

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 27-32
05.07.2021 - 15.08.2021	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
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta LA MA GL	Jauhemaksapihvejä LA MA G	Koskenlaskijan kalakeittoa LA	Perunanuudeli-jauhelihapataa	Siikapihvejä MA GL SY	Juustomestarin lihalaatikkaa LA	Palapaistia LA MA GL SY
Parsakaalia LA MA GL	Juureskuutioita	Kurkkuviipaleita	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-puolukkahilloalaattia	Keitettyjä perunoita LA MA GL
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta		Aprikoosikiisseliä LA MA GL	Tillikastiketta LA GL	Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Porkkanaraastetta
Kuningatarsosekiisseliä LA GL	Puolukkasurvosta			Punajuuri-omenasalaattia		Omenasosekiisseliä LA MA G
	Mustikkakiisseliä LA MA GL			Sekamarjakiisseliä LA MA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Gulassikeittoa LA GL	Kukkakaali-porkkanasosekeit	Sianlihalaatikkaa LA MA GL S	Ohrapuuroa LA	Broilerikeittoa LA MA GL	Pinaattikeittoa LA GL SY	Nakkikeittoa LA MA GL
Suolakurkkuviipaleita	Leikkelettä	Tomaattia	Leikkelettä	Vesimelonikuutioita	Kananmuna	Paprikasuikaleita
Mandariini	Suolakurkkuviipaleita	Mehukeittoa LA MA GL	Kurkkuviipaleita	Mansikkajogurttirahkaa LA GL	Tomaattia	Jäätelö LA GL
	Banaanijogurttia LA GL		Ruusunmarjamehukeittoa MA		Vadelmavispi LA	

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista	VKO 27-32
05.07.2021 - 15.08.2021	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
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
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	Perunoita	Porkkanaraastetta	Keitettyjä perunoita
Kurkkuraastesalaattia MA GL	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Persikkaseksiisseliä LA MA		Juustokastiketta LA GL	Vadelmasoseksiisseliä LA MA	Punajuurisalaattia
Mustikkaseksiisseliä LA MA	Karhunvatukkakiisseliä LA MA			Jäävuori-porkkana-kurkkusala		Mangokiisseliä LA MA GL
				Appelsiiniikiisseliä LA MA GL		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Riista-juustokeittoa LA GL SY	Possukeittoa LA MA GL SY	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Porkkana-perunabroileripaist	Siskonmakkarakeittoa LA MA	Jauhelihakeittoa LA MA GL S
Cantaloupemelonikuutioita	Hunajamelonia	Tomaattia	Keittokinkkuviipaleita	Tomaattia	Vesimelonikuutioita	Paprikasuikaleita
Rahkavaahto mango-passion	Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Mansikkamehukeittoa MA GL	Kurkkuviipaleita	Mustikkajogurttia LA GL	Banaani	Maitosuklaavanukasta LA
			Kuningatarkiisseliä MA GL			

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista

VKO 27-32

05.07.2021 - 15.08.2021

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
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta LA MA GL	Lohikeittoa LA GL SY	Nakkikastiketta LA MA GL	Haukipyöryköitä LA GL	Hedelmäistä broilerkastiketta	Jauheliha-perunakiusausta LA GL	Stroganoffia LA MA GL SY
Porkkana-maissia	Kurkkuviipaleita	Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta	Kasvissekoitusta	Porkkanasuikaleita	Kasvissekoitusta
Keitettyjä perunoita	Kaura-omenapaistosta LA	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Punajuurisalaattia LA MA GL	Keitettyjä perunoita
Raikasta kasvissalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaattia	Tillikastiketta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Persikkaseksiisseliä LA MA GL	Kurkkuista salaattia LA GL
Ruusunmarjakiisseliä LA MA GL		Hedelmäseksiisseliä LA MA GL	Jäävuori-persikkasalaattia	Mustaherukaseksiisseliä LA MA GL		Vadelmaseksiisseliä LA MA GL
			Mansikkakiisseliä LA MA GL			
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Juustoista kasviskeittoa LA GL	Lämmittävä keitto possusta LA GL	Makaronilaatikkoa LA SY	Kesäkeittoa LA GL SY	Lihakeittoa LA MA GL SY	Kipparin seikeittoa LA GL	Pehmeää broilerikeittoa LA GL
Hunajamelonia	Cantaloupemelonikuutioita	Paprikasuikaleita	Keittokinkkuviipaleita	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Tomaattia
Banaani-appelsiinirahkaa LA GL	Suklaavanukasta LA GL	Mangorahka LA GL	Vesimelonikuutioita	Raparperijogurttia LA GL	Rahkavaahtoa LA GL	Mustikkakaurajogurttia MA
			Päärynä-raparperijogurttia LA			

Eljaskartanon ja Rastitien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista

VKO 27-32

05.07.2021 - 15.08.2021

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
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Palapaistia LA MA GL SY	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
Kasvissekoitusta LA MA GL	Parsakaalia	Juureskuutioita	Tomaattia	Porkkanoita	Vihreitä papuja	Puutarhurinsekoitusta LA MA
Keitettyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Pannukakkupala LA	Perunasosetta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Keitettyjä perunoita
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta	Punajuuriviipaleita	Mansikkahilloa	Punajuuri-raejuustosalaattia	Ananassosekiisseliä LA MA G	Hedelmäistä kaalisalaattia
Sekamarjasosekiisseliä LA M	Jäävuori-kurkku-persikkasala	Mangokiisseliä LA MA GL		Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Mustikkasosekiisseliä
	Omenasosekiisseliä LA GL					
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Pinaattikeittoa LA GL SY	Kaalikeittoa LA MA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY	Riisipuuroa LA GL	Naudanlihalaatikka LA MA G	Peruna-purjososekeittoa LA G	Nakkikeittoa LA MA GL
Keitettyä kananmunaa	Suolakurkkuviipaleita	Tomaattia	Leikkelettä	Tomaattia	Leikkelettä	Paprikasuikaleita
Hunajamelonia	Mangojogurttirahkaa LA GL	Mansikkamehukeittoa MA GL	Kurkkuviipaleita	Luumu	Vesimelonikuutioita	Puolukkavispipuuroa LA
Jogurtti LA GL			Kuningatarkiisseliä MA GL		Banaanijogurttia LA GL	

Eljaskartanon ja Rasttien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista

VKO 27-32

05.07.2021 - 15.08.2021

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
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kanaa Tahitilaiseen tapaan L	Jauhelihapuikkoja LA MA GL	Kahden kalan keittoa LA GL	Riistakäristystä LA MA GL	Appelsiini-seivuokaa LA GL	Perinteinen kiusaus possusta	Smetanalihakastiketta LA GL
Kruunuvihannesta	Keitettyjä perunoita	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Kasvissekoitusta LA MA GL	Kasvissekoitusta LA MA GL	Keitettyä maissia LA MA GL	Parsakaalia
Keitettyjä perunoita	Porkkanoita	Mangovispipuuroa LA MA	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL	Tomaattia	Keitettyjä perunoita
Kurkkuiista salaattia LA GL	Ruskeaa kastiketta		Puolukkasurvosta	Punajuuri-raejuustosalaattia L	Omenaseksiisseliä LA MA G	Kaali-kurpitsasalaattia
Mustaherukasoseksiisseliä LA	Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia		Persikkaseksiisseliä LA MA	Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Vadelmasoseksiisseliä LA MA
	Aprikoosisoseksiisseliä LA MA					
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauhelihakeittoa LA MA GL	Bataattiseikeittoa LA GL SY	Savuporoseikeittoa LA GL	Ohrapuuroa LA	Broilerikeittoa LA MA GL SY	Perunamaitoa LA GL	Lihakeittoa LA MA GL SY
Cantaloupemelonikuutioita	Sulatejuustonappi LA GL	Hunajamelonikuutioita	Leikkelettä	Vesimelonikuutioita	Leikkelettä	Paprikasuikaleita
Maitosuklaavanukasta LA	Suolakurkkuviipaleita	Kuningatarkiisseliä MA GL	Tuorekurkkuviipaleita	Banaani	Tomaattia	Rahkavaahtoa LA GL
	Puolukkajogurttia LA GL		Vadelmamehukeittoa MA GL		Mustikkajogurttia LA GL	

Eljaskartanon ja Rasttien yksiköiden ruokalista
Lisätietoja erityisruokavalioista henkilökunnalta

Ruokalista

VKO 27-32

05.07.2021 - 15.08.2021

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
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Maalaispossukastiketta LA M/	Sitruunakalaa LA GL SY	Makkarakeittoa LA MA GL	Lasagnetta LA SY	Bataatti-juurespihvejä LA MA	Lohilaatikkaa LA MA GL	Karjalanpaistia MA GL
Yrttipunajuurisuikeita LA MA	Kasvissekoitusta	Tomaattia	Maissia LA MA GL	Kruunuvihannesta	Parsakaali-maissia LA MA GL	Porkkanoita
Keitettyjä perunoita	Perunasosetta	Puolukkavispipuuroa LA MA	Jäävuori-tomaatti-persikkasal	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Kurkkuraastesalaattia	Perunasosetta LA GL
Raikasta kasvissalaattia	Porkkanaraastetta		Karhunvatukkakiisseliä	Juustokastiketta LA GL	Ruusunmarjakiisseliä	Puolukkasurvosta
Sekamarjasosekiisseliä LA M.	Mansikkasosekiisseliä LA GL			Punajuuri-omenasalaattia		Mustikkasosekiisseliä LA MA
				Hedelmäsosetkiisseliä LA MA		
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kermaista broilerkeittoa LA G	Värikästä jauheliuhakeittoa MA	Punajuuri-juustokiusausta LA	Perunapuuroa LA MA	Pehmeää broilerkeittoa LA GL	Possukeittoa LA MA GL SY	Pinaattikeittoa LA GL SY
Cantaloupemelonikuutioita	Suolakurkkuviipaleita	Kurkkuviipaleita	Leikkelettä	Tomaattia	Cantaloupemelonikuutioita	Keitettyä kananmunaa
Jogurtti LA GL	Suklaavanukasta LA GL	Hedelmämeuhkeittoa MA GL	Vesimelonikuutioita	Kuningatarkiisseliä MA GL	Luumujogurttia LA GL	Hunajamelonikuutioita
			Vaniljavanukasta MA GL			Vadelma-vaniljakiisseliä LA G