

Kajaanin kotipalveluaterioiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 15-20
12.04.2021 - 23.05.2021	sivu 1

Viikko 15

Maanantai 12.04.2021	Tiistai 13.04.2021	Keskiviikko 14.04.2021	Torstai 15.04.2021	Perjantai 16.04.2021	Lauantai 17.04.2021	Sunnuntai 18.04.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Maalaispossukastiketta LA MA GL	Jauhemaikapihvejä LA MA GL	Koskenlaskijan kalakeittoa LA MA GL	Perunanuudeli Carbonaraa LA MA GL	Siikapihvejä MA GL SY	Juustomestarin lihalaatikkoa LA MA GL	Palapaistia LA MA GL SY
Parsakaalia LA MA GL	Juureskuutioita LA MA GL	Jäävuori-ananas-persiljasalaa LA MA GL	Kruunuvihannesta LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL	Vihreitä papuja LA MA GL	Kukkakaalia LA MA GL
Pariisinperunoita LA MA GL	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Mangovispipuuroa LA MA GL	Jäävuori-kesäkurpitsa-manda LA MA GL	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Kaali-puolukkahilloalaattia LA MA GL	Keitettyjä perunoita LA MA GL
Suvisalaattia LA MA GL	Ruskeaa kastiketta LA GL		Mansikkajogurttirahkaa LA GL	Tillikastiketta LA GL	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Porkkanaraastetta LA MA GL
Kuningatarosekiisseliä LA GL	Jäävuori-kurkku-persikkasala LA MA GL			Punajuuri-omenasalaattia LA MA GL		Mansikka-raparperivispipuuro LA MA GL
	Mustikkakiisseliä LA MA GL					

Kajaanin kotipalveluaterioiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 15-20
12.04.2021 - 23.05.2021	sivu 2

Viikko 16

Maanantai 19.04.2021	Tiistai 20.04.2021	Keskiviikko 21.04.2021	Torstai 22.04.2021	Perjantai 23.04.2021	Lauantai 24.04.2021	Sunnuntai 25.04.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Hedelmäistä broilerkastiketta	Mantelikalaa LA GL SY	Kaalilaatikkaa LA MA GL SY	Lihakeittoa LA MA GL SY	Punajuuripihvejä MA GL VE	Lohikiusausta LA GL	Burgundilaista lihapataa LA M
Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Juureskuutioita LA MA GL	Suolakurkkuviipaleita	Herneitä	Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta
Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta LA GL	Puolukkasurvosta	Mustikkarahkaa LA GL	Keitettyjä perunoita	Porkkanaraastetta	Keitettyjä perunoita
Kurkkuraastesalaattia	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Persikkaseksiisseliä LA MA		Juustokastiketta LA GL	Vadelmasoseksiisseliä LA MA	Punajuurisalaattia
Mustikkaseksiisseliä LA MA	Karhunvatukkakiisseliä LA MA			Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia		Mangokiisseliä LA MA GL
				Appelsiiniikiisseliä LA MA GL		

Kajaanin kotipalveluaterioiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 15-20
12.04.2021 - 23.05.2021	sivu 3

Viikko 17

Maanantai 26.04.2021	Tiistai 27.04.2021	Keskiviikko 28.04.2021	Torstai 29.04.2021	Perjantai 30.04.2021	Lauantai 01.05.2021	Sunnuntai 02.05.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta LA MA GL	Lohikeittoa LA GL SY	Makkarakastiketta LA MA GL	Haukipyöryköitä LA GL	Nyhtöpossua MA GL	Kebabkiusausta LA GL	Stroganoffia LA MA GL SY
Porkkana-maissia	Kurkkuviipaleita	Maissia LA MA GL	Aurinkokasvissekoitusta	Kasvissekoitusta	Porkkanasuikaleita LA MA GL	Kasvissekoitusta
Pariisinperunoita	Mangorahkaa LA GL	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Punajuurisalaattia	Perunasosetta LA GL
Raikasta kasvissalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaattia	Tillikastiketta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Munkki LA MA	Kurkkuista salaattia
Ruusunmarjakiisseliä LA MA GL		Hedelmäsosekiisseliä LA MA GL	Jäävuori-persikkasalaattia	Suklaakiisseliä LA GL		Vaniljajogurttirahka LA GL
			Mansikkakiisseliä LA MA GL			

Kajaanin kotipalveluaterioiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 15-20
12.04.2021 - 23.05.2021	sivu 4

Viikko 18

Maanantai 03.05.2021	Tiistai 04.05.2021	Keskiviikko 05.05.2021	Torstai 06.05.2021	Perjantai 07.05.2021	Lauantai 08.05.2021	Sunnuntai 09.05.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kermaista broilerikastiketta LA/	Uunimakkaraa LA MA GL	Venäläistä kalaa LA GL SY	Hernekeittoa LA MA GL SY	Kalaa Bordelaise LA GL	Broileri-perunavuokaa LA GL	Porsasta curry-kookoskastikke
Aurinkokasvissekoitusta	Parsakaalia LA MA GL	Juureskuutioita LA MA GL	Tomaattilohkoja	Porkkanaa	Vihreitä papuja	Kasvissekoitusta
Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Pannukakkupala LA	Perunasosetta LA GL	Kaali-appelsiini-persiljasalaatt	Kermaperunoita LA GL
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta LA GL SY	Porkkana-ananassalaattia	Mansikkahilloa	Punajuuri-raejuustosalaattia	Ananassosekiisseliä LA MA G	Hedelmäistä kaalisalaattia
Sekamarjasosekiisseliä LA M	Jäävuori-kurkku-persikkasala	Mangorahkaa LA GL		Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Kinuskikakkua LA
	Maitokiisseliä LA GL					
	Mansikkahilloa					

Kajaanin kotipalveluaterioiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 15-20
12.04.2021 - 23.05.2021	sivu 5

Viikko 19

Maanantai 10.05.2021	Tiistai 11.05.2021	Keskiviikko 12.05.2021	Torstai 13.05.2021	Perjantai 14.05.2021	Lauantai 15.05.2021	Sunnuntai 16.05.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kanaa Tahitilaiseen tapaan L	Jauhelihapuikkoja LA MA GL	Kahden kalan keittoa LA GL S	Smetanalihakastiketta LA GL	Appelsiini-seivuokaa LA GL S	Perinteinen kiusaus possusta	Riistakäristystä LA MA GL
Kruunuvihannesta	Porkkanakuutioita LA MA GL	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Kasvissekoitusta	Aurinkokasvissekoitusta	Maissia	Parsakaalia
Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Vadelmavispiä	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Punajuurisalaattia	Perunasosetta LA GL
Kurkkuista salaattia	Ruskeaa kastiketta LA GL SY		Kaali-kurpitsasalaattia	Punajuuri-raejuustosalaattia	Omenaseksiisseliä LA MA G	Puolukkasurvosta
Mustaherukasoseksiisseliä LA	Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia		Rahkavahtoa LA GL	Vaniljajogurttirahka LA GL		Vadelmasoseksiisseliä LA MA
	Aprikoosisoseksiisseliä LA MA					

Kajaanin kotipalveluaterioiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	vko 15-20
12.04.2021 - 23.05.2021	sivu 6

Viikko 20

Maanantai 17.05.2021	Tiistai 18.05.2021	Keskiviikko 19.05.2021	Torstai 20.05.2021	Perjantai 21.05.2021	Lauantai 22.05.2021	Sunnuntai 23.05.2021
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Maalaispossukastiketta LA M/	Sitruunakalaa LA GL SY	Makkarakeittoa LA MA GL	Lasagnettea LA SY	Bataatti-juurespihvejä LA MA	Lohilaatikkaa LA MA GL	Karjalanpaistia MA GL
Yrttipunajuurisuikeita LA MA	Kasvissekoitusta	Tomaattilohkoja	Maissia LA MA GL	Kruunuvihannesta	Parsakaali-maissia LA MA GL	Porkkanoita
Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Mansikka-raparperivispiuuro	Jäävuori-tomaatti-persikkasal	Täysjyväriisiä LA MA GL	Kurkkuraastesalaattia	Perunasosetta
Raikasta kasvissalaattia	Porkkanaraastetta		Karhunvatukkakiisseliä LA M/	Juustokastiketta LA GL	Ruusunmarjakiisseliä LA MA	Puolukkasurvosta
Sekamarjasosekiisseliä LA M.	Paahtokiisseliä LA GL			Punajuuri-omenasalaattia		Mustikkarahkaa LA GL
				Hedelmäsosekiisseliä LA MA		