

**Asemakadun ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

<b>Ruokalista</b>	VKO 27-32
<b>05.07.2021 - 15.08.2021</b>	sivu 1

**Viikko 27**

Maanantai 05.07.2021	Tiistai 06.07.2021	Keskiviikko 07.07.2021	Torstai 08.07.2021	Perjantai 09.07.2021	Lauantai 10.07.2021	Sunnuntai 11.07.2021
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauheliihakastiketta LA MA GL	Jauhemaksapihvejä LA MA G	Koskenlaskijan kalakeittoa LA	Perunanuudeli-jauhelihapataa	Siikapihvejä MA GL SY	Liha-perunasoselaattikkoa LA	Palapaistia LA MA GL SY
Parsakaalia LA MA GL	Juureskuutioita	Jäävuori-ananas-persiljasalaa	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kasvissekoitusta	Vihreitä papuja	Kukkakaalia
Keitettyä perunaa	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Mangovispipuuroa LA MA	Jäävuori-kesäkurpitsa-manda	Keitettyjä perunoita LA MA GL	Kaali-puolukkahillosalaattia	Perunasosetta LA GL
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta		Aprikoosikiisseliä LA MA GL	Tillikastiketta LA GL	Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Porkkanaraastetta
Kuningatarsosekiisseliä LA GL	Puolukkasurvosta			Punajuuri-omenasalaattia		Omenajogurtti LA GL
	Mustikkakiisseliä LA MA GL			Sekamarjakiisseliä LA MA GL		
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>		
Kukkakaali-porkkanasosekeit	Sianlihalaattikkoa LA MA GL	Ohrapuuroa LA	Broilerikeittoa LA MA GL	Pinaattikeittoa LA GL SY		
Leikkelettä	Tomaattia	Leikkelettä	Vesimelonikuutioita	Kananmuna		
Suolakurkkuviipaleita	Banaanijogurttia LA GL	Kurkkuviipaleita	Ruusunmarjamehukeittoa MA	Tomaattia		
Mandariini		Vadelmamehukeittoa MA GL		Mansikkajogurttirahkaa LA GL		

**Asemakadun ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

<b>Ruokalista</b>	VKO 27-32
<b>05.07.2021 - 15.08.2021</b>	sivu 2

**Viikko 28**

Maanantai 12.07.2021	Tiistai 13.07.2021	Keskiviikko 14.07.2021	Torstai 15.07.2021	Perjantai 16.07.2021	Lauantai 17.07.2021	Sunnuntai 18.07.2021
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Hedelmäistä broilerkastiketta	Mantelikalaa LA GL SY	Kaalilaatikkoa LA MA GL SY	Lihakeittoa LA MA GL SY	Punajuuripihvejä MA GL VE	Lohikiusausta LA GL	Burgundilaista lihapataa LA M
Porkkanoita	Kasvissekoitusta	Juureskuutioita	Suolakurkkuviipaleita	Herneitä	Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta
Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta LA GL	Puolukkasurvosta	Puolukkavispipuuroa LA MA	Perunoita	Porkkanaraastetta	Perunasosetta LA GL
Kurkkuraastesalaattia MA GL	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Persikkaseosekiisseliä LA MA		Juustokastiketta LA GL	Vadelma-vaniljakiisseliä LA G	Punajuurisalaattia
Mustikkaseosekiisseliä LA MA	Karhunvatukkiisseliä LA M/			Jäävuori-porkkana-kurkkusala		Mangorahkaa LA GL
				Appelsiiniikiisseliä LA MA GL		
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>		
Possukeittoa LA MA GL SY	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Porkkana-perunabroileripaist	Siskonmakkarakeittoa LA MA		
Hunajamelonia	Tomaattia	Keittokinkkuviipaleita	Tomaattia	Vesimelonikuutioita		
Rahkavaahto mango-passion	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Kurkkuviipaleita	Kuningatarkiisseliä MA GL	Mustikkajogurttia LA GL		
		Mansikkamehukeittoa MA GL				

**Asemakadun ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

<b>Ruokalista</b>	VKO 27-32
<b>05.07.2021 - 15.08.2021</b>	sivu 3

**Viikko 29**

Maanantai 19.07.2021	Tiistai 20.07.2021	Keskiviikko 21.07.2021	Torstai 22.07.2021	Perjantai 23.07.2021	Lauantai 24.07.2021	Sunnuntai 25.07.2021
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauheliihakastiketta LA MA GL	Lohikeittoa LA GL SY	Nakkikastiketta LA MA GL	Haukipyöryköitä LA GL	Hedelmäistä broilerkastiketta	Liha-makaronilaatikka LA	Palapaistia LA GL
Porkkana-maissia	Kurkkuviipaleita	Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta	Kasvissekoitusta	Porkkanasuikaleita	Kasvissekoitusta
Keitetyjä perunoita	Kaura-omenapaistosta LA	Keitetyjä perunoita	Keitetyjä perunoita	Keitetyä täysjyväriisiä LA MA	Punajuurisalaattia LA MA GL	Perunasosetta LA GL
Raikasta kasvissalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaattia	Tillikastiketta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Persikkajogurtti LA GL	Kurkkuista salaattia LA GL
Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Jäävuori-persikkasalaattia	Mustaherukkasosekiisseliä LA		Vadelma-vaniljakiisseliä LA G
			Mansikkakiisseliä LA MA GL			
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>		
Lämmittävä keitto possusta LA	Makaronilaatikka LA SY	Kesäkeittoa LA GL SY	Lihakeittoa LA MA GL SY	Kipparin seikeittoa LA GL		
Cantaloupemelonikuutioita	Paprikasuikaleita	Keittokinkkuviipaleita	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita		
Banaani-appelsiinirahkaa LA	Suklaavanukasta LA GL	Vesimelonikuutioita	Päärynä-raparperijogurttia LA	Raparperijogurttia LA GL		
		Mangorahka LA GL				

**Asemakadun ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

<b>Ruokalista</b>	VKO 27-32
<b>05.07.2021 - 15.08.2021</b>	sivu 4

**Viikko 30**

Maanantai 26.07.2021	Tiistai 27.07.2021	Keskiviikko 28.07.2021	Torstai 29.07.2021	Perjantai 30.07.2021	Lauantai 31.07.2021	Sunnuntai 01.08.2021
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Palapaistia LA MA GL SY	Uunimakkaraa LA MA GL	Venäläistä kalaa LA GL SY	Hernekeittoa LA MA GL SY	Kalaa Bordelaise LA GL	Broilerkuisausta LA GL	Possukastiketta LA GL
Kasvissekoitusta LA MA GL	Parsakaalia	Juureskuutioita	Tomaattia	Porkkanoita	Vihreitä papuja	Kasvissekoitusta LA MA GL
Keitetyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Keitetyjä perunoita	Pannukakkupala LA	Perunasosetta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Perunasosetta LA GL
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta	Punajuuriviipaleita	Mansikkahilloa	Punajuuri-raejuustosalaattia	Hedelmäkiisseliä LA MA GL	Hedelmäistä kaalisalaattia
Sekamarjasosekiisseliä LA MA GL	Jäävuori-kurkku-persikkasalaattia Omenasosekiisseliä LA MA GL	Mandariinikiisseliä LA MA GL		Ruusunmarjakiisseliä LA MA GL		Mustikkasosekiisseliä LA MA GL
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>		
Kaalikeittoa LA MA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Naudanlihalaatikkaa LA MA GL	Peruna-purjososekeittoa LA GL		
Suolakurkkuviipaleita	Tomaattia	Leikkelettä	Tomaattia	Leikkelettä		
Jogurtti LA GL	Mangojogurttirahkaa LA GL	Kurkkuviipaleita	Kuningatarkiisseliä MA GL	Vesimelonikuutioita		
		Mansikkamehukeittoa MA GL		Luumu		

**Asemakadun ruokalista**  
**Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta**

<b>Ruokalista</b>	VKO 27-32
<b>05.07.2021 - 15.08.2021</b>	sivu 5

**Viikko 31**

Maanantai 02.08.2021	Tiistai 03.08.2021	Keskiviikko 04.08.2021	Torstai 05.08.2021	Perjantai 06.08.2021	Lauantai 07.08.2021	Sunnuntai 08.08.2021
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Kanaa Tahitilaiseen tapaan L	Jauhelihapuikkoja LA MA GL	Kahden kalan keittoa LA GL	Riistakäristystä LA MA GL	Appelsiini-seivuokaa LA GL S	Kinkkukiusausta LA GL	Bolognesekastiketta LA GL
Kruunuvihannesta	Keitettyjä perunoita	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL	Keitettyä maissia LA MA GL	Parsakaalia
Keitettyjä perunoita	Porkkanakuutioita LA MA GL	Mangovispipuuroa LA MA	Perunasosetta	Perunasosetta LA GL	Tomaattia	Perunasosetta LA GL
Kurkkuista salaattia LA GL	Ruskeaa kastiketta		Puolukkasurvosta	Punajuuri-raejuustosalaattia	Omenajogurtti LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia
Mustaherukkasosekiisseliä LA	Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia LA MA		Persikkasosekiisseliä LA MA	Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Vadelma-vaniljakiisseliä LA G
	Aprikoosisosekiisseliä LA MA					
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>		
Bataattisosekeittoa LA GL SY	Savuporosisosekeittoa LA GL	Ohrapuuroa LA	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Perunamaitoa LA GL		
Sulatejuustonappi LA GL	Hunajamelonikuutioita	Leikkelettä	Vesimelonikuutioita	Leikkelettä		
Suolakurkkuviipaleita	Puolukkajogurttia LA GL	Kurkkuviipaleita	Vadelmamehukeittoa MA GL	Tomaattia		
Maitosuklaavanukasta LA		Kuningatarikiisseliä MA GL		Banaani		

Asemakadun ruokalista  
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

<b>Ruokalista</b>	VKO 27-32
<b>05.07.2021 - 15.08.2021</b>	sivu 6

**Viikko 32**

Maanantai 09.08.2021      Tiistai 10.08.2021      Keskiviikko 11.08.2021      Torstai 12.08.2021      Perjantai 13.08.2021      Lauantai 14.08.2021      Sunnuntai 15.08.2021

<b>Lounas</b> Maalaispossukastiketta LA M/ Yrttipunajuurisuikeleita LA MA Keitetyjä perunoita Raikasta kasvissalaattia Sekamarjasosekiisseliä LA M.	<b>Lounas</b> Lohikiusausta LA GL Parsakaali-maissia LA MA GL Kurkkuraastesalaattia Ruusunmarjakiisseliä	<b>Lounas</b> Karjalanpaistia MA GL Porkkanoita Perunasosetta LA GL Puolukkasurvosta Mustikkasosekiisseliä LA GL
--	--	---

<b>Päivällinen</b> Värikästä jauhelihakeittoa MA Suolakurkkuviipaleita Jogurtti LA GL	<b>Päivällinen</b> Punajuuri-juustokiusausta LA Kurkkuviipaleita Suklaavanukasta LA GL	<b>Päivällinen</b> Perunapuuroa LA MA Leikkelettä Vesimelonikuutioita Hedelmämeuhkeittoa MA GL	<b>Päivällinen</b> Pehmeää broilerikeittoa LA G Tomaattia Vaniljavanukasta MA GL	<b>Päivällinen</b> Possukeittoa LA MA GL SY Cantaloupemelonikuutioita Kuningatarkiisseliä MA GL
--	---	--	---	--