

Henkilöstöravintolat Koivu ja Tähkä
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 12.06.2020	sivu 1

Viikko 19

Maanantai 04.05.2020	Tiistai 05.05.2020	Keskiviikko 06.05.2020	Torstai 07.05.2020	Perjantai 08.05.2020
Kasvislounas henkilöstö Kasvispastavuoka sitruuna LA SY	Kasvislounas henkilöstö Kasvis-jalapenonuggetteja LA MA GL VE Kermaviilikastiketta LA GL	Kasvislounas henkilöstö Bataattisekoittoa LA GL SY	Kasvislounas henkilöstö Punajuuri-aurajuustovuokaa LA GL	Kasvislounas henkilöstö Marokko-Kasvispihvejä MA GL VE SY Paholaisen majoneesia MA GL VE
Lounas henkilöstö Hedelmäistä broilerkastiketta LA MA GL Paahdetuttuja kasviksia LA MA GL Keitettyä täysjyväriisiä LA MA GL Kuningatarkiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Appelsiini-chilikalavuokaa LA GL SY Parsakaalia Perunasosetta LA GL Mangovispipuuroa LA MA	Lounas henkilöstö Jauhelihipihvejä LA MA GL Gratinoitua kruunuvihannesta LA GL Keitettyjä perunoita LA MA GL Ruskeaa kastiketta LA GL (s) Mustikkakiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Riista-juustokeittoa LA GL SY Lihakeittoa LA MA GL SY Puolukkarahkaa LA GL	Lounas henkilöstö Lohimurekepihvejä LA MA SY Kasvissekoitusta Keitettyjä perunoita Tillikastiketta LA GL Sekamarjakiisseliä
Lounas salaatti Jäävuorisalaattisuikaleita Jäävuori-jääsalaatti-punasipuli-rucolaa Kaalimustaherukkasalaattia Vesimeloni kuutioita Appelsiini-kuutioita Tomaattikuutioita Kurkkukuutioita Juustokuutioita Krutonkeja	Lounas salaatti Mangoista kaaliraastetta LA MA GL Jäävuori-romainnessalaattisekoitusta Kirsikkatomaatteja Punajuuriviipaleita Oliiviviipaleita Hunajamelonikuutioita Raejuustoa Pähkinäsekoitusta Ananaspaloja	Lounas salaatti Porkkanaraastetta Jäävuori-punasalaatti-friseesekoitusta Punajuurisalaattia LA MA GL Marinoitua kasviksia Tomaattisalsaa Kurkkuraastetta Mandariinia Tonnikalaa Auringonkukansiemeniä	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Jäävuori-punasalaatti-friseesekoitusta Kesäkurpitsaraastetta Punakaaliraastetta Tomaattilohkoja Ananaspaloja Punasipulirenkaita Salaattijuustokuutioita Paahdettua sipulirouhetta LA	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Kaalipunakaali-porkkanasekoitusta Italiansalaattia Kurkkuista salaattia Paprikakuutioita Viinirypäleitä Persikkakuutioita Kananmuna Krutonkeja

Henkilöstöravintolat Koivu ja Tähkä
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 12.06.2020	sivu 2

Viikko 20

Maanantai 11.05.2020	Tiistai 12.05.2020	Keskiviikko 13.05.2020	Torstai 14.05.2020	Perjantai 15.05.2020
Kasvislounas henkilöstö Pinaattilasagnea LA SY	Kasvislounas henkilöstö Chili sin carne MA GL Taco-kuoria MA GL	Kasvislounas henkilöstö Mexican-Kasvispihvejä LA GL SY	Kasvislounas henkilöstö Juustoista porkkanasekeittoa LA GL	Kasvislounas henkilöstö Punajuurihiivijä LA MA GL VE
Lounas henkilöstö Jauhelihakastiketta LA MA GL SY Babyporkkanoita LA MA GL Keitettyä pastaa LA MA Pariisin perunoita LA GL Mustikkasekeksiä LA MA GL	Lounas henkilöstö Mantelikalaa LA GL SY Kasvissekoitusta LA GL Perunasosetta LA GL Karhunvatukkiä LA MA GL	Lounas henkilöstö Uunimakkaraa LA MA GL Porkkanoita Perunasosetta LA GL Ruskeaa kastiketta LA GL SY Suklaakiisseliä LA GL	Lounas henkilöstö Broileria marengokastikkeessa LA GL Paahdettua juuressalsaa LA MA GL Keitettyä täysjyväriisiä LA MA GL Persikkasekeksiä LA MA GL	Lounas henkilöstö Sitruunaista kalaleikettä MA SY Herneitä Perunasosetta LA GL Juustokastiketta LA GL Mustikkarahkaa LA GL
Lounas salaatti Jäävuori-punakaalisalaattia Kirsikkatomaatteja Porkkanaraastetta Sienisalaattia Kurkkukuutioita Ananasaloja Punasipulihilloketta Broileria Krutonkeja	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Coleslaw-salaattia MA GL Kesäkurpitsaraastetta Punajuorisalaattia Tomaattia Hunajamelonikuutioita Paprikasuikaleita Salaattijuustokuutioita Pähkinäsekoitusta	Lounas salaatti Jäävuori-punasalaatti-friseesekeitusta Tomaattisalsaa Vesimelonikuutioita Kurkkuista salaattia Avokadokuutioita Persikkakuutioita Suvisalaattia Savustettua lohta Auringonkukansiemeniä	Lounas salaatti Kaali-puolukkahilloisalaattia Jäävuorisalaattia Kurkkuviipaleita Kesäkurpitsaraastetta Punasipulirenkaita Kukkakaalirouhetta Viinirypäleitä Salamisuikaleita Paahdettua sipulirouhetta LA	Lounas salaatti Jäävuori-jääsalaatti-punasipuli-rucolaa Pasta-cheddarjuustosalaattia LA Marinoitua punakaali-retikkasalaattia Porkkanaraastetta Punajuurisuikeita Hunajamelonikuutioita Kurkkukuutioita Juustokuutioita Krutonkeja

Henkilöstöravintolat Koivu ja Tähkä

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 12.06.2020	sivu 3

Viikko 21

Maanantai 18.05.2020	Tiistai 19.05.2020	Keskiviikko 20.05.2020	Torstai 21.05.2020	Perjantai 22.05.2020
Kasvislounas henkilöstö Tomaattista kasvis-pastavuokaa MA VE s	Kasvislounas henkilöstö Kasvisjauhispöryköitä MA GL VE Kermaviilikastiketta LA GL	Kasvislounas henkilöstö Ohrapuuro LA (s)		Kasvislounas henkilöstö Bataattisosekeittoa LA GL
Lounas henkilöstö Porsasta curry-kookoskastikkeessa MA C Parsakaali-maissia Keitettyä täysjyväriisiä LA MA GL Keitettyä riisi-ohraseosta LA MA Sitruunakiisseliä LA GL	Lounas henkilöstö Haukipöryköitä LA GL Patamix-kasvissekoitusta LA MA GL Keitettyä perunoita Tillikastiketta LA GL Mansikkakiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Pastavuoka Carbonaraa LA SY Parsakaalia Karpalokiisseliä LA MA GL		Lounas henkilöstö Kaalikärryleitä LA MA GL Aurinkokasvissekoitusta Keitettyä perunoita Ruskeaa kastiketta LA GL SY Mangorahkaa LA GL
Lounas salaatti Jäävuori-romainnessalaattisekoitusta Kaali-mustaherukkasalaattia Perunasalaattia Porkkanaraastetta Kurkkukuutioita Vesimelonikuutioita Ananaspaloja Salamisuikaleita Krutonkeja	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Mangoista kaaliraastetta Kirsikkatomaatteja Kurkkuviipaleita Appelsiiniukuutioita Viinirypäleitä Oliveja Tonnikalaa Pähkinäsekoitusta	Lounas salaatti Jäävuori-punasalaatti-friseesekoitusta Punakaaliraastetta Porkkanaraastetta Marinoituja kasviksia Kesäkurpitsaraastetta Hunajamelonikuutioita Tomaattia Kananmuna Auringonkukansiemeniä		Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Punajuurisalaattia Vesimelonikuutioita Kurkkukuutioita Kesäkurpitsasuikaleita Persikkakuutioita Puolukkasurvosta Juustokuutioita Krutonkeja

Henkilöstöravintolat Koivu ja Tähkä

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 12.06.2020	sivu 4

Viikko 22

Maanantai 25.05.2020	Tiistai 26.05.2020	Keskiviikko 27.05.2020	Torstai 28.05.2020	Perjantai 29.05.2020
Kasvislounas henkilöstö Thai-Kasviscurrya MA GL VE SY	Kasvislounas henkilöstö Riisipuuroa LA GL Ruusunmarjakiisseliä LA MA GL	Kasvislounas henkilöstö Metsäsienikeittoa LA GL	Kasvislounas henkilöstö Punajuuri-juustokiusausta LA GL	Kasvislounas henkilöstö Juustoista porkkanaseosekeittoa LA GL SY
Lounas henkilöstö Makkarakastiketta LA GL Parsakaalia LA MA GL Keitettyjä perunoita Marjarahkaa LA GL	Lounas henkilöstö Kalaa Bordelaise LA GL SY Porkkanoita Perunasosetta LA GL Ruusunmarjakiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Jauhelihapuikkoja LA MA GL SY Puutarhurinsekoitusta Keitettyjä perunoita Ruskeaa kastiketta LA GL SY Persikkaseosekiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Hernekeittoa LA MA GL SY Pannukakkua LA Mansikkahilloa	Lounas henkilöstö Siikapihvejä LA GL MA Kruunuvihannesta Keitettyjä perunoita Juustokastiketta LA GL Mangokiisseliä LA MA GL
Lounas salaatti Jäävuori-punakaalisalaattia Perunasalaattia Kesäkurpitsasuikaleita Kirsikkatomaatteja Kurkkukuutioita Persikkakuutioita Punasipulihilloketta Salaattijuustokuutioita Kruunonkeja	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Coleslaw-salaattia MA GL Punajuurisalaattia Viinirypäleitä Vesimelonikuutioita Tomaattilohkoja Retikkaraastetta Keitetty kananmuna Pähkinäsekoitusta	Lounas salaatti Jäävuori-punasalaatti-friseesekeitusta Porkkanaraastetta Puolukkasurvosta Paprikasuikaleita Puolukkahilloa Ananaspaloja Oliiveja Juustokuutioita Auringonkukansiemeniä	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Pastasalaattia Kaaliraastetta Kesäkurpitsaviipaleita Cantaloupemelonikuutioita Punasipulirenkaita Tomaattia Savustettua lohta Paahdettua sipulirouhetta LA	Lounas salaatti Jäävuori-punasalaatti-friseesekeitusta Kurkkuista salaattia Punajuuri-omenasalaattia Vesimelonikuutioita Paprikasekoitusta Avokadokuutioita Appelsiinkuutioita Broilerikuutioita Kruunonkeja

Henkilöstöravintolat Koivu ja Tähkä
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 12.06.2020	sivu 5

Viikko 23

Maanantai 01.06.2020	Tiistai 02.06.2020	Keskiviikko 03.06.2020	Torstai 04.06.2020	Perjantai 05.06.2020
Kasvislounas henkilöstö Paprika-quornvuokaa LA GL SY	Kasvislounas henkilöstö Porkkanapyöryköitä LA GL	Kasvislounas henkilöstö Pinaattikeittoa LA GL SY Kananmuna	Kasvislounas henkilöstö Kasvisnakkikeittoa LA MA	Kasvislounas henkilöstö Mifu jauhis Sloppy Joe Taco kuoria MA GL
Lounas henkilöstö Stroganoffia LA MA GL SY Gratinointua kruunuvihannesta LA GL Keitettyjä perunoita Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Kalapyöryköitä LA MA GL Kasvissekoitusta LA MA GL Keitettyjä perunoita Juustokastiketta LA GL Mandariinikiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Keltaista kanacurrya MA GL Parsakaalia Keitettyä riisi-ohraseosta LA MA Persikkaseksiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Tonnikalapastaa LA SY Porkkana-maissia Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Lounas henkilöstö Nakkikastiketta LA MA GL Kasvissekoitusta Keitettyjä perunoita Aprikoosiseksiisseliä LA MA GL
Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Perunasalaattia Punajuuri-raejuustosalaattia Appelsiiniukuutioita Vesimelonikuutioita Kurkkuviipaleita Ananaspaloja Kananmuna Krutonkeja	Lounas salaatti Jäävuori-punasalaatti-friseesekeitusta Mangoista kaaliraastetta Porkkanaraastetta Kirsikkatomaatteja Kurkkukuutioita Kesäkurpitsasuikaleita Hunajamelonikuutioita Kinkkusuikeita Pähkinäsekoitusta	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Kaali-punakaali-porkkanasekoitusta Punajuurisalaattia Marinoituja kasviksia Kurkkukuutioita Ananaspaloja Kukkakaalirouhetta Savustettua lohta Auringonkukansiemeniä	Lounas salaatti Jäävuori-romainnessalaattisekoitusta Porkkanaraastetta Marinoitu punakaali-retikkasalaattia Tomaattilohkoja Viinirypäleitä Kurkkuviipaleita Punasipulirenkaita Salaattijuustokuutioita Paahdettua sipulirouhetta LA	Lounas salaatti Jäävuori-jääsalaatti-punasipuli-rucolaa Vesimelonikuutioita Kesäkurpitsaviipaleita Appelsiiniukuutioita Tomaattisalsaa Puolukkahilloa Paprikasekoitusta Juustokuutioita Krutonkeja

Henkilöstöravintolat Koivu ja Tähkä

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 12.06.2020	sivu 6

Viikko 24

Maanantai 08.06.2020	Tiistai 09.06.2020	Keskiviikko 10.06.2020	Torstai 11.06.2020	Perjantai 12.06.2020
Kasvislounas henkilöstö Purjo-perunasosekeitto 3kg	Kasvislounas henkilöstö Härkis-makaronilaatikka MA VE SY	Kasvislounas henkilöstö Kesäkeittoa LA GL SY	Kasvislounas henkilöstö Appelsiini-tofuvuokaa LA GL SY	Kasvislounas henkilöstö Bataatti-juurespihvejä LA MA GL SY
Lounas henkilöstö Uunipaella broilerilla LA MA GL Yrttipunajuuria Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Lohikeittoa LA GL SY Hedelmärahkaa LA GL	Lounas henkilöstö Lihapyöryköitä LA MA GL Porkkanoita Keitettyjä perunoita Ruskeaa kastiketta LA GL SY Hedelmäseksiisseliä LA MA GL	Lounas henkilöstö Sitruunakalaa LA GL SY Herneitä Perunasosetta LA GL Paahtokiisseliä LA GL	Lounas henkilöstö Makkarapihvejä LA GL MA Kasvissekoitusta Perunasosetta LA GL Juustokastiketta LA GL Jäätelöpikari LA
Lounas salaatti Jäävuori-punakaalisalaattia Kaali-mustaherukkasalaattia Kirsikkatomaattia Kurkkukuutioita Persikkakuutioita Paprikakuutioita Punasipulihilloketta Juustosalaattikuutioita Kruutonkeja	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Punakaaliraastetta Pasta-salaattijuustosalaattia LA Perunasalaattia Tomaattilohkoja Kurkkukuutioita Hunajamelonikuutioita Savukuutioita Pähkinäsekoitusta	Lounas salaatti Jäävuori-punasalaatti-friseesekeitusta Porkkanaraastetta Kesäkurpitsasuikaleita Paprikasuikaleita Appelsiinikuutioita Viinirypäleitä Tomaattisalsaa Broilerifileekuutioita Auringonkukansiemeniä	Lounas salaatti Jäävuorisalaattia Marinoitua punakaali-retikkasalaattia Porkkanaraastetta Punajuurisalaattia Tomaattilohkoja Ananaspaloja Punasipulirenkaita Juustokuutioita Paahdettua sipulirouhetta LA	Lounas salaatti Jäävuori-romainnessalaattisekoitusta Pasta-cheddarjuustosalaattia LA Vesimelonikuutioita Paprikasekoitusta Kurkkukuutioita Oliiveja Persikkakuutioita Savustettua lohta Kruutonkeja