

Ruokalista 19.8. - 25.8.2019

Terveyskeskusten vuodeosastot, ikäihmisten asumisyksiköt Koivupiha, Karsikko, Suvituuli, Sireenipiha, Kanervakoti, Kehitysvammaisten asumisyksiköt Rastilipuntie, Suunnistajantie ja Suvikatu, Päihdepalvelukeskus.

1/3

Maanantai 19.8.2019

Aamiainen	Ruishiutalepuuro M K, Juusto, Lappi, Persikkasose, Kurkku
Lounas 1	Kana-kookoskastike M K G, Keitetty täysjyväriisi M K G VE, Parsakaali-keltainen porkkana, Mustaherukkahillo, Värikäs kiinankaalisalaatti
Kasvislounas	Texmex-kasvisvuoka L K G, Parsakaali-keltainen porkkana, Värikäs kiinankaalisalaatti ♥
Päiväkahvi	Omenapitko L
Päivällinen	Riisipuuro L K G, Tuorekurkkuviipale, Palvikinkku M K G
Kasvis päivällinen	Riisipuuro L K G, Tuorekurkkuviipale, Juusto, Aamupala L K G
Jälkiruoka pä	Karpalomehukeitto M K G VE
Ilta-pala	Vadelma-päärynäkiisseli M K G VE, Juusto, Edam L K G

Tiistai 20.8.2019

Aamiainen	Ohrahiutalepuuro M K VE, Palvikinkku M K G, Luumusose, Tomaatti
Lounas 1	Porkkanapyörykkä L K G, Peruna, Kruunusekoitus, Juustokastike L K G, Jäävuori-kurkku-cantaloupemelonisalaatti K ♥
Kasvislounas	Porkkanapyörykkä L K G, Peruna, Kruunusekoitus, Juustokastike L K G, Jäävuori-kurkku-cantaloupemelonisalaatti K ♥
Päiväkahvi	Herkkukakku M
Päivällinen	Casablancan kanakeitto M K G, Tomaatti-kurpitsasalaatti M K G VE ♥
Kasvis päivällinen	Peruna-palsternakkasosekeitto L K G, Tomaatti-kurpitsasalaatti M K G VE
Jälkiruoka pä	Pohjoisen marjaherkku L K G
Ilta-pala	Jogurtti mustikka L K G, Lauantaimakkara M K G

Keskiviikko 21.8.2019

Aamiainen	Luomu kaurapuuro M K, Kalkkunaleike M K G, Gefilusmehu karpalo, Kurkku
Lounas 1	Lasagnette L K, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste ♥
Kasvislounas	Thai-kasviscurry M K G VE, Riisi-moniviljaseos M K VE, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste ♥
Päiväkahvi	Sitruunamuffinit L
Päivällinen	Kahdenkalan keitto M K G, Värikäs salaatti M K G VE ♥
Kasvis päivällinen	Bataattikeitto M K G, Värikäs salaatti M K G VE
Jälkiruoka pä	Vanillainen vispipuuro L K
Ilta-pala	Pohjoisen marjaherkku L K G, Kalkkunaleike M K G

Ruokalista 19.8. - 25.8.2019

Terveyskeskusten vuodeosastot, ikäihmisten asumisyksiköt Koivupiha, Karsikko, Suvituuli, Sireenipiha, Kanervakoti, Kehitysvammaisten asumisyksiköt Rastilipuntie, Suunnistajantie ja Suvikatu, Päihdepalvelukeskus.

2/3

Torstai 22.8.2019

Aamiainen	Ruishiutalepuuro M K, Balkan L K G, Omenasose, Tomaatti
Lounas 1	Uunikala seistä L K G, Peruna, Keltainen porkkana -herne, Tomaatti-purjosalaatti, Salaattisekoitus ♥
Kasvislounas	Papu-spagettipata M K VE, Keltainen porkkana -herne, Tomaatti-purjosalaatti, Salaattisekoitus ♥
Päiväkahvi	Maustekakku M
Päivällinen	Tomaattinen jauhelihakeitto M K G, Jäävuori-kurkkusalaatti ♥
Kasvis päivällinen	Tomaattinen kasviskeitto M K G, Jäävuori-kurkkusalaatti
Jälkiruoka pä	Maustamaton jogurtti L K G, Persikkasose
Iltapala	Vanillainen vispi puuro L K, Maksamakkara M K G

Perjantai 23.8.2019

Aamiainen	Grahamjauhoppuuro L K, Juusto, Oltermanni L K G, Marjasose M K G VE
Lounas 1	Lihamureke M G, Peruna, Aurinkokasvikset, Ruskeakastike L K G, Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaattisalaatti
Kasvislounas	Kasvis-papukroketti M K G, Peruna, Aurinkokasvikset, Ruskeakastike L K G, Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaattisalaatti ♥
Päiväkahvi	Mansikka-kääretorttu M
Päivällinen	Perunavelli L K G, Jääsalaatti, irtolehti, Lihahyytelö M K G
Kasvis päivällinen	Perunavelli L K G, Jääsalaatti, irtolehti, Juusto, Lappi
Jälkiruoka pä	Hedelmäkiisseli M K G VE
Iltapala	Marjakiisseli M K G VE, Lauantaimakkara M K G

Lauantai 24.8.2019

Aamiainen	Vehnähiutalepuuro M K VE, Keittokinkku M K G, Päärynäsose, Kurkku
Lounas 1	Sianliha-perunalaatikko M K G, Värikäs Porkkana, Voisulakastike L K G, Jäävuori-paprika-raejuustosalaatti L K G ♥
Kasvislounas	Soijanakkipannu M G, Peruna, Värikäs Porkkana, Jäävuori-paprika-raejuustosalaatti L K G
Päiväkahvi	Korvapuusti M
Päivällinen	Porkkanamakkara-keitto M K G, Tuorekurkkuviipale
Kasvis päivällinen	Kasviskeitto M K G, Tuorekurkkuviipale
Jälkiruoka pä	Vatkattu mansikka-raparperipuuro M K VE
Iltapala	Hedelmäkiisseli M K G VE, Juusto, Oltermanni L K G

Ruokalista 19.8. - 25.8.2019

Terveyskeskusten vuodeosastot, ikäihmisten asumisyksiköt Koivupiha, Karsikko, Suvituuli, Sireenipiha, Kanervakoti, Kehitysvammaisten asumisyksiköt Rastilipuntie, Suunnistajantie ja Suvikatu, Päihdepalvelukeskus.

3/3

Sunnuntai 25.8.2019

Aamiainen	Riisihiutalevelli K G, Kalkkunaleike M K G, Luumusose, Tomaatti
Lounas 1	Ruusunmarjabroileri L K G, Keitetty täysjyväriisi M K G VE, Parsakaali, Kiinankaali-jäävuori-kesäkurpitsa-kurkkusalaatti ♥
Kasvislounas	Karibian kasvispihvi M K G VE, Keitetty täysjyväriisi M K G VE, Parsakaali, Kermaviilikastike L K G, Kiinankaali-jäävuori-kesäkurpitsa-kurkkusalaatti
Päiväkahvi	Porkkanakakku L
Päivällinen	Juusto-kasviskeitto L K G, Vihreä persikkasalaatti ♥
Kasvis päivällinen	Juusto-kasviskeitto L K G, Vihreä persikkasalaatti
Jälkiruoka pä	Kuningatarkiisseli M K G VE
Iltapala	Vatkattu mansikka-raparperipuuro M K VE, Kalkkunaleike M K G