

Kotipalveluateriat Vuolijoki
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 14.06.2020	sivu 1

Viikko 19

Maanantai 04.05.2020	Tiistai 05.05.2020	Keskiviikko 06.05.2020	Torstai 07.05.2020	Perjantai 08.05.2020	Lauantai 09.05.2020	Sunnuntai 10.05.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Riistakiusausta LA GL	Karjalanpaistia MA GL	Hedelmäistä broilerkastiketta	Appelsiini-chilikalavuokaa LA	Jauhelihapihvejä LA MA GL S	Lihakeittoa LA GL	Riistakäristystä LA MA GL
Maissia	Parsakaalia	Porkkanasuikaleita	Parsakaalia	Juureskuutioita	Tomaattilohkoja	Perunasosetta LA GL
Kurkkuraastesalaattia	Perunasosetta LA GL	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta LA GL	Keitettyä perunaa	Puolukkajogurttia LA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL
Rahkavaahtoa LA GL	Punajuurisalaattia LA MA GL	Kaali-mustaherukkasalaattia	Jäävuori-ananas-persiljasalaa	Ruskeaa kastiketta LA GL		Suolakurkkuviipaleita
	Mustikkaseksiisseliä LA MA	Kuningatarkiisseliä LA MA GL	Mangovisipuuuroa LA MA	Punajuuri-omenasalaattia		Kinuskikakkua LA
				Mustikkakiisseliä LA MA GL		

Kotipalveluateriat Vuolijoki
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 14.06.2020	sivu 2

Viikko 20

Maanantai 11.05.2020	Tiistai 12.05.2020	Keskiviikko 13.05.2020	Torstai 14.05.2020	Perjantai 15.05.2020	Lauantai 16.05.2020	Sunnuntai 17.05.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Metsäsienikiusausta LA GL	Palapaistia LA MA GL SY	Jauheliha-kastiketta LA MA GL	Mantelikalaa LA GL SY	Uunimakkaraa LA MA GL	Karjalanpaistia MA GL	Kasvispihvejä LA MA SY
Papuja	Kukkakaalia	Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Porkkanasuikaleita	Juureskuutioita	Kasvissekoitusta LA MA GL
Kaali-appelsiini-persiljasalaatti	Keitettyä perunaa	Perunoita	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL
Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Porkkanaraastetta	Kaali-ananas-persiljasalaattia	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Ruskeaa kastiketta LA GL	Puolukkahilloa	Kurkkuista salaattia
	Vadelmavispi LA	Mustikkaseksiä LA MA	Karhunvatukkiä LA MA	Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaatti	Rahkavaahtoa LA GL	Hedelmäjuurtia LA GL
				Suklaakiä LA GL		

Kotipalveluateriat Vuolijoki
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 14.06.2020	sivu 3

Viikko 21

Maanantai 18.05.2020	Tiistai 19.05.2020	Keskiviikko 20.05.2020	Torstai 21.05.2020	Perjantai 22.05.2020	Lauantai 23.05.2020	Sunnuntai 24.05.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Lohikiusausta LA GL	Härkäruukua LA GL SY	Porsasta curry-kookoskastikke	Haukipyöryköitä LA GL	Pastavuoka Carbonaraa LA S	Lohikeittoa LA GL SY	Kaalikääryleitä LA MA GL
Maissia	Keitettyä perunaa	Parsakaali-maissia	Porkkana-maissia LA MA GL	Parsakaalia	Suolakurkkukuutioita	Kasvissekoitusta
Porkkanaraastetta	Kasvissekoitusta	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Keitettyä perunaa	Jäävuori-tomaatti-persikkasala	Vaniljarahkaa LA GL	Perunasosetta LA GL
Luumujogurtia LA GL	Punajuurisalaattia LA MA GL	Kaali-ananas-persiljasalaattia	Tillikastiketta LA GL	Karpalokiisseliä LA MA GL		Kermakastiketta
	Mangokiisseliä LA MA GL	Sitruunakiisseliä LA GL	Jäävuori-persikkasalaattia			Puolukkasurvosta
			Mansikkakiisseliä LA MA GL			Rahkavaahtoa LA GL

Kotipalveluateriat Vuolijoki
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 14.06.2020	sivu 4

Viikko 22

Maanantai 25.05.2020	Tiistai 26.05.2020	Keskiviikko 27.05.2020	Torstai 28.05.2020	Perjantai 29.05.2020	Lauantai 30.05.2020	Sunnuntai 31.05.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Perinteinen kiusaus possusta	Burgundilaista lihapataa LA M	Makkarakastiketta LA GL	Kala Bordelaista LA GL	Jauhelihapuikkoja LA MA GL	Hernekeittoa LA MA GL SY	Sitruunaista kalaleikettä MA S
Porkkanasuikaleita	Aurinkokasvissekoitusta	Parsakaali-maissia	Porkkanasuikaleita	Puutarhurinsekoitusta	Tai: Lihakeittoa LA MA GL SY	Kasvissekoitusta
Kaali-mustaherukkasalaattia	Perunasosetta LA GL	Keitettyä perunaa	Perunasosetta LA GL	Keitettyä perunaa	Tomaattilohkoja	Perunasosetta LA GL
Maitosuklaavanukasta LA GL	Punajuuri-omenasalaattia	Jäävuori-kurkku-persikkasalaattia	Punajuurisalaattia LA MA GL	Jäävuori-ananas-persiljasalaa	Ohukaisia	Kermakastiketta LA
	Persikkaseksiisseliä LA MA	Marjarahkaa LA GL	Ruusunmarjakiisseliä LA MA	Persikkaseksiisseliä LA MA	Mansikkahilloa	Punajuuri-omenasalaattia
						Kuningatarkiisseliä LA GL

Kotipalveluateriat Vuolijoki
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 14.06.2020	sivu 5

Viikko 23

Maanantai 01.06.2020	Tiistai 02.06.2020	Keskiviikko 03.06.2020	Torstai 04.06.2020	Perjantai 05.06.2020	Lauantai 06.06.2020	Sunnuntai 07.06.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Broileri-perunavuokaa LA GL	Riistakäristystä LA MA GL	Stroganoffia LA MA GL	Kalapyöryköitä LA GL MA	Broilerikastiketta LA GL SY	Gulassikeittoa LA GL	Jauhelihakastiketta LA GL
Papuja	Kukkakaalia	Kruunuvihannesta LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL	Parsakaalia	Kurkkuviipaleita	Kasvissekoitusta
Kaali-appelsiini-persiljasalaatt	Perunasosetta LA GL	Perunoita	Keitettyä perunaa LA MA GL	Keitettyä täysjyväriisiä	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Perunasosetta LA GL
Rahkavaahtoa LA GL	Porkkanaraastetta	Punajuuri-raejuustosalaattia	Juustokastiketta LA GL	Jäävuori-ananas-persiljasalaa		Puolukkasurvosta
	Mustikkaseksiisseliä LA MA	Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Jäävuori-porkkana-kurkkusala	Maitokiisseliä LA GL		Maitosuklaavanukasta LA GL
			Mandariinikiisseliä LA MA GL			

Kotipalveluateriat Vuolijoki
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 19-24
04.05.2020 - 14.06.2020	sivu 6

Viikko 24

Maanantai 08.06.2020	Tiistai 09.06.2020	Keskiviikko 10.06.2020	Torstai 11.06.2020	Perjantai 12.06.2020	Lauantai 13.06.2020	Sunnuntai 14.06.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Lohilaatikka LA MA GL	Lihamureketta LA MA GL	Broiler-currykastiketta LA GL	Lohikeittoa LA GL SY	Lihapyöryköitä LA MA GL	Juustomestarin lohta LA GL	Bataatti-juurespihvejä MA GL
Maissia	Parsakaalia	Yrttipunajuuria	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Porkkanoita	Porkkanakuutioita LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL
Punajuurisalaattia	Keitettyä perunaa LA MA GL	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Hedelmärahaa LA GL	Keitettyä perunaa LA MA GL	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL
Omenaseksiä	Ruskeaa kastiketta LA GL	Kaali-mustaherukkasalaattia		Ruskeaa kastiketta LA GL	Punajuurisalaattia LA MA GL	Kermakastiketta LA
	Porkkana-persikkasalaattia	Sekamarjakiisseliä LA MA GL		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaat	Kuningatarkiisseliä	Suolakurkkuviipaleita
	Vadelmasosekiisseliä LA MA			Hedelmäsosetkiisseliä LA MA		Rahkavaahtoa