

Nurmeksen, Juuan ja Valtimon sote-kohteiden ruokalista 3.3.–22.6.2025								
Viikot 2025		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10, 15, 20, 25	Aamiainen	Vehnähiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Kaurapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurapuuro
	Lounas	Broilerikastike Pasta Punajuuri Jäävuori- persikkasalaatti	Kalakepukka Peruna Kukkakaali Tilli-ruohosipuli- kastike Punajuuri- omenasalaatti	Jauhelihakastike Peruna Porkkana Kaali-kurkkusalaatti Raejuusto	Pinaattikeitto Kananmuna Ohravatraska Paprikapala	Stroganoff Perunasose Europa vihannekset Jäävuori-paprika- raejuustosalaatti	Mantelikala Perunasose Parsakaali Kurkkuinen salaatti	Kinkkukastike Perunasose Jäävuori-tomaatti- melonisalaatti
	Jälkiruoka	Mansikka- vadelmakiisseli	Ruusunmarjakiisseli	Mangorahka	Aprikoosikiisseli ja turkkilainen jogurtti	Omenakiisseli	Sekamarjakiisseli	Puolukkajogurtti
	Kahvi	Suklaahippukakku	Rusinapitko	Omena-vaniljapitko	Rusinapitko	Sitruunakakku	Kuningatarpitko	Mustikkapiirakka
	Päivällinen	Lihakeitto	Bataattisosekeitto	Perunavelli Karjalanpiirakka ja munavoi	Musaka	Mannapuuro	Kebabkiausaus	Jauhelihakeitto
	Illepala	Mansikka- vadelmakiisseli	Ruusunmarjakiisseli	Mangorahka	Aprikoosikiisseli ja turkkilainen jogurtti	Omenakiisseli	Sekamarjakiisseli	Jogurtti

Nurmeksen, Juuan ja Valtimon sote-kohteiden ruokalista 3.3.–22.6.2025								
Viikot 2025		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
11, 16, 21	Aamiainen	Ohrahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurapuuro	Neljänviljapuuro
	Lounas	Liha-perunasose- laatikko Kasvissekoitus Kaali-punajuuri- salaatti	Kalapyörykät Tillikastike Peruna Lanttu ja porkkana Jäävuori-kiinankaali- kurkkusalaatti	Uunimakkara Ruskea kastike Perunasose Punajuuri Jäävuori-tomaatti- salaatti	Juustoinen broilerikeitto Tuorekurkku	Maksalaatikko Herne-maissi- paprika Kaali-persikka- salaatti Puolukkahillo	Lindströminpihvi Perunasose Parsakaali Kermakastike Porkkanaraaste	Kaalilaatikko Porkkana Puolukkahillo Punajuurisalaatti
	Jälkiruoka	Persikkakiisseli ja vaniljakastike	Suklaakiisseli	Mansikka- raparperikiisseli	Puolukkarahka	Päärynäkiisseli	Mustaherukkakiisseli	Mustikkajogurtti
	Kahvi	Suklaahippukakku	Rusinapitko	Sitruunakakku	Rusinapitko	Raepulla	Mansikka- vaniljapitko	Kuningatarkääre- torttu
	Päivällinen	Kermainen broilerikeitto	Riisipuuro Ohravatraska	Kasvissosekeitto	Tonnikala- pastavuoka	Hiutalevelli	Ohrasuurimopuuro	Nakkikeitto Karjalanpiirakka
	Iltapala	Persikkakiisseli ja vaniljakastike	Suklaakiisseli	Mansikka- raparperikiisseli	Puolukkarahka	Päärynäkiisseli	Mustaherukkakiisseli	Kerrosviili

Nurmeksen, Juuan ja Valtimon sote-kohteiden ruokalista 3.3.–22.6.2025								
Viikot 2025 12, 17, 22		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	Aamiainen	Ruishiutalepuuro	Kaurapuuro	Ohrahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Neljänviljanpuuro
	Lounas	Kana-kookoskastike Riisi Kukka- ja parsakaali Mustaherukkahillo Värikäs kiinankaali- salaatti	Palapaisti Peruna Jäävuori-kurpitsa- tomaattisalaatti	Broileripyörykät Currykastike Perunasose Herne-maissi- paprika Juusto-persikka- salaatti	Jauhelihapihvi Perunasose Porkkana Ruskea kastike Kaali-kurkku- melonisalaatti	Kasvissosekeitto Riisipiirakka Paprikapala	Kinkkukiusaus Porkkana Punajuurisalaatti	Kalamurekepihvi Tillikastike Perunasose Parsakaali Jäävuori-paprika- salaatti
	Jälkiruoka	Omenakiisseli ja turkkilainen jogurtti	Vatkattu mustikkapuuro Vaniljakastike	Mansikkakiisseli	Mansikkarahka	Sekamarjakiisseli	Aprikoosikiisseli	Vaniljarahka
	Kahvi	Suklaahippukakku	Rusinapitko	Sitruunakakku	Rusinapitko	Mansikka- vaniljapitko	Raepulla	Porkkanapiirakka
	Päivällinen	Kahden kalan keitto	Mannapuuro	Lihakeitto	Seikeitto	Riistakiusaus	Porkkanasosekeitto	Makkarakeitto
	Ilta-pala	Omenakiisseli ja turkkilainen jogurtti	Vatkattu mustikkapuuro Vaniljakastike	Mansikkakiisseli	Mansikkarahka	Sekamarjakiisseli	Aprikoosikiisseli	Jogurtti

Nurmeksien, Juuan ja Valtimon sote-kohteiden ruokalista 3.3.–22.6.2025								
Viikot 2025 13, 18, 23		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	Aamiainen	Vehnähiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Kaurapuuro	Ohrahiutalepuuro	Ruishiutalepuuro
	Lounas	Mifu-jauheliha-kastike Pasta Punajuuri Jäävuori-tomaatti-salaatti	Lohimurekepihvi Peruna Herne Ruohosipulikastike Porkkana-ananas-salaatti	Broilerikeitto Paprikapala Ohravatraska	Liha-makaroni-laatikko Porkkana Värikäs kaali-tomaattisalaatti	Lihapyörykät Perunasose Herne-maissi Ruskea kastike Punajuurirae-juustosalaatti	Sitruunabroileri Perunamuusi Kukkakaali Coleslaw	Jauheliha-perunavuoka Punajuuri Porkkanaraaste
	Jälkiruoka	Mango-porkkanakiisseli	Punaherukkakiisseli	Maitokiisseli ja hillo	Hedelmäkiisseli	Mustikkarahka	Mansikkakiisseli	Sitruunajogurtti
	Kahvi	Suklaahippukakku	Rusinapitko	Sitruunakakku	Rusinapitko	Unelmakääretorttu	Raepulla	Kuningatarpiirakka
	Päivällinen	Ohrasuurimopuuro	Siskonmakkarakeitto	Liha-perunasose-laatikko	Perunavelli	Värikäs kalakeitto	Kasvissosekeitto	Mannavelli
	Iltapala	Mango-porkkana-kiisseli	Punaherukkakiisseli	Maitokiisseli ja hillo	Hedelmäkiisseli	Mustikkarahka	Mansikkakiisseli Ohravatraska	Viili

Nurmeksien, Juuan ja Valtimon sote-kohteiden ruokalista 3.3.–22.6.2025								
Viikot 2025		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
14, 19, 24	Aamiainen	Kaurapuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Kaurapuuro	Ohrahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Ruishiutalepuuro
	Lounas	Nakkikastike Peruna Kasvissekoitus Punajuurisalaatti	Kasvishernekeitto Hedelmä Raejuusto Karjalanpiirakka	Lihamureke Perunasose Europa vihannekset Ruskea kastike Kaali-tomaatti- salaatti	Hauskat kalapihvit Tillikastike Perunasose Parsakaali Jäävuori-paprika- kesäkurpitsasalaatti	Maksakastike Peruna Kaali-kurkkusalaatti	Broileri- porkkanakiusaus Kiinankaali- kurkkusalaatti	Sianlihakastike Perunasose Lanttu ja porkkana Jäävuori- kurpitsasalaatti
	Jälkiruoka	Omena-kaneli- kiisseli ja Turkkilainen jogurtti	Karpalokiisseli	Hedelmäsalaatti	Persikkarahka	Vatkattu puolukkapuuro	Mustikkakiisseli	Mango-passion mousse
	Kahvi	Suklaahippukakku	Rusinapitko	Sitruunakakku	Rusinapitko	Omena-vaniljapitko	Raepulla	Porkkanapiirakka
	Päivällinen	Riisipuuro	Maksalaatikko Puolukkahillo	Hiutalevelli	Pinaattivelli Kananmuna	Punainen juuressokeitto	Jauheliuhakeitto	Seikeitto
	Iltapala	Omena- kaneli- kiisseli ja Turkkilainen jogurtti	Karpalokiisseli	Jogurtti	Persikkarahka	Vatkattu puolukkapuuro	Mustikkakiisseli	Jogurtti