

Tehostetun palveluasumisen ruokalista  
28.3.-9.10.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavaleittettua,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

**Viikko 13, 18, 23,  
28, 33, 38**

<b>MAANANTAI</b>	<b>TIISTAI</b>	<b>KESKIVIIKKO</b>	<b>TORSTAI</b>	<b>PERJANTAI</b>	<b>LAUANTAI</b>	<b>SUNNUNTAI</b>
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Mannapuuro Leikkele Tuoremehu
<b>Lounas</b> Nakkikastike Perunat Lämmin vihanneslisäke Maustekurkku Vadelmakiisseli	<b>Lounas</b> Silakkapihvit Tilli-kermaviilikastike Perunasose Rapea-porkkana-ananas- salaatti Mangorahka	<b>Lounas</b> Broilerikeitto Rouhesämpylä Mansikkakiisseli Rahka-kermavaahto	<b>Lounas</b> Liha-spagettivuoka Rapea-kiinankaali-kurkku- kurpitsasalaatti Maitokiisseli Marjasekoitus	<b>Lounas</b> Kalakeitto Aprikoosivispipuuro	<b>Lounas</b> Broilerikastike Perunat Höyrytetyt porkkanat Tomaatti Marjainen rahkajogurtti	<b>Lounas</b> Sitruuna-persiljaleivitetty hietakampelafilee Ruohosipulikastike Perunasose Rapea-persikka- kesäkurpitsasalaatti Raparperi-mansikkakiisseli
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Juusto-kalkkunakeitto Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Jauheliha-kaalipata Puolukkaa Uunipunajuuret Kurkku	<b>Päivällinen</b> Lohilaatikko Punajuurisalaatti	<b>Päivällinen</b> Porkkanasosekeitto Leikkele Palaruisleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Riistakiusaus Rapea-kurkku-paprika- salaatti	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuro Hedelmäsose Lihahyytelö	<b>Päivällinen</b> Pinaattikeitto Kananmuna Hedelmäsalaatti
<b>Iltaapala</b> Vadelmakiisseli Rieska Juusto	<b>Iltaapala</b> Mangorahka	<b>Iltaapala</b> Mansikkakiisseli Rouheleipä Leikkele	<b>Iltaapala</b> Graham-mustikkapuuro	<b>Iltaapala</b> Perunapiirakka Leikkele Vihannes	<b>Iltaapala</b> Grahamlihapirakka Vihannes	<b>Iltaapala</b> Raparperi-mansikkakiisseli Ruisleipä Juusto

Tehostetun palveluasumisen ruokalista  
28.3.-9.10.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavitettä,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

**Viikko 14, 19, 24,  
29, 34, 39**

<b>MAANANTAI</b>	<b>TIISTAI</b>	<b>KESKIVIIKKO</b>	<b>TORSTAI</b>	<b>PERJANTAI</b>	<b>LAUANTAI</b>	<b>SUNNUNTAI</b>
<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Munakokkeli Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Kananmuna Tuoremehu
<b>Lounas</b> Broilerikiusaus Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Mustikkakiisseli	<b>Lounas</b> Makkarakastike Perunat Lämmin vihanneslisäke Tillikurkut Suklaakiisseli	<b>Lounas</b> Saariston savukalavuoka Rapea-tomaatti-maissi- salaatti Banaanipirtelö	<b>Lounas</b> Lempeä kanakeitto Persikka-vadelmakiisseli	<b>Lounas</b> Porkkanapyörykät Tartarkastike Perunat Rapea-persikka- kesäkurpitsasalaatti Ruusunmarjakiisseli	<b>Lounas</b> Merimiehen kalakiusaus Kaali-kurkku-tomaatti- salaatti Mansikkarahka	<b>Lounas</b> Palapaisti Perunat Sekavihannes Rapea-tomaatti-punakaali- salaatti Silli Jäätelö Marjainen hillo
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Kinkku-kasvisvuoka Kurkku Etikkapunajuuret	<b>Päivällinen</b> Broileripyttipannu Curry-kermakastike Porkkanaraaste Raejuusto	<b>Päivällinen</b> Kasvisosekeitto Leikkele Hedelmäpuuro	<b>Päivällinen</b> Kuorrutettu kalavuoka Juuresraaste	<b>Päivällinen</b> Broileri-makaronilaatikko Uunipunajuuret Kurkku	<b>Päivällinen</b> Keitetyt nakit Ruskea kastike Perunasose Rapea-maissi-punainen paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Riisipuuro Mehukeitto Leikkele
<b>Iltaapala</b> Mustikkakiisseli Porkkana-riisipiirakka Juusto	<b>Iltaapala</b> Rouheleipä Munavoi Silli	<b>Iltaapala</b> Jauhelihapirakka	<b>Iltaapala</b> Persikka-vadelmakiisseli Rieska Juusto	<b>Iltaapala</b> Jyväinen kaurasämpylä Munavoi Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mansikkarahka	<b>Iltaapala</b> Liha-riisipasteija Mehukeitto

Tehostetun palveluasumisen ruokalista  
28.3.-9.10.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavitettä,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

**Viikko 15, 20, 25,  
30, 35, 40**

<b>MAANANTAI</b>	<b>TIISTAI</b>	<b>KESKIVIIKKO</b>	<b>TORSTAI</b>	<b>PERJANTAI</b>	<b>LAUANTAI</b>	<b>SUNNUNTAI</b>
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Riisihiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu
<b>Lounas</b> Jauhelihakeitto Ruisleipä Vaniljajogurtti Marjat	<b>Lounas</b> Tomaattikala Perunat Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti Mustaherukkakiisseli	<b>Lounas</b> Lasagne Kiinankaali-kurkku-ananas- purjosalaatti Mangokiisseli	<b>Lounas</b> Lohikeitto Persikkarahka	<b>Lounas</b> Juustoinen broilerikastike Perunat Höyrytetyt porkkanat Kurkku Raparperi-mansikkakiisseli	<b>Lounas</b> Suikalelihakastike Perunat Lämmin vihanneslisäke Etikkapunajuuret Marjakiisseli	<b>Lounas</b> Mandariinibroileri Perunat Höyrytetyt parsakaalit Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Sitruunamousse
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Broileri-juureskiausaus Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti	<b>Päivällinen</b> Kesäkeitto Leikkele Ohukaiset Omena-puolukkahillo	<b>Päivällinen</b> Kalapyörykät Tillikastike Perunat Uunijuurekset Tomaatti	<b>Päivällinen</b> Jauheliha-perunasose- laatikko Porkkanaraaste Maustekurkku	<b>Päivällinen</b> Talonpojan nakkimunakas Kaali-kurpitsapikkelsi- salaatti	<b>Päivällinen</b> Mannapuuro Hedelmäkeitto Leikkele	<b>Päivällinen</b> Saariston savukalavuoka Rapea-kurkku-kukkakaali- salaatti
<b>Iltapala</b> Puolukkavispipuuro Rieska	<b>Iltapala</b> Ruisleipä Juusto Vihannes	<b>Iltapala</b> Riisipiirakka Munavoio Vihannes	<b>Iltapala</b> Persikkarahka	<b>Iltapala</b> Raparperi-mansikkakiisseli Ruisleipä	<b>Iltapala</b> Kaurasämpylä Lihahyytelö Vihannes	<b>Iltapala</b> Kauralihapiirakka Mehukeitto

Tehostetun palveluasumisen ruokalista  
28.3.-9.10.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavalevitettä,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

**Viikko 16, 21, 26,  
31, 36**

<b>MAANANTAI</b>	<b>TIISTAI</b>	<b>KESKIVIIKKO</b>	<b>TORSTAI</b>	<b>PERJANTAI</b>	<b>LAUANTAI</b>	<b>SUNNUNTAI</b>
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruis-ohrahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu
<b>Lounas</b> Kanabolognaise Perunat Kaali-kurkku-keltainen paprikasalaatti Puolukkarahka	<b>Lounas</b> Kalastajan vuoka Rapea-persikka- kesäkurpitsasalaatti Mansikkakiisseli	<b>Lounas</b> Hernepihvit Kermakastike Juures-perunasose Rapea-tomaatti-punakaali- salaatti Aprikoosikiisseli	<b>Lounas</b> Jauheliha-makaroni- laatikko Maissi-porkkanaraaste Marjavispipuuro	<b>Lounas</b> Broilerikeitto Hedelmäsalaatti Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Janssoninkiusaus Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti Jogurtti-mangomousse	<b>Lounas</b> Lindströminpihvit Haudutetut sipulit Ruskea kastike Perunasose Lehtisalaatti Silli Punaherukkakiisseli Rahka-kermavaahto
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Jauheliha-kasvispata Höyrytetyt porkkanat Kurkku	<b>Päivällinen</b> Kasvissekoitus Juusto Puolukka-vanilja-kaura- jogurtti	<b>Päivällinen</b> Juusto-kalkkunakeitto Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Kermainen lohi-kasvispannu Höyrytetyt ruusukaalit Tillikurkut	<b>Päivällinen</b> Kasvispyörökät Juustokastike Perunat Kiinankaali-porkkana- retikkasalaatti	<b>Päivällinen</b> Nakkikeitto Rouheleipä Suklaamannapuuro	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuro Marjasose Leikkele
<b>Iltaapala</b> Puolukkarahka Leikkele	<b>Iltaapala</b> Mansikkakiisseli Juusto	<b>Iltaapala</b> Porkkana-riisipiirakka Raejuusto-munavoi Vihannes	<b>Iltaapala</b> Marjavispipuuro	<b>Iltaapala</b> Perunalepuska Maksamakkara Vihannes	<b>Iltaapala</b> Porkkana-kaurasämpylä Leikkele Vihannes	<b>Iltaapala</b> Maustettu viili Rouheleipä Juusto

Tehostetun palveluasumisen ruokalista  
28.3.-9.10.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavetitettä,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikko 17, 22, 27,  
32, 37

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Kanamuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Tuoremehu
<b>Lounas</b> Jauhelihakastike Perunat Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Appelsiinikiisseli	<b>Lounas</b> Sitruunainen kala Perunasose Kiinankaali-maissi-retiisi- salaatti Ruusunmarjakiisseli	<b>Lounas</b> Jauheliha-perunalaatikko Rapea-kurkku-paprika- salaatti Puolukkavispipuuro	<b>Lounas</b> Kalastajan keitto Raparperipaistos Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Cappellin kana-pastavuoka Kaali-porkkana-mandariini salaatti Omena-kanelikiisseli	<b>Lounas</b> Possukastike Perunat Uunijuurekset Maustekurkku Sitruunakiisseli	<b>Lounas</b> Pedron kanapata Perunat Höyrytetyt parsakaalit Isoäidin lehtisalaatti Mustikka-vadelmamousse
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Juuessosekeitto Leikkele Raparperi-mansikkapuuro	<b>Päivällinen</b> Makkarapyttipannu Höyrytetyt porkkanat Kurkku	<b>Päivällinen</b> Broileripyörykät Curry-kermakastike Perunat Porkkanaraaste	<b>Päivällinen</b> Liha-juurespata Rapea-tomaatti-ananas- salaatti	<b>Päivällinen</b> Mantelikala Perunasose Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti	<b>Päivällinen</b> Riisipuuro Marjasose Leikkele	<b>Päivällinen</b> Koskenlaskijan kalakeitto Riisipiirakka Vihannes
<b>Iltaapala</b> Ruisleipä Leikkele Vihannes	<b>Iltaapala</b> Ruusunmarjakiisseli Juusto	<b>Iltaapala</b> Kauranappi Juusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Ruisleipä Lihahyytelö Vihannes	<b>Iltaapala</b> Omena-kanelikiisseli Porkkana-grahampiiirakka	<b>Iltaapala</b> Ruissämpylä Leikkele Hedelmä	<b>Iltaapala</b> Hedelmäjogurtti Ruisleipä Juusto