

Vuolijoen 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
Metsäsienikiusausta LA GL	Karjalanpaistia MA GL	Maalaispossukastiketta LA M/	Jauhemaksapihvejä LA MA GI	Koskenlaskijan kalakeittoa LA	Kinkkukiusausta LA GL	Siikapihvejä MA GL SY
Maissia LA MA GL	Porkkanoita	Parsakaalia	Juureskuutioita	Jäävuori-ananas-persiljasalaa	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kasvissekoitusta
Kurkkuraastesalaattia MA GL	Perunasosetta LA GL	Keitettyä perunaa	Keitettyä perunoita LA MA GI	Mangovispipuuroa LA MA	Suolakurkkuviipaleita	Perunasosetta LA GL
Ruusunmarjakiisseliä	Puolukkasurvosta	Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta		Mansikkajogurttirahkaa LA GI	Punajuuri-omenasalaattia
	Mustikkarahkaa LA GL	Kuningatarsosekiisseliä LA GI	Jäävuori-kurkku-persikkasala:			Sekamarjakiisseliä LA MA GL
			Mustikkakiisseliä LA MA GL			

Vuolijoen 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
Liha-perunasoselaatikka LA	Palapaistia LA MA GL SY	Hedelmäistä broilerkastiketta	Mantelikalaa LA GL SY	Kaalilaatikka LA MA GL SY	Lihakeittoa LA MA GL SY	Kasvispihvejä LA MA SY
Vihreitä papuja	Kukkakaalia	Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Juureskuutioita	Suolakurkkuviipaleita	Kasvissekoitusta
Puolukkasurvosta	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta LA GL	Puolukkasurvosta	Mustikkajogurttia LA GL	Perunasosetta LA GL
Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Porkkanaraastetta	Kurkkuraastesalaattia MA GL	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Persikkaseksiisseliä LA MA		Kurkkuista salaattia LA GL
	Mansikka-raparperivispiuuro	Mustikkaseksiisseliä LA MA	Karhunvatukkakiisseliä LA MA			Tyrnikiisseliä LA GL

Vuolijoen 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
Lohikiusausta LA GL	Burgundilaista lihapataa LA M	Jauheliinakastiketta LA MA GL	Lohikeittoa LA GL SY	Makkarakastiketta LA GL	Haukipyöryköitä LA GL	Nyhtöpossua MA GL
Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta	Porkkana-maissia	Tuorekurkkuviipaleita	Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta	Kasvissekoitusta
Porkkanaraastetta	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Mangorahkaa LA GL	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL
Kuningatarkiisseliä LA GL	Punajuurisalaattia	Raikasta kasvissalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaattia	Kermakastiketta LA GL	Hedelmäistä kaalisalaattia
	Mangokiisseliä LA MA GL	Ruusunmarjakiisseliä LA MA GL		Hedelmäsosekiisseliä LA MA GL	Suvisalaattia	Maitosuklaavanukasta LA GL
					Munkki LA MA	

Vuolijoen 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
Riistakiusausta LA GL	Stroganoffia LA MA GL SY	Kermaista broilerikastiketta LA GL	Uunimakkaraa LA MA GL	Venäläistä kalaa LA GL SY	Hernekeittoa LA MA GL SY	Kalaa Bordelaise LA GL
Porkkanasuikaleita	Kasvissekoitusta	Kasvissekoitusta LA MA GL	Parsakaalia	Juureskuutioita	Tomaattia	Porkkanoita
Punajuurisalaattia LA MA GL	Perunasosetta LA GL	Keitettyä täysjyväriisiä	Perunasosetta LA GL	Porkkana-ananassalaattia	Pannukakkupala LA	Perunasosetta LA GL
Hedelmäkiisseliä	Kurkkuista salaattia LA GL	Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta	Mangojogurttirahkaa LA GL	Mansikkahilloa	Kermakastiketta LA GL
	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Jäävuori-kurkku-persikkasalaattia Maitokiisseliä LA GL Mansikkahilloa			Punajuuri-raejuustosalaattia Kinuskikakkua LA

Vuolijoen 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
Broileri-perunavuokaa LA GL	Porsasta curry-kookoskastikkei	Kanaa Tahitilaiseen tapaan L	Jauhelihapuikkoja LA MA GL	Kahden kalan keittoa LA GL S	Burgundinpataa LA MA GL S`	Kalamurekepihvejä LA MA GL
Vihreitä papuja	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kruunuvihannesta	Porkkanoita	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL
Kaali-kurpitsasalaattia	Kermaperunoita LA GL	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Vadelmavispi	Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL
Tyrnikiisseliä LA GL	Hedelmäistä kaalisalaattia	Kurkkuista salaattia LA GL	Ruskeaa kastiketta		Kaali-kurpitsasalaattia	Kermakastiketta LA GL
	Ruusunmarjakiisseliä	Mustaherukkasosekiisseliä LA	Jäävuori-porkkana-kurkkusala		Rahkavaahto LA GL	Punajuuri-raejuustosalaattia
			Aprikoosisosekiisseliä LA MA			Vaniljajogurttirahkaa LA GL

Vuolijoen 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
Perinteinen kiusaus possusta	Riistakäristystä LA MA GL	Maalaispossukastiketta LA M/	Sitruunakalaa LA GL SY	Makkarakeittoa LA MA GL	Lasagnea LA	Bataatti-juurespihvejä LA MA
Maissia LA MA GL	Parsakaalia	Yrttipunajuursuikaleita LA MA	Kasvissekoitusta	Tomaattilohkoja	Maissia LA MA GL	Kruunuvihannesta
Punajuursalaattia	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Mansikka-raparperivispipuuro	Suvisalaattia	Keitettyä riisiä
Raparperijogurttia LA GL	Puolukkasurvosta	Raikasta kasvissalaattia	Porkkanaraastetta		Metsämarjamehukeittoa	Kermakastiketta LA GL
	Vadelmasosekiisseliä LA MA	Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Paahtokiisseliä LA GL			Hedelmäsosekiisseliä LA MA