

VIIKOT

14,19,24,29,34,39

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Sydänystävänpuuro Juusto Marjainen hillo Tuoremehu	Aamupala Kaurahiutalepuuro Kananmuna Vihannes	Aamupala Hyvän elon puuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala Ohrahiutalepuuro Kananmuna Vihannes	Aamupala 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Vehnähiutalepuuro Leikkele Tuoremehu
Lounas Kaalikäryleet Perunat Ruskea kastike Puolukkahillo Rapea-kurkku- persikkasalaatti Vaniljarahka	Lounas Kylmäsavulohikeitto Ruisleipä Leikkele Sitruuna- mansikkakiisseli	Lounas Stroganoff Perunat Vihersalaatti Marjajogurtti	Lounas Jauhelihakeitto Kurkku Ruispuikula Pannukakku Marjahillo	Lounas Kasvispyörökät Tilli-kermaviilikastike Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti Raparperikiisseli	Lounas Cappellin kana- pastavuoka Kaali-tomaatti- kurkkusalaatti Hedelmäogurtti	Lounas Mantelikala Perunasose Kermakastike Kaali-kurkku- persikkasalaatti Mansikkakiisseli Vaniljakastike
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Kanabolognese Täysjyväpasta Rapea-tomaatti- maissisalaatti	Päivällinen Jauhelihakiusaus Punajuuri- kesäkurpitsa- omenasalaatti	Päivällinen Keltainen vihanneskeitto Raejuusto Sämpylä Hedelmä	Päivällinen Saariston savukalavuoka Punajuurisalaatti	Päivällinen Potlohko Lämmin kasvis Rapea-kurkku- keltainen papurikasalaatti	Päivällinen Perunavelli Rieska Juusto Hedelmä	Päivällinen Ohrapuuro Marjasose Ruisleipä Leikkele
Iltapala Marjakeitto Ruisleipä Leikkele Vihannes	Iltapala Porkkana-perunaruutu Vihannes	Iltapala Omena-vadelma- puolukkapuuro	Iltapala Mustikkajogurtti 4-viljan leipä Vihannes	Iltapala Mansikka- banaanituorepuuro	Iltapala Marjakeitto Rouheleipä Vihannes	Iltapala Mansikkakiisseli Ruisleipä Vihannes

VIIKOT
15,20,25,30,35,40

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Riisihiutalepuuro Hedelmäsose Leikkele Tuoremehu	Aamupala Kaurahiutalepuuro Juusto Marjasekoitus	Aamupala Ruishiutalepuuro Kananmuna Vihannes	Aamupala 3-viljan puuro Juusto Vihannes	Aamupala Kauralesepuuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala Sydänystävänpuuro Leikkele Omenasose	Aamupala 4-viljan puuro Hedelmäsose Vihannes
Lounas Kinkkukiusaus Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Hedelmäjogurtti	Lounas Kalkkunapyörykät Perunat Bearnaiskastike Punajuurisalaatti Punaherukkavispuuro	Lounas Nakkikeitto Riisipiirakka Juusto Mustikkakiisseli	Lounas Persikkainen broilerikastike Perunat Höyrytetyt porkkanat Rapea-kurkku- paprikasalaatti Vaniljajogurtti	Lounas Liha-spagettivuoka Rapea-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti Persikkakiisseli	Lounas Kalastajan keitto Ruisleipä Mansikkarahka	Lounas Palapaisti Perunat Uunijuurekset Punakaali-kurkku- kurpitsasalaatti Jäätelö Marjainen hillo
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Broileripyttipannu Porkkana- mandariiniraaste	Päivällinen Porkkanasosekeitto Raejuusto Ruispuikula Vihannes	Päivällinen Kermanen lohi- kasvispannu Mehevä kaaliraaste	Päivällinen Tonnikalamusaka Kaali-ananassalaatti	Päivällinen Bataatti-juurespihvit Kermaviilikastike Perunat Rapea-kurkku- maissisalaatti	Päivällinen Willimiehenpata Kaali-porkkana- tomaattisalaatti	Päivällinen Mannapuuro Marjakeitto Ruisleipä Leikkele
Iltaapala Marjakeitto Täysjyväleipä Vihannes	Iltaapala Perunapiirakka Munavoi Vihannes	Iltaapala Mustikkakiisseli Rouheleipä Juusto	Iltaapala Vaniljajogurtti Rouheleipä Sulatejuusto	Iltaapala Riisipiirakka Leikkele Vihannes	Iltaapala Mansikkarahka Rieska Juusto	Iltaapala Muna-riisipasteija Tuoremehu

VIIKOT
16,21,26,31,36

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Ohrahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala Vehnähiutalepuuro Juusto Marjasekoitus	Aamupala Hyvän elon puuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala Kaurahiutalepuuro Leikkele Vihannes	Aamupala Mannapuuro Leikkele Vadelmasose	Aamupala Sydänystävänpuuro Leikkele Vihannes	Aamupala 3-viljan puuro Kananmuna Tuoremehu
Lounas Broilerikiusaus Lämmin kasvis Rapea-kurkku- keltainen paprikasalaatti Karviaiskiisseli	Lounas Lindströminpihvit Perunasose Ruskea kastike Rapea-porkkana- kesäkurpitsasalaatti Mangorahka	Lounas Lohilaatikko Marinoitu kyssäkaali- porkkanaraaste Kuningatarkiisseli	Lounas Lempeä kanakeitto Ruisleipä Raparperipaistos Vaniljakastike	Lounas Sweet Chili-uunikala Perunat Punajuuriviipaleet Kurkku Hedelmä mousse	Lounas Maukas possunlihakastike Perunasose Kaali-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti Sitruunakiisseli	Lounas Mandariinibroileri Perunat Höyrytetyt porkkanat Punakaali- mustaherukkasalaatti Marjakiisseli Vaniljakastike
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Lihakeitto Ruisleipä Puolukkavispipuuro	Päivällinen Pinaattinen mifu- perunakiusaus Raejuusto Vihersalaatti	Päivällinen Makkara-keitto Riisipiirakka Juusto Vihannes	Päivällinen Merimiespihvit talon tapaan Uunijuurekset Rapea-maissi- punasalaatti	Päivällinen Juusto-kalkkunakeitto Ruisleipä Hedelmä	Päivällinen Kasvis-pastapaistos Kaali-kurkku- persikkasalaatti	Päivällinen Purjo-perunaseikeitto Grahamlihapiiirakka Hedelmä
Iltaapala Karviaiskiisseli Rouheleipä Vihannes	Iltaapala Graham- mustikkapuuro	Iltaapala Kuningatarkiisseli Rouheleipä Juusto Vihannes	Iltaapala Hedelmä jogurtti Ruisleipä Vihannes	Iltaapala Marjavispipuuro	Iltaapala Kaurapala Tuorejuusto Vihannes	Iltaapala Mansikka- banaanituorepuuro Ruisleipä Leikkele

PERUS Ympäri v. palv. as. ruokalista Par/Rau 31.3. – 5.10.2025

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

VIIKOT

17,22,27,32,37

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Kauralesepuuro Juusto Marjasekoitus	Aamupala Ruishiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala 4-viljan puuro Leikkele Hedelmäsose	Aamupala Ruis-ohrahiutalepuuro Juusto Vihannes	Aamupala Vehnähiutalepuuro Leikkele Hedelmäsose Tuoremehu	Aamupala Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala Mannapuuro Kananmuna Tuoremehu
Lounas Lihapyörykät Perunasose Ruskea kastike Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Raparperi- mansikkakiisseli	Lounas Broileripasta Rapea-porkkana- kesäkurpitsa Mustikkajogurtti	Lounas Liha-juurespata Tillikurkut Tomaattilohkot Ruusunmarjakiisseli	Lounas Jauhelihakastike Perunat Rapea-porkkana- tomaattisalaatti Vaniljarahka Marjahillo	Lounas Tonnikalalasangne Punajuurisalaatti Omena-kanelikiisseli	Lounas Broilerikeitto Rouhesämpylä Ohukaiset Marjainen hillo	Lounas Uunikirjolohi Perunat Lämmin kasvis Kermaviilikastike Kaali-kurkku-keltainen paprikasalaatti Suklaavanukas
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Pinaattikeitto Kananmuna Ruisleipä Hedelmä	Päivällinen Curryporsas Perunat Punakaali- mustaherukkasalaatti	Päivällinen Kalaseljanka Ruisleipä Leikkele Vihannes	Päivällinen Keltainen broileri- kasvisvuoka Lämmin kasvis Punakaali-kurkku- mustaherukkasalaatti	Päivällinen Suikalelihastike Perunasose Porkkanaraaste	Päivällinen Uunimakkara Perunasose Ruskea kastike Kaali-tomaattisalaatti	Päivällinen Aurinkoinen bataattikeitto Raejuusto Perunalepuska
Iltaapala Omena-vadelma- puolukkapuuro	Iltaapala Täysjyväleipä Juusto Vihannes	Iltaapala Ruusunmarjakiisseli Rouheleipä Sulatejuusto Vihannes	Iltaapala Vaniljarahka Vihannes	Iltaapala Ruisleipä Juusto Vihannes	Iltaapala Riisipiirakka Munavoi Vihannes	Iltaapala Graham- mustikkapuuro

VIIKOT

18,23,28,33,38

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala 4-viljan puuro Juusto Vihannes	Aamupala Kauralesepuuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala Vehnähiutalepuuro Mansikkasose Leikkele Vihannes	Aamupala Hyvän elon puuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Ohrahiutalepuuro Mustikkasose Juusto Vihannes	Aamupala Ruishiutalepuuro Kananmuna Vihannes	Aamupala 3-viljan puuro Leikkele Vihannes Tuoremehu
Lounas Kasvislasagne Rapea-kurkku- maissisalaatti	Lounas Broilerikastike Perunat Rapea-porkkana- ananassalaatti Mansikkamousse	Lounas Kalamurekypyörykät Perunasose Tillikastike Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Aprikoosikiisseli	Lounas Nakkikastike Perunat Rapea-porkkana- punajuurisalaatti Mangorahka	Lounas Perinteinen jauheliha- makaronilaatikko Rapea-kurkku- hunajamelonisalaatti Vadelmakiisseli	Lounas Kalakeitto Ruisleipä Marjapaistos Jäätelö	Lounas Uunibroileri Perunat Curry-kermaviilikastike Kaali-kurkku-keltainen paprikasalaatti Hedelmäsalaatti
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Koskenlaskijan kalakeitto Ruisleipä Leikkele Vihannes	Päivällinen Riisipuuro Mehukeitto Leikkele Vihannes	Päivällinen Juures- härkäpapuvuoka Rapea-mangokurpitsa- retiisipasta	Päivällinen Kalastajan vuoka Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti	Päivällinen Juuressekeitto Ruisleipä Leikkele Hedelmä	Päivällinen Porkkanapyörykät Perunat Tartarkastike Punakaali-kurkku- persikkasalaatti	Päivällinen Minestronekeitto Perunapiirakka Munavoit Vihannes
Iltaapala Hedelmäkeitto Liha-riisipasteija	Iltaapala Maustettu viili Rouheleipä Vihannes	Iltaapala Täysjyväleipä Tuorejuusto Hedelmä	Iltaapala Rieska Kalaleivä Vihannes	Iltaapala Vadelmakiisseli Rouheleipä Leikkele	Iltaapala Perunalepuska Sulatejuusto Vihannes	Iltaapala Kuningattaren riisipuuro Rouheleipä Juusto