

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 1

Viikko 8

Maanantai 22.02.2021	Tiistai 23.02.2021	Keskiviikko 24.02.2021	Torstai 25.02.2021	Perjantai 26.02.2021	Lauantai 27.02.2021	Sunnuntai 28.02.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Hedelmäistä broilerkastiketta	Koskenlaskijan kalakeittoa LA	Lihapyöryköitä MA GL	Burgundilaista lihapataa LA M	Kalamurekepihvejä LA MA GL	Juustomestarin lihalaatikkaa LA	Palapaistia LA MA GL SY
Porkkanoita	Jäävuori-ananas-persiljasalaa	Keitettyjä juureskuutioita	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kasvissekoitusta	Vihreitä papuja	Kukkakaalia
Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Mangovisipipuroa LA MA	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Kaali-puolukkahilloa salaattia	Keitettyjä perunoita LA MA GL
Suvisalaattia		Ruskeaa kastiketta	Jäävuori-kesäkurpitsa-manda	Tillikastiketta LA GL	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Porkkanaraastetta
Kuningatarkiisseliä LA GL		Jäävuori-porkkana-kurkkusala	Mansikkajogurttirahkaa LA GL	Punajuuri-omenasalaattia		Mansikka-raparperivisipipuro
		Mustikkakiisseliä LA MA GL		Sekamarjakiisseliä LA MA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Siskonmakkarakeittoa LA MA	Kukkakaali-porkkanasosekeit	Sianlihalaatikkaa LA MA GL	S Ohrapuuroa LA	Broilerin jauheliuhakeittoa LA M	Pinaattikeittoa LA GL SY	Nakkikeittoa LA MA GL
Tomaattia	Leikkelettä	Tomaattia	Leikkelettä	Vesimelonikuutioita	Kananmuna	Paprikasuikaleita
Mandariini	Suolakurkkuviipaleita	Mehukeittoa LA MA GL	Kurkkuviipaleita	Jogurtti LA GL	Tomaattia	Jäätelöä LA GL
	Banaanijogurttia LA GL		Aprikoosikiisseliä LA MA GL		Päärynäkiisseliä LA MA GL	

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 2

Viikko 9

Maanantai 01.03.2021	Tiistai 02.03.2021	Keskiviikko 03.03.2021	Torstai 04.03.2021	Perjantai 05.03.2021	Lauantai 06.03.2021	Sunnuntai 07.03.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Maalaispossukastiketta LA MA GL SY	Mantelikalaa LA GL SY	Uunimakkaraa LA MA GL	Kaalilaatikkaa LA MA GL SY	Punajuurihiivettä MA GL VE	Lohikiusausta LA GL	Härkäruukkaa LA GL SY
Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Porkkanoita	Keitettyjä juureskuutioita	Herneitä	Keitettyä maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta
Keitettyä perunaa	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL	Puolukkasurvosta	Perunoita	Porkkanaraastetta	Keitettyjä perunoita
Kurkkuraastesalaattia MA GL	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Ruskeaa kastiketta	Persikkaseksiisseliä LA MA	Juustokastiketta LA GL	Luumujogurttia LA GL	Punajuurisalaattia
Mustikkaseksiisseliä LA MA	Karhunvatukkakiisseliä LA MA	Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaat		Jäävuori-porkkana-kurkkusalaat		Mangokiisseliä LA MA GL
		Suklaakiisseliä LA GL		Mustikkarahkaa LA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauhelihakeittoa LA MA GL SY	Kalkkunakeittoa LA MA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY	Seikeittoa LA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Jauhelihakeittoa LA MA GL SY
Cantaloupemelonikuutioita	Hunajamelonia	Suolakurkkuviipaleita	Tomaattia	Keittokinkkuviipaleita	Vesimelonikuutioita	Paprikasuikaleita
Rahkavaahtoa LA GL	Omenaseksiisseliä LA MA GL	Banaani	Kuningatarkiisseliä LA GL	Kurkkuviipaleita	Puolukkavisipuuroa LA	Maitosuklaavanukasta LA
				Mansikkaseksiisseliä LA GL		

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 3

Viikko 10

Maanantai 08.03.2021	Tiistai 09.03.2021	Keskiviikko 10.03.2021	Torstai 11.03.2021	Perjantai 12.03.2021	Lauantai 13.03.2021	Sunnuntai 14.03.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Broilerikastiketta LA GL SY	Haukipyöryköitä LA GL	Makaronilaatikkoa LA SY	Broilerimurekettä LA MA GL	Appelsiini-seivuokaa LA GL S	Perinteinen kiusaus possusta	Moskovan pataa LA GL
Porkkana-maissia	Kasvissekoitusta	Parsakaalia	Porkkanoita	Parsakaali-maissia LA MA GL	Porkkanasuikaleita	Kasvissekoitusta
Keitettyä täysjyväriisiä	Keitettyjä perunoita	Kaali-puolukkahilloisalaattia	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Kaali-mustaherukkasalaattia	Perunasosetta LA GL
Raikasta kasvissalaattia	Tillikastiketta LA GL	Karhunvatukkakiisseliä LA MA	Currykastiketta LA GL	Punajuurisalaattia LA MA GL	Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Kurkkuista salaattia LA GL
Ruusunmarjakiisseliä LA MA	Jäävuori-persikkasalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaattia	Mangorahkaa LA GL		Vaniljajogurttirahkaa LA GL
	Mansikkakiisseliä LA MA GL		Kuningatarkiisseliä LA GL			
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Juustoinen porkkanasosekeitus	Lihakeittoa LA MA GL SY	Nakkikeittoa LA MA GL	Kasvissekoittoa LA GL SY	Savuporosissekeittoa LA GL	Perunapuuroa LA MA	Pehmeää broilerikeittoa LA GL
Hunajamelonia	Suolakurkkuviipaleita	Paprikasuikaleita	Sulatejuustonappi LA GL	Tomaattia	Balkania	Kurkkuviipaleita
Vadelma-vaniljakiisseliä LA G	Hedelmäsalaattia	Puolukkavispiuuroa LA	Vesimelonikuutioita	Banaani	Cantaloupemelonikuutioita	Mustikkakaurajogurttia MA
			Suklaamoussea LA GL		Rahkavaahtoa LA GL	

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 4

Viikko 11

Maanantai 15.03.2021	Tiistai 16.03.2021	Keskiviikko 17.03.2021	Torstai 18.03.2021	Perjantai 19.03.2021	Lauantai 20.03.2021	Sunnuntai 21.03.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta LA MA GL	Kalaa Bordelaise LA GL	Kebabkiusausta LA GL	Kainuulaista lohikeittoa LA SY	Lindströminpihvejä LA MA GL	Broileri-perunavuokaa LA GL	Riistakäristystä LA MA GL
Kasvissekoitusta LA MA GL	Porkkanoita	Keitettyjä juureskuutioita	Kurkkuista salaattia LA GL	Kasvissekoitusta	Vihreitä papuja	Kukkakaalia
Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Porkkana-ananassalaattia	Persikkaseksiisseliä LA MA	Keitettyjä perunoita	Kaali-appelsiini-persiljasalaatt	Perunasosetta LA GL
Suvisalaattia	Punajuuri-raejuustosalaattia	Mangorahkaa LA GL		Ruskeaa kastiketta	Ananasseksiisseliä LA MA C	Puolukkasurvosta
Punaherukkakiisseliä LA MA	Ruusunmarjakiisseliä LA MA			Jäävuori-kurkku-persikkasala		Mustikkaseksiisseliä LA MA
				Maitokiisseliä LA GL		
				Mansikkahilloa		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Pinaattikeittoa LA GL SY	Lapin riistakeittoa LA GL	Lämmittävä keitto possusta L	Riisipuroa LA GL	Sianlihalaatikka LA MA GL S	Peruna-purjososekeittoa LA C	Makkarakeittoa LA MA GL
Keitettyä kananmunaa	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Leikkelettä	Punajuurisalaattia LA MA GL	Leikkelettä	Paprikasuikaleita
Hunajamelonia	Jogurtti LA GL	Mansikkaseksiisseliä LA GL	Tomaattia	Luumu	Vesimelonikuutioita	Puolukkavispipuroa LA
Kuningatarkiisseliä LA GL			Vadelma-vaniljakiisseliä LA G		Mansikkajogurttirahkaa LA GL	

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 5

Viikko 12

Maanantai 22.03.2021	Tiistai 23.03.2021	Keskiviikko 24.03.2021	Torstai 25.03.2021	Perjantai 26.03.2021	Lauantai 27.03.2021	Sunnuntai 28.03.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Maalaispossukastiketta LA MA GL	Kalapyöryköitä LA MA GL	Broilerikastiketta LA GL SY	Hernekeittoa LA MA GL SY	Jauhelihapuikkoja LA MA GL	Perinteinen kiusaus possusta	Stroganoffia LA MA GL SY
Kruunuvihannesta	Kasvissekoitusta LA MA GL	Keitettyä parsakaalia	Tomaattia	Kasvissekoitusta LA MA GL	Keitettyä maissia LA MA GL	Parsakaalia
Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Pannukakkupala LA	Keitettyjä perunoita	Punajuurisalaattia	Keitettyjä perunoita
Kurkkuiista salaattia LA GL	Juustokastiketta LA GL	Jäävuori-ananas-persiljasalaa	Mansikkahilloa	Ruskeaa kastiketta	Omenaseksiisseliä	Porkkana-persikkasalaattia
Mustaherukasoseksiisseliä LA	Punajuuri-raejuustosalaattia	Vadelmavispiä		Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia		Vadelmasoseksiisseliä LA MA
	Vaniljajogurttirahkaa LA GL			Aprikoosisoseksiisseli LA MA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauheliyhakeittoa LA MA GL SY	Bataattisekeittoa LA GL SY	Ohrapuuroa LA	Nakkikeittoa LA MA GL	Lohilaatikkaa LA MA GL	Juustoista kasviskeittoa LA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY
Cantaloupemelonikuutioita	Sulatejuustonappi LA GL	Leikkelettä	Hunajamelonikuutioita	Tomaattia	Leikkelettä	Paprikasuikaleita
Maitosuklaavanukasta LA	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Karhunvatukkakiisseliä	Banaani	Vesimelonikuutioita	Rahkavaahtoa LA GL
	Kuningatarseksiisseliä LA GL	Persikkaseksiisseliä LA MA GL			Mustikkajogurttia LA GL	

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 6

Viikko 13

Maanantai 29.03.2021	Tiistai 30.03.2021	Keskiviikko 31.03.2021	Torstai 01.04.2021	Perjantai 02.04.2021	Lauantai 03.04.2021	Sunnuntai 04.04.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Makkarakastiketta LA GL	Lohikeittoa LA GL SY	Porsasta curry-kookoskastikke	Sitruunakalaa LA GL SY	Smetanalihakastiketta LA GL	Porkkana-perunabroileripaist	Lammaspyöryköitä LA GL
Keitetty yrttipunajuursuikale L	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Puutarhurinsekoitusta LA MA	Kurkkuraastesalaattia	Kruunuvihannesta
Keitettyjä perunoita	Mansikkajogurttirahkaa LA GL	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta	Keitettyjä perunoita	Parsakaali-maissia LA MA GL	Keitettyjä perunoita
Raikasta kasvissalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaat	Porkkanaraastetta	Kaali-kurpitsasalaattia	Mangojogurttirahkaa LA GL	Tummaa punasipulikastiketta
Sekamarjakiisseliä LA MA GL		Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Paahtokiisseliä LA GL	Mämmiä LA		Punajuursalaattia
						Jäätelöä LA GL
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Perunamaitoa LA GL	Kaalikeittoa LA MA GL	Punajuuri-kasviskiusausta LA	Lihakeittoa LA MA GL SY	Kermaista kalkkunakeittoa LA	Kesäkeittoa LA GL SY	Värikästä jauhelihakeittoa MA
Cantaloupemelonikuutioita	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Vesimelonikuutioita	Tomaattia	Leikkelettä	Hunajamelonikuutioita
Jogurtti LA GL	Ruusunmarjakiisseliä	Vadelmavispiä	Banaani	Kuningatarkiisseliä LA GL	Cantaloupemelonikuutioita	Mustikkakaurajogurttia MA
					Vadelma-vaniljakiisseliä LA G	

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 8-14
22.02.2021 - 11.04.2021	sivu 7

Viikko 14

Maanantai 05.04.2021	Tiistai 06.04.2021	Keskiviikko 07.04.2021	Torstai 08.04.2021	Perjantai 09.04.2021	Lauantai 10.04.2021	Sunnuntai 11.04.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Bataatti-juurespihvejä LA MA	Jauheliha-kastiketta LA MA GL	Järvikalapihvejä LA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY	Venäläistä kalaa LA GL SY	Punajuuri-juustokiusausta LA	Karjalanpaistia MA GL
Puutarhurinsekoitusta LA MA	Parsakaali-maissia LA MA GL	Keitettyjä juureskuutioita	Perunasalaattia LA MA GL	Kruunuvihannesta	Keitettyä maissia LA MA GL	Porkkanoita
Keitettyjä perunoita	Keitettyä pastaa LA MA	Keitettyjä perunoita	Puolukkavispipuroa LA	Perunasosetta	Kurkkuraastesalaattia MA GL	Perunasosetta
Ruohosipulikaustiketta LA GL	Punajuuriviipaleita	Juustokaustiketta LA GL		Punajuuri-omenasalaattia	Hedelmäsosetkiisseliä LA MA	Puolukkasurvosta
Coleslaw-salaattia MA GL	Raparperi-jogurttia LA GL	Jäävuori-persikkasalaattia		Appelsiini-kiisseliä LA MA GL		Mustikkarahkaa LA GL
Maitosuklaavanukasta LA		Hedelmäsalaattia				
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Mustajuurisosetkeittoa LA GL	Lapin riistakeittoa LA GL	Maksalaatikkoa LA MA GL	Ohrapuuroa LA	Juustomestarin lihalaatikkoa LA	Kukkakaali-porkkanasosetkeittoa LA GL	Makkara-keittoa LA MA GL
Sulatejuustonappi LA GL	Suvisalaattia	Puolukkasurvosta	Leikkelettä	Kurkkuviipaleita	Sulatejuustonappi LA GL	Tomaattia
Suolakurkkuviipaleita	Mangokiisseliä LA MA GL	Mansikkakiisseliä LA GL	Tomaattia	Jogurtti LA GL	Vesimelonikuutioita	Banaani
Vaniljajogurttirahkaa LA GL			Mustaherukamehukeittoa LA		Rahkavaahtoa LA GL	