

Hajautettujen yksiköiden ruokalista

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	Vkot 43-48
19.10.2020 - 29.11.2020	sivu 1

Viikko 43

Maanantai 19.10.2020	Tiistai 20.10.2020	Keskiviikko 21.10.2020	Torstai 22.10.2020	Perjantai 23.10.2020	Lauantai 24.10.2020	Sunnuntai 25.10.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Lihakeittoa LA MA GL SY	Venäläistä kalaa LA GL SY	Puutarhurin broilerpihviä LA GL SY	Kaalilaatikkaa LA MA GL SY	Lohimurekepihvejä LA MA SY	Juustomestarin lihalaatikkaa LA MA GL SY	Palapaistia LA MA GL SY
Tomaattia	Kasvissekoitusta LA MA GL	Parsakaali-maissia LA MA GL	Porkkanasuikaleita LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL	Vihreitä papuja LA MA GL	Kukkakaalia LA MA GL
Puolukkarahkaa LA GL	Perunasosetta LA GL	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA GL	Puolukkasurvosta	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Kaali-appelsiini-persiljasalaattia LA MA GL	Keitettyjä perunoita LA MA GL
	Jäävuori-ananas-persiljasalaattia LA MA GL	Currykastiketta LA GL	Mansikkajogurttirahkaa LA GL	Tillikastiketta LA GL	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Porkkanaraastetta
	Mangovispipuuroa LA MA GL	Punajuuri-omenasalaattia		Jäävuori-kurkku-persikkasalaattia LA MA GL		Vadelmasosekiisseliä LA MA GL
		Mustikkakiisseliä LA MA GL		Sekamarjakiisseliä LA MA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Nakkikeittoa LA MA GL	Punajuuri-juustokiusausta LA GL SY	Kukkakaali-porkkanasosekeittoa LA MA GL	Ohrapuuroa LA GL	Pehmeää broilerikeittoa LA MA GL	Pinaattikeittoa LA GL SY	Siskonmakkarakeittoa LA MA GL
Tomaattia	Hunajamelonia	Balkania	Leikkelettä	Vesimelonaa	Kananmunaa	Paprikasuikaleita
Maitosuklaavanukasta	Mustaherukkasosekiisseliä LA MA GL	Tomaattia	Tuorekurkkua	Sitruunakiisseliä LA GL	Tomaattia	Jäätelöä LA GL
Mandariini		Sekamehukeittoa LA MA GL	Päärynäkiisseliä LA MA GL		Aprikoosikiisseliä LA MA GL	

Hajautettujen yksiköiden ruokalista

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	Vkot 43-48
19.10.2020 - 29.11.2020	sivu 2

Viikko 44

Maanantai 26.10.2020	Tiistai 27.10.2020	Keskiviikko 28.10.2020	Torstai 29.10.2020	Perjantai 30.10.2020	Lauantai 31.10.2020	Sunnuntai 01.11.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta LA MA GL	Mantelikalaa LA GL SY	Uunimakkaraa LA MA GL	Juustoista riistakeittoa LA GL	Punajuurihiphvejä LA MA GL \	Lohikiusausta LA GL	Härkäruukkaa LA GL SY
Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Porkkanoita	Kurkkuviipaleita	Herneitä	Parsakaali-maissia	Keitettyjä perunoita
Keitettyjä perunoita	Perunasosetta	Perunasosetta LA GL	Puolukkavispipuuroa LA MA	Keitettyjä perunoita	Porkkanaraastetta	Kasvissekoitusta
Kaali-ananas-persiljasalaattia	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Ruskeaa kastiketta LA GL		Juustokastiketta LA GL	Mustikkarahkaa	Punajuurisalaattia
Mustikkaseksiisseliä	Karhunvatukkakiisseliä	Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaat		Jäävuori-porkkana-kurkkusalaat		Mangokiisseliä LA MA GL
		Suklaakiisseliä LA GL		Appelsiiniikiisseliä LA MA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Savuporosekeittoa LA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Seikeittoa LA GL SY	Perunanuudeli-jauhelihapataa	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Lämmittävä keitto possusta LA
Tuorekurkkua	Suolakurkkua	Keittokinkkua	Tomaattia	Tuorekurkkua	Vesimelonia	Hunajamelonia
Rahkavaahtoa	Mansikkakiisseliä	Paprikaa	Hedelmärahkaa LA GL	Banaani	Omenaseksiisseliä LA MA GL	Maitosuklaavanukasta
		Persikkaseksiisseliä LA MA GL				

Hajautettujen yksiköiden ruokalista

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	Vkot 43-48
19.10.2020 - 29.11.2020	sivu 3

Viikko 45

Maanantai 02.11.2020	Tiistai 03.11.2020	Keskiviikko 04.11.2020	Torstai 05.11.2020	Perjantai 06.11.2020	Lauantai 07.11.2020	Sunnuntai 08.11.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Porsasta curry-kookoskastikkei	Haukipyöryköitä LA GL	Lasagnettea LA SY	Lohikeittoa LA GL SY	Karjalanpaistia MA GL	Perinteinen kiusaus possusta	Smetanalihakastiketta LA GL
Herneitä	Porkkana-maissia	Parsakaalia	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Kruunuvihannesta	Porkkanasuikaleita LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL
Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Keitettyjä perunoita	Jäävuori-tomaatti-persikkasala	Herukkakiisseliä LA MA GL	Perunasosetta LA GL	Kaali-mustaherukkasalaattia	Perunasosetta LA GL
Kaali-ananas-persiljasalaattia	Tillikastiketta LA GL	Mansikkakiisseliä LA MA GL		Puolukkasurvosta	Puolukkajogurttia LA GL	Punajuuri-omenasalaattia
Mandariinikiisseliä LA MA GL	Jäävuori-persikkasalaattia			Mangorahkaa LA GL		Vadelmaista levykakkua LA
	Ananaskiisseliä LA MA GL					
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kermaista porkkanasekeittoa	Lihakeittoa LA MA GL SY	Perunamaitoa LA GL	Kasvissekeittoa LA GL SY	Maksalaatikkoa LA MA GL	Kalkkunakeittoa LA MA GL	Kahden kalan keittoa LA GL S
Kurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Balkania	Sulatejuustonappi LA GL	Puolukkahilloa	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita
Keittokinkkua	Mustikkasekeikiisseliä LA MA	Paprikasuikaleita	Vesimelonikuutioita	Karhunvatukkakiisseliä	Ruusunmarjakiisseliä	Rahkavaahtoa LA GL
Puolukkavispipuuroa LA		Hedelmärahkaa LA GL	Omenasekeikiisseliä LA MA G			

Hajautettujen yksiköiden ruokalista

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	Vkot 43-48
19.10.2020 - 29.11.2020	sivu 4

Viikko 46

Maanantai 09.11.2020	Tiistai 10.11.2020	Keskiviikko 11.11.2020	Torstai 12.11.2020	Perjantai 13.11.2020	Lauantai 14.11.2020	Sunnuntai 15.11.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Makkarakastiketta LA GL	Kalaa Bordelaise LA GL	Lihamureketta LA MA GL	Hernekeittoa LA MA GL SY	Sitruunaista kalaleikettä MA S	Broileri-perunavuokaa LA GL	Riistakäristystä MA GL
Parsakaali-maissia	Porkkanasuikaleita	Puutarhurinsekoitusta	Tomaattilohkoja	Kasvissekoitusta	Papuja	Kukkakaalia
Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Pannukakkua LA	Keitettyjä perunoita	Kaali-mustaherukkasalaattia	Perunasosetta LA GL
Jäävuori-kurkku-persikkasala	Punajuurisalaattia	Ruskeaa kastiketta LA GL	Mansikkahilloa	Juustokastiketta LA GL	Hedelmäsosekiisseliä	Porkkanaraastetta
Marjarahkaa LA GL	Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Jäävuori-ananas-persiljasalaa		Punajuuri-omenasalaattia		Mustikkasosekiisseliä LA MA
		Punaherukkakiisseliä LA MA		Mangokiisseliä		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Pinaattikeittoa LA GL SY	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Juustoinen kukkakaalisosekei	Ohrapuuroa LA	Naudanlihalaatikka LA MA C	Peruna-purjososekeittoa LA C	Sianlihakeittoa LA MA GL SY
Keitetty kananmuna	Vesimelonikuutioita	Kurkkuviipaleita	Kalkkunaleikettä	Kurkkuviipaleita	Balkania	Paprikasuikaleita
Tomaattilohkoja	Suklaamoussea LA GL	Mansikkakiisseliä	Tomaattilohkoja	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Vesimelonikuutioita	Luumu
Mandariini			Vadelmasosekiisseliä		Marjajogurttia LA GL	

Hajautettujen yksiköiden ruokalista

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	Vkot 43-48
19.10.2020 - 29.11.2020	sivu 5

Viikko 47

Maanantai 16.11.2020	Tiistai 17.11.2020	Keskiviikko 18.11.2020	Torstai 19.11.2020	Perjantai 20.11.2020	Lauantai 21.11.2020	Sunnuntai 22.11.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Stroganoffia LA MA GL SY	Kalapyöryköitä LA GL MA EI I	Keltaista kanacurrya MA GL	Kainuulaista lohikeittoa LA SY	Moskovan pataa LA GL	Jauheliha-perunakiusausta LA GL	Maalaispossukastiketta LA MA GL
Keitettyä kruunuvihannesta	Aurinkokasvissekoitusta LA M	Parsakaalia LA MA GL	Kurkkuviipaleita	Keitettyjä perunoita	Punajuurisalaattia	Parsakaalia
Keitettyjä perunoita	Perunaa LA MA GL	Täysjyväriisiä LA MA GL	Mustaherukkasosekiisseliä LA GL	Kasvissekoitusta	Keitettyä maissia	Keitettyjä perunoita
Punajuuri-raejuustosalaattia	Juustokastiketta LA GL	Jäävuori-ananas-persiljasalaa		Kaali-ananas-persiljasalaattia	Omenasosekiisseliä	Porkkana-persikkasalaattia
Persikkasosekiisseliä LA MA GL	Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia	Maitokiisseliä LA GL		Aprikoosikiisseliä LA MA GL		Vadelmasosekiisseliä
	Mandariinikiisseliä LA MA GL	Mansikkahillo				
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Nakkikeittoa LA MA GL	Bataattisosekeittoa LA GL SY	Perinteinen kiusaus possusta	Jauheliyhakeittoa LA MA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Makkarakeittoa LA MA GL	Broilerikeittoa LA MA GL SY
Tomaattilohkoja	Balkania	Suolakurkkuviipaleita	Hunajamelonikuutioita	Palvikinkkuleikettä	Vesimelonikuutioita	Paprikasuikaleita
Puolukkavispipuuroa LA MA GL	Kurkkuviipaleita	Mansikkakiisseliä	Karhunvatukkakiisseliä	Tomaattilohkoja	Banaani	Rahkavaahtoa LA GL
	Hedelmärahkaa LA GL			Kuningatarsosekiisseliä LA GL		

Hajautettujen yksiköiden ruokalista

Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	Vkot 43-48
19.10.2020 - 29.11.2020	sivu 6

Viikko 48

Maanantai 23.11.2020	Tiistai 24.11.2020	Keskiviikko 25.11.2020	Torstai 26.11.2020	Perjantai 27.11.2020	Lauantai 28.11.2020	Sunnuntai 29.11.2020
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Broileria Marengokastikkeess	Koskenlaskijan kalakeittoa LA	Lihapyöryköitä LA MA GL	Sitruunakalaa LA GL SY	Makkarapihvejä LA MA GL	Lohilaatikkaa LA MA GL	Karjalanpaistia MA GL
Keitettyä maissia LA MA GL	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Porkkanoita	Herneitä	Kasvissekoitusta LA MA GL	Keitettyä kruunuvihannesta	Parsakaalia
Täysjyväriisiä LA MA GL	Hedelmärahkaa LA GL	Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Kurkkuraastesalaattia	Perunasosetta LA GL
Jäävuori-ananas-kurkkusalaa		Ruskeaa kastiketta LA GL	Porkkanaraastetta	Juustokastiketta LA GL	Mangokiisseliä	Punajuurisalaattia
Karhunvatukkakiisseliä		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaat	Paahtokiisseliä LA GL	Jäävuori-tomaatti-persikkasala		Luumukiisseliä LA MA GL
		Hedelmäsosekiisseliä LA MA		Jäätelöä LA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Riista-juustokeittoa LA GL SY	Jauheliuhakeittoa LA MA GL S	Punajuuri-kasviskusausta LA	Juustoista porkkanasekeitt	Perunapuuroa LA MA	Kaalikeittoa LA MA GL	Broilerikeittoa LA MA GL SY
Kurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Tomaattilohkoja	Vesimelonikuutioita	Palvikinkkuleikettä	Kurkkuviipaleita	Paprikasuikaleita
Vadelmavispiä	Ruusunmarjakiisseliä	Mustaherukkakiisseliä	Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Suolakurkkuviipaleita	Ananaskiisseliä	Maitosuklaavanukasta LA GL
				Tyrni-persikkakiisseliä		