Grahamjauhoppuuro</b> Juusto Tomaatti Persikkasose	<b>Riisihiutalepuuro</b> Juusto Tomaatti Luumusose	<b>Ruishiutalepuuro</b> Juusto Porkkana- Ruusukvittenisose	<b>Ohrahiutalepuuro</b> Juusto Tuorekurkku Ruusunmarjasose	<b>Vehnähiutalepuuro</b> Juusto Tomaatti Marjasose	<b>Riisihiutalevelli</b> Leikkele Tomaatti Päärynäsose
<b>Lounas</b>	<b>Inkivääriporsas</b> Peruna Punajuurigratiini (sisältää laktoosia) Salaatti	<b>Jauhelihapihvi</b> Peruna Ruskeakastike Puutarhurin sekoitus Salaatti	<b>Broilerihöystö</b> Ohrhelmi-lisäke Parsakaali- porkkana Salaatti	<b>Firenzen kalaleike</b> Perunasose Tilli-ruohosipulikastike Parsakaali Salaatti	<b>Herkuttelijan härkäpata</b> Peruna Porkkana Salaatti	<b>Ruusunmarjabroileri</b> Riisi-monivilja Herne-maissi-porkkana Salaatti	<b>Majakanvartijan kalafilee</b> Perunasose Ruohosipulikastike Kruunusekoitus Salaatti
<b>Jälkiruoka</b>	<b>Vadelmakiisseli</b>	<b>Marjakiisseli</b>	<b>Mansikka-raparperi-vispipuuro</b>	<b>Ruusunmarjarahka</b>	<b>Kuningatarkiisseli</b>	<b>Raparperi-mansikkakiisseli</b>	<b>Kerrosjälkiruoka</b>
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Pikkupulla</b>	<b>Herkkukakku</b>	<b>Kuningatarpitko</b>	<b>Jogurttikakku</b>	<b>Aprikoosikierre</b>	<b>Pikkupulla</b>	<b>Piimä-maustekakku</b>
<b>Päivällinen</b>	<b>Lohiseljanka</b>	<b>Juustomestarin kasviskeitto</b> Lihahyytelö	<b>Borsch-keitto</b>	<b>Siskonmakkarakeitto</b>	<b>Samettinen broileri-keitto</b>	<b>Mannapuuro</b> Leikkele Maustekurkku	<b>Bataattikeitto</b> Leikkele
<b>Iltapala</b>	<b>Jogurtti</b> Leikkele	<b>Vadelmakiisseli</b> Sämpylä Leikkele	<b>Marjakiisseli</b> Karjalanpiirakka Munavoi	<b>Mansikka-raparperi-vispipuuro</b> Leikkele	<b>Ruusunmarjarahka</b> Sämpylä Leikkele	<b>Kuningatarkiisseli</b> Leikkele	<b>Raparperi-mansikkakiisseli</b> Turkkilainen jogurtti Leikkele

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

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