

**Kajaanin kotipalveluaterioiden 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	Juustomestarin lihalaatikkaa L	Palapaistia LA MA GL SY
Parsakaalia LA MA GL	Juureskuutioita LA MA GL	Tuorekurkkuviipaleita	Kruunuvihannesta	Kasvissekoitusta	Vihreitä papuja	Kukkakaalia
Pariisinperunoita	Keitetyjä perunoita LA MA GL	Mangovispipuuroa LA MA	Jäävuori-kesäkurpitsa-manda	Keitetyjä perunoita LA MA GL	Kaali-puolukkahillosalaattia	Keitetyjä perunoita LA MA GL
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta LA GL		Aprikoosikiisseliä LA MA GL	Tillikastiketta LA GL	Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Porkkanaraastetta
Kuningatarsosekiisseliä LA GL	Puolukkasurvosta			Punajuuri-omenasalaattia		Omenasekiisseliä LA MA G
	Mustikkakiisseliä LA MA GL			Sekamarjakiisseliä LA MA GL		

Kajaanin kotipalveluaterioiden 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 LA MA GL	Suolakurkkuviipaleita	Herneitä	Maissia LA MA GL	Kasvissekoitusta
Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Perunasosetta LA GL	Puolukkasurvosta	Puolukkavispipuuroa LA MA	Keitettyjä perunoita	Porkkanaraastetta	Keitettyjä perunoita
Kurkkuraastesalaattia	Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat	Persikkaseksiisseliä LA MA		Juustokastiketta LA GL	Vadelmasoseksiisseliä LA MA	Punajuurisalaattia
Mustikkaseksiisseliä LA MA	Karhunvatukkakiisseliä LA M/			Jäävuori-porkkana-kurkkusala		Mangokiisseliä LA MA GL
				Appelsiiniikiisseliä LA MA GL		

Kajaanin kotipalveluaterioiden 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	Jauheliha-perunakiusausta LA MA GL	Stroganoffia LA MA GL SY
Porkkana-maissia	Kurkkuviipaleita	Maissia LA MA GL	Aurinkokasvissekoitusta	Kasvissekoitusta	Porkkanasuikaleita LA MA GL	Kasvissekoitusta
Pariisinperunoita	Kaura-omenapaistosta LA	Keitettyjä perunoita	Keitettyjä perunoita	Keitettyä täysjyväriisiä LA MA	Punajuurisalaattia	Perunasosetta LA GL
Raikasta kasvissalaattia		Jäävuori-retiisi-appelsiiniala	Tillikastiketta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Persikkasosekiisseliä LA MA	Kurkkuista salaattia
Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Hedelmäsosesekiisseliä LA MA	Jäävuori-persikkasalaattia	Mustaherukkasosekiisseliä LA		Vadelmasosesekiisseliä LA MA
			Mansikkakiisseliä LA MA GL			

**Kajaanin kotipalveluaterioiden 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	Broileri-perunavuokaa LA GL	Porsasta curry-kookoskastikke
Aurinkokasvissekoitusta	Parsakaalia LA MA GL	Juureskuutioita LA MA GL	Tomaattilohkoja	Porkkanaa	Vihreitä papuja	Kasvissekoitusta
Pariisinperunoita	Perunasosetta LA GL	Keitettyjä perunoita	Pannukakkupala LA	Perunasosetta LA GL	Kaali-kurpitsasalaattia	Keitettyjä perunoita
Suvisalaattia	Ruskeaa kastiketta LA GL SY	Punajuuriviipaleita	Mansikkahilloa	Punajuuri-raejuustosalaattia	Ananasseksiisseliä LA MA G	Hedelmäistä kaalisalaattia
Sekamarjasoseksiisseliä LA M	Jäävuori-kurkku-persikkasala	Mandariiniiksiisseliä LA MA GL		Ruusunmarjaksiisseliä LA MA		Mustikkasoseksiisseliä LA MA
	Omenasoseksiisseliä LA MA G					

**Kajaanin kotipalveluaterioiden 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	5 Riistakäristystä LA MA GL	Appelsiini-seivuokaa LA GL S	Perinteinen kiusaus possusta	Smetanalihakastiketta LA GL
Kruunuvihannesta	Keitetyjä perunoita	Pasta-salaattijuustosalaattia L	Kasvissekoitusta	Aurinkokasvissekoitusta	Maissia LA MA GL	Parsakaalia
Keitetyjä perunoita	Porkkanakuutioita LA MA GL	Mangovispipuuroa LA MA	Perunasosetta LA GL	Perunasosetta LA GL	Tomaattilohkoja	Keitetyjä perunoita
Kurkkuista salaattia	Ruskeaa kastiketta LA GL SY		Puolukkasurvosta	Punajuuri-raejuustosalaattia	Omenaseksiisseliä LA MA G	Kaali-kurpitsasalaattia
Mustaherukaseksiisseliä LA	Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia		Persikkaseksiisseliä LA MA	Ruusunmarjakiisseliä LA MA		Vadelmasoseksiisseliä LA MA
	Aprikoosisoseksiisseliä LA MA					

**Kajaanin kotipalveluaterioiden 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>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Maalaispossukastiketta LA M/ Sitruunakalaa LA GL SY	Makkarakkeittoa LA MA GL	Lasagnetta LA SY	Bataatti-juurespihvejä LA MA	Lohilaatikka LA MA GL	Karjalanpaistia MA GL	
Yrttipunajuurisuikaleita LA MA	Kasvissekoitusta	Tomaattilohkoja	Maissia LA MA GL	Kruunuvihannesta	Parsakaali-maissia LA MA GL	Porkkanoita
Keitetyjä perunoita	Perunasosetta LA GL	Puolukkavispipuuroa LA MA	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.	Mansikkasosekiisseliä LA GL			Punajuuri-omenasalaattia		Mustikkasosekiisseliä LA MA
				Hedelmäsosesekiisseliä LA MA		