

## PERUS Ympäri vuorok. palv.as. ruokalista 1.4 – 6.10.2024

VIIKKO 14,19, 24, 29, 34, 39

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

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Kananmuna Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Mannapuuro Hedelmäsose Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Marjasekoitus	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu
<b>Lounas</b> Makkarakastike Perunat Rapea-tomaatti- paprikasalaatti Mustikkakiisseli	<b>Lounas</b> Broilerikeitto Rouhesämpylä Juusto Hedelmäsalaatti	<b>Lounas</b> Kasvispihvit Kermaviilikastike Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti Marjarahka	<b>Lounas</b> Broileripyttipannu Curry-kermakastike Rapea-kiinankaali- kurkku- kurpitsasalaatti Raparperiisseli	<b>Lounas</b> Italianpata Mehevä kaaliraaste Punaherukka- vispipuuro	<b>Lounas</b> Merimiespihvit talon tapaan Höyrytettyt porkkanat Rapea-maissi- punasalaatti Hedelmäjogurtti	<b>Lounas</b> Mantelikala Perunasose Kermakastike Rapea-kurkku- persikkasalaatti 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> Saariston savukalavuoka Rapea-porkkana- punajuurisalaatti	<b>Päivällinen</b> Potlohko Lämmin kasvis	<b>Päivällinen</b> Kalastajan keitto Ruisleipä Hedelmäpuuro	<b>Päivällinen</b> Kinkkukastike Perunat Kaali-porkkana- tomaattisalaatti	<b>Päivällinen</b> Porkkanasosekeitto Raejuusto Ruispuikula Vihannes	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuro Marjakeitto Ruisleipä Leikkele	<b>Päivällinen</b> Italialainen jauhelihakeitto Ruisleipä Juusto Hedelmä
<b>Iltaapala</b> Mustikkakiisseli 4-viljan leipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mansikka-mustikka tuorepuuro	<b>Iltaapala</b> Marjarahka Rouheleipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Perunapiirakka Munavoi	<b>Iltaapala</b> Punaherukka- vispipuuro Täysjyväleipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Rouheleipä Juusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mansikkakiisseli Ruisleipä Vihannes

PERUS Ympäri vuorok. palv.as. ruokalista 1.4 – 6.10.2024

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

VIKKO 15, 20, 25,  
30, 35, 40

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Leikkele Omenasose	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Juusto Marjasekoitus Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Leikkele Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Hedelmäsose Vihannes
<b>Lounas</b> Broilerikiusaus Rapea-kurkku- paprikasalaatti Vadelmajogurtti	<b>Lounas</b> Tomaattinen jauhelihakastike Perunat Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Raparperipaistos Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Kalamuru- perunavuoka Rapea-porkkana- kesäkurpitsasalaatti Kolmenmarjankiisseli	<b>Lounas</b> Kasvissosekeitto Ruisleipä Leikkele Mansikkarahka	<b>Lounas</b> Kalapuikot Tartarkastike Perunasose Rapea-kurkku- maissisalaatti Herukkakiisseli	<b>Lounas</b> Jauheliha- perunasoselaatikko Porkkanaraaste Karviaiskiisseli	<b>Lounas</b> Palapaisti Perunat Lämmin kasvis Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti 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> Liha-juurespata Lämmin kasvis	<b>Päivällinen</b> Kirkas lohikeitto Ruisleipä Aprikoosivispipuuro	<b>Päivällinen</b> Lihamureke Ruskea kastike Perunat Rapea-tomaatti- ananassalaatti	<b>Päivällinen</b> Broileri- makaronilaatikko Rapea-mustaherukka salaatti	<b>Päivällinen</b> Makkarapyttipannu Rapea-tomaatti- vesimelonisalaatti	<b>Päivällinen</b> Pinaattikeitto Kananmuna Ruisleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Mannapuuro Marjakeitto Ruisleipä Leikkele
<b>Ilta-pala</b> Vadelmajogurtti Riisipiirakka Leikkele	<b>Ilta-pala</b> Rouheleipä Sulatejuusto viipale Vihannes	<b>Ilta-pala</b> Kinkkujuustopiirakka	<b>Ilta-pala</b> Mansikkarahka Rieska Juusto	<b>Ilta-pala</b> Graham- mustikkapuuro	<b>Ilta-pala</b> Karviaiskiisseli Rouheleipä Vihannes	<b>Ilta-pala</b> Muna-riisipasteija Tuoremehu

## PERUS Ympäri vuorok. palv.as. ruokalista 1.4 – 6.10.2024

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

**VIKKO 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 Leikkele Vihannes	<b>Aamupala</b> Riisihiutalepuuro Juusto Hedelmäsose	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Leikkele Vihannes	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Marjasekoitus	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Leikkele Vadelmasose	<b>Aamupala</b> Orahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu
<b>Lounas</b> Kanabolognais Perunat Kaali-kurkku- keltainen paprikasalaatti Kuningatarkiisseli	<b>Lounas</b> Mifu-pastapaistos Rapea-porkkana- kesäkurpitsasalaatti Puolukkavispipuuro	<b>Lounas</b> Lempeä kanakeitto Ruispuikula Ohukaiset Marjainen hillo	<b>Lounas</b> Kalastajan vuoka Rapea-porkkana- kurpitsasalaatti Hedelmärahka	<b>Lounas</b> Jauhelihakeitto Kaurasämpylä Raparperi- mansikkakiisseli	<b>Lounas</b> Willimiehen pata Tillikurkut Tomaattilohko Sitruunakiisseli	<b>Lounas</b> Mandariinibroileri Perunat Höyrytetyt porkkanat Rapea-tomaatti- paprikasalaatti Marjat & kinuskikastike
<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> Makkarakeitto Rouheleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Jauheliha-kasvispata Vihersalaattisekoitus -kurkku-tomaatti	<b>Päivällinen</b> Kalapyörykät Ruohosipuli- kermaviilikastike Perunasose Rapea-kurkku- kukkakaalisalaatti	<b>Päivällinen</b> Kesäkeitto Rieska Leikkele Vihannes	<b>Päivällinen</b> Curry- kalkkunakastike Perunat Punakaali- mustaherukka- salaatti	<b>Päivällinen</b> Riisipuuro Mehukeitto Leikkele Vihannes	<b>Päivällinen</b> Purjo- perunasosekeitto Porkkana- grahampiirakka Hedelmä
<b>Iltaapala</b> Kuningatarkiisseli Ruisleipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Täysjyväleipä Leikkele Vihannes	<b>Iltaapala</b> Kaurapala Tuorejuusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Suklaamannapuuro	<b>Iltaapala</b> Raparperi- mansikkakiisseli Ruisleipä Juusto	<b>Iltaapala</b> Rouheleipä Sulatejuusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mansikka- banaanituorepuuro Ruisleipä Leikkele

PERUS Ympäri vuorok. palv.as. ruokalista 1.4 – 6.10.2024

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> Kaurahiutalepuuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Leikkele Hedelmäsose Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruis- ohrahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Leikkele Mansikkasose Vihannes	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu
<b>Lounas</b> Nakkikeitto Ruisleipä Puolukkarahka	<b>Lounas</b> Tonnikalalasangne Rapea-kurkku- papurikasalaatti Sitruuna- mansikkakiisseli	<b>Lounas</b> Broilerikastike Perunat Kiinankaali- mangokurpitsa- kurkkusalaatti Vaniljarahka Marjasekoitus	<b>Lounas</b> Jauheliha- makaronilaatikko Juuresraaste Marjakiisseli	<b>Lounas</b> Tomaattikala Perunat Rapea-kurkku- maissisalaatti Jogurtti- mangomousse	<b>Lounas</b> Suikalelihakastike Perunasose Rapea-kurkku- hunajamelonisalaatti Omena-kanelikiisseli	<b>Lounas</b> Uunikirjolohti Kermaviilikastike Perunat Lehtisalaatti 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> Keltainen broileri- kasvisvuoka Lämmin kasvis	<b>Päivällinen</b> Porkkanapyörykät Tartarkastike Perunat Rapea-maissi- punasalaatti	<b>Päivällinen</b> Kasvismoussaka Raejuusto Tomaatti- sipulisalaatti	<b>Päivällinen</b> Koskenlaskijan kalakeitto Rieska Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Kinkkukiusaus Rapea-persikka- kesäkurpitsasalaatti	<b>Päivällinen</b> Juusto- kalkkunakeitto Ruisleipä Marjapuuro	<b>Päivällinen</b> Aurinkoinen bataattikeitto Ruissämpylä Leikkele
<b>Iltaapala</b> Puolukkarahka Vihannes	<b>Iltaapala</b> Ruisleipä Juusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Riisipiirakka Munavoi Vihannes	<b>Iltaapala</b> Graham- mustikkapuuro	<b>Iltaapala</b> Hedelmäkeitto Liha-riisipasteija	<b>Iltaapala</b> Täysjyväleipä Tuorejuusto Hedelmä	<b>Iltaapala</b> Maustettu viili Rouheleipä Vihannes

PERUS Ympäri vuorok. palv.as. ruokalista 1.4 – 6.10.2024

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

VIIKKO 18, 23, 28,  
33, 38

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Mustikkasose Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Munakokkeli Vihannes	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Juusto Marjainen hillo Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Kananmuna Vihannes	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu
<b>Lounas</b> Jauhelihakastike Perunat Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti Raparperi- mansikkapuuro	<b>Lounas</b> Cappellin kana- pastavuoka Rapea-kurkku- persikkasalaatti Sitruunamousse	<b>Lounas</b> Kalakeitto Ruisleipä luomu Marjapaistos Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Juustoinen broilerikastike Perunat Kaali-kurkku- kurpitsasalaatti Mustaherukka- vispipuuro	<b>Lounas</b> Pinaattinen mifu- perunakiusaus Rapea-tomaatti- maissisalaatti Vadelmakiisseli	<b>Lounas</b> Stroganoff Perunat Vihersalaatti Marjajogurtti	<b>Lounas</b> Uunibroileri Curry- kermaviilikastike Perunat Kaali-kurkku- keltainen paprikasalaatti Persikkarahka
<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 Ruisleipä Leikkele Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Possukastike Perunat Rapea-kurkku- porkkanasalaatti	<b>Päivällinen</b> Jauheliha- perunalaatikko Punakaali-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	<b>Päivällinen</b> Kermanen lohi- kasvispannu Punajuurisalaatti	<b>Päivällinen</b> Lihapyörykät Ruskea kastike Perunasose Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Keltainen vihanneskeitto Raejuusto Sämpylä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Minestronekeitto Perunapiirakka Munavoi Vihannes
<b>Iltaapala</b> Raparperi- mansikkapuuro Rieska Vihannes	<b>Iltaapala</b> Sitruunamousse Rouheleipä Leikkele	<b>Iltaapala</b> Päärynäviili Kauranappi Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mehukeitto Ruisleipä Leikkele Vihannes	<b>Iltaapala</b> Porkkana- perunaruutu Juusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Omena-vadelma- puolukkapuuro	<b>Iltaapala</b> Rouheleipä Juusto Vihannes