

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
10.10.2022-2.4.2023

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

Viikko 41, 46, 51, 4,
9

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Sydänystävänpuuro Luumusose Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala 3-viljanpuuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Kauralesepuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala 4-viljan puuro Munakokkeli Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Mannapuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ruishiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu Ruisleipä ja levite
Lounas Silakkalaatikko Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti Salaatinkastike Hedelmäjogurtti Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Jauheliihakastike Perunat Lämmin vihanneslisäke Kurkku Sekamarjakiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Broilerikiusaus Rapea-tomaatti-marinoitu papusalaatti Salaatinkastike Puolukkamousse Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Jauheliha-perunasose- laatikko Punakaali-rapea-porkkana salaatti Salaatinkastike Persikkakiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Lempeä kanakeitto Rouheleipä Kuningatarkiisseli Levite ja maito	Lounas Saariston savukalavuoka Höyrytetyt pikkuporkkanat Etikkapunajuuret Kermajäätelö Marjainen hillo Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Uunibroileri Curry-kermakastike Perunaa Talon tapaan Rapea-mustaherukka- salaatti Salaatinkastike Hedelmäsalaatti Rahka-kermavaahto Ruisleipä, levite ja maito
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Kasvissekoitus Juusto Palaruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Kuorrutettu kalavuoka Rapea-kiinankaali-persikka salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Makkara-keitto Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Kirjolahimurekepihvit Ruohosipulikastike Perunat Kaali-kurkku-tomaatti- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Mifu-pastapaistos Rapea-kukkakaali- vesimelonisalaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Kaalikeitto Ruisleipä Mustaherukkakiisseli Levite ja maito	Päivällinen Ohrapuuro Vadelmakeitto Leikkele Ruisleipä, levite ja maito
Iltaapala Maustettu viili Ruisleipä Leikkele Levite ja maito	Iltaapala Sekamarjakiisseli Porkkana-riisipiirakka Munavoi Maito	Iltaapala Jauhelihiipiirakka Vihannes Ruisleipä, levite ja maito	Iltaapala Persikkakiisseli Juusto Rieska Levite ja maito	Iltaapala Marjarahka Ruisleipä, levite ja maito	Iltaapala Hedelmäpuuro Ruisleipä, levite ja maito	Iltaapala Ruisleipä Lihahyytelö Vihannes Levite ja maito

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
10.10.2022-2.4.2023

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

Viikko 42, 47, 52, 5,
10

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Vehnähiutalepuuro Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Kaurahiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ohrahiutalepuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Hyvän elon puuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite Lounas Cappellin kana-pastavuoka Kiinankaali-punakaali- mustaherukka-kurkku- salaatti Salaatinkastike Punaherukkakiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Aamupala Kauralesepuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu Ruisleipä ja levite Lounas Juustoinen uunikala Perunat Lämmin vihanneslisäke Tomaatti Raparperi-mansikkakiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Aamupala Ruishiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu Ruisleipä ja levite Lounas Merimiespihvit talon tapaan Rapea-maissi-punainen paprikasalaatti Salaatinkastike Marjamousse Ruisleipä, levite ja maito	Aamupala 4-viljan puuro Hedelmäsose Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite Lounas Kaalikääryleet Ruskea kastike Perunat Puolukka Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti Salaatinkastike Aprikoosikiisseli Kermavaahto Ruisleipä, levite ja maito
Lounas Nakkikastike Perunat Haudutetut lanttukuutiot Maustekurkku Karviaiskiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Jauheliha-makaroni- laatikko Porkkana-mandariiniraaste Etikkapunajuuret Puolukkavispipuuro Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Kalastajan keitto Kaurasämpylä Ruusunmarjarahka Levite ja maito Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Purjo-perunasosekeitto Riisipiirakka Leikkele Vihannes Levite ja maito	Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Kinkku-kasvisvuoka Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Lohikeitto Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Riisipuuro Mehukeitto Leikkele Ruisleipä, levite ja maito
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päivällinen Jauheliha-perunalaatikko Lanttu-porkkana-retikka- raaste Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Juusto-kalkkunakeitto Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Kasvispyörykät Yrttinen kermaviilikastike Perunat Rapea-tomaatti- hunajamelonisalaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Jauheliha-perunalaatikko Lanttu-porkkana-retikka- raaste Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Purjo-perunasosekeitto Riisipiirakka Leikkele Vihannes Levite ja maito	Päivällinen Kinkku-kasvisvuoka Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Lohikeitto Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Riisipuuro Mehukeitto Leikkele Ruisleipä, levite ja maito
Iltapala Karviaiskiisseli Rouhesämpylä Juusto Levite ja maito	Iltapala Puolukkavispipuuro Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Ruusunmarjarahka Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Punaherukkakiisseli Rouheleipä Raejuusto-munavoi Maito	Iltapala Raparperi-mansikkakiisseli Ruisleipä Juusto Levite ja maito	Iltapala Graham-mustikkapuuro Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Aprikoosikiisseli Grahamlihapiiirakka Maito

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
10.10.2022-2.4.2023

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

Viikko 43, 48, 1, 6,
11

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Riisihiutalepuuro Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Mannapuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ohrahiutalepuuro Marjase Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite
Lounas Kinkkukiusaus Kaali-kurkku-tomaatti- salaatti Ruusunmarjakiisseli Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Kanabolognais Perunat Höyrytettyt parsakaalit Paprika Mangorahka Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Kalamuru-perunavuoka Nauris-porkkanaraaste Herukkakiisseli Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Hernekeitto Ruisleipä Pannukakku Marjainen hillo Levite ja maito	Lounas Tonnikalamusaka Kysäkaali-porkkana- mandariiniraaste Vaniljajogurtti Marjasekoitus Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Porkkanapyörykät Kermakastike Perunasose Rapea-persikka- kesäkurpitsasalaatti Salaatinkastike Omenapaistos Vaniljakastike Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Pedron kanapata Kermaperunat Rapea-tomaatti-purjo- salaatti Salaatinkastike Mansikkarahka Ruisleipä, levite ja maito
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Rapea seitipala Tartarkastike Pinaatti-perunasose Kiinankaali-maissi-retiisi- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Porkkanasosekeitto Leikkele Ruisleipä Suklaamannapuuro Levite ja maito	Päivällinen Makkara-juurespata Rapea-tomaatti-punakaali- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Broileripyttipannu Curry-kermakastike Juuresraaste Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Jauhelihakeitto Rieska Karviaiksiisseli Levite ja maito	Päivällinen Kalkkuna-kasviskeitto Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Mannapuuro Hedelmäsose Lihahyytelö Ruisleipä, levite ja maito
Iltapala Ruusunmarjakiisseli Perunalepuska Kananmuna Levite ja maito	Iltapala Mangorahka Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Herukkakiisseli Rouheleipä Maksamakara Levite ja maito	Iltapala Riisi-kananmunapiirakka Hedelmäkeitto Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Vaniljajogurtti Marjasekoitus Ruisleipä Leikkele Levite ja maito	Iltapala Kuningattaren ruispuuro Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Mansikkarahka Ruisleipä, levite ja maito

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
10.10.2022-2.4.2023

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

Viikko 44, 49, 2, 7,
12

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Vehnähiutalepuuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ruis-ohrahiutalepuuro Luumusose Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Hyvän elon puuro Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala 4-viljan puuro Kananmuna Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Kauralesepuuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu Ruisleipä ja levite
Lounas Possukastike Perunat Höyrytetyt porkkanat Tillikurkut Vadelmakiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Kaalilaatikko Marjainen puolukkahillo Porkkana-kurkku-kurpitsa- raaste Salaatinkastike Aprikoosivispipuuro Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Broilerikastike Perunat Sekavihannes Tomaatti Mustikkakiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Isoäidin uunikala Perunat Uunipunajuuret Kurkku Jogurtti-mangomousse Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Lihakeitto Ruisleipä Marjavispipuuro Levite ja maito Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Pinaattiohukaiset Perunasose Marjainen mustaherukkahillo Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Riistakiusaus Puolukkaa Rapea-maissi-punasalaatti Salaatinkastike Omena-kanelirahka Ruisleipä, levite ja maito Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Perunavelli Palaruisleipä Leikkele Kuningattaren ruispuuro Levite ja maito Iltapala Omena-kanelirahka Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Uunikirjolohti Sienikastike Perunat Herne-porkkanalisäke Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti Salaatinkastike Sitruuna-mansikkakiisseli Rahka-kermavaahto Ruisleipä, levite ja maito Päiväkahvi Kahvileipä Päivällinen Bataattikeitto Leikkele Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito Iltapala Maustettu viili Rouheleipä Leikkele Levite ja maito
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä			
Päivällinen Kirkas lohikeitto Ruisleipä Vihannes Hedelmäpirtelö Levite ja maito	Päivällinen Peruna-palsternakkasose- keitto Leikkele Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Liha-juurespata Herkullinen kaalisalaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Broileri-makaronilaatikko Porkkanaraaste Raejuusto Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito			
Iltapala Vadelmakiisseli Ruisleipä Juusto Levite ja maito	Iltapala Aprikoosivispipuuro Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Mustikkakiisseli Täysjyväleipä Juusto Levite ja maito	Iltapala Porkkana-grahampiiirakka Marjakeitto Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Marjavispipuuro Ruisleipä, levite ja maito		

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
10.10.2022-2.4.2023

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

Viikko 45, 50, 3, 8,
13

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala 3-viljanpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Kaurahiutalepuuro Hedelmäsose Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Sydänystävänpuuro Leikkele Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Kauralesepuuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala Ohrahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu Ruisleipä ja levite	Aamupala 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu Ruisleipä ja levite
Lounas Spagettipaistos Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti Salaatinkastike Appelsiinihiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Broilerikeitto Ruisleipä Suklaahiisseli Levite ja maito	Lounas Kalastajan vuoka Haudutettu punakaali Kurkku Salaatinkastike Vadelmarahka Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Uunimakkara Ruskea kastike Perunasose Sekavihannes Tomaatti Mansikkahiisseli Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Kalakeitto Rieska Mustikka-kaurapannu- kakku Vaniljavaahto Levite ja maito	Lounas Kalkkunaviillockki Perunat Höyrytetty parsakaali Etikkapunajuuret Persikkarahka Ruisleipä, levite ja maito	Lounas Karjalanpaisti Perunat Uunijuurekset Silli Sienisalaatti Mangokiisseli Rahka-kermavaahto Ruisleipä, levite ja maito
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Silakkapihvit Tilli-kermaviilikastike Perunasose Porkkanalisäke Etikkapunajuuret Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Jauheliha-kaalipata Rapea-vesimeloni-purjo- salaatti Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Kasvispihvit Juustokastike Perunat Maissi-porkkanaraaste Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Juuressokeitto Juusto Ruisleipä Omena-vadelpuolukka puuro Levite ja maito	Päivällinen Suikalelihakastike Perunat Lanttu-ananasraaste Salaatinkastike Ruisleipä, levite ja maito	Päivällinen Lapin ukon keitto Ruisleipä Hedelmä Levite ja maito	Päivällinen Punajuurisokeitto Smetana Ruisleipä Graham-mustikkapuuro Levite ja maito
Iltapala Appelsiinihiisseli Kaurasämpylä Leikkele Levite ja maito	Iltapala Rouheleipä Munavoi Silli Maito	Iltapala Vadelmarahka Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Kauralihapiirakka Vihannes Levite ja maito	Iltapala Luumukiisseli 4-viljan leipä Leikkele Levite ja maito	Iltapala Persikkarahka Ruisleipä, levite ja maito	Iltapala Mangokiisseli Vatruska Vihannes Levite ja maito