

Keskussairaalan osastojen 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
Aamupala Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Tomaattilohkoja Tuoremehua	Aamupala Ohrahiutalepuuroa LA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkua Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkua Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikelettä Tomaattia Tuoremehua
Lounas Jauhelihakastiketta LA MA GL Parsakaalia LA MA GL Keitettyä perunaa Suvisalaattia Kuningatarsosekiisseliä LA GL	Lounas Jauhemaksapihvejä LA MA G Juureskuutioita Keitettyjä perunoita LA MA GI Ruskeaa kastiketta Puolukkasurvosta Mustikkakiisseliä LA MA GL	Lounas Koskenlaskijan kalakeittoa LA Jäävuori-ananas-persiljasalaa Mangovispipuuroa LA MA Aprikoosikiisseliä LA MA GL	Lounas Perunanuudeli-jauhelihapataa Kasvissekoitusta LA MA GL Jäävuori-kesäkurpitsa-manda Aprikoosikiisseliä LA MA GL	Lounas Siikapihvejä MA GL SY Kasvissekoitusta Keitettyjä perunoita LA MA GI Tillikastiketta LA GL Punajuuri-omenasalaattia Sekamarjakiisseliä LA MA GL	Lounas Juustomestarin lihalaatikkoa LA Vihreitä papuja Kaali-puolukkahillosalaattia Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Lounas Palapaistia LA MA GL SY Kukkakaalia Keitettyjä perunoita LA MA GI Porkkanaraastetta Omenasosekiisseliä LA MA G
Päivällinen Kukkakaali-porkkanasosekeit Leikkelettä Suolakurkkuviipaleita Mandariini	Päivällinen Sianlihalaatikkoa LA MA GL S Tomaattia Banaanijogurttia LA GL	Päivällinen Ohrapuuroa LA Leikkelettä Kurkkuviipaleita Vadelmamehukeittoa MA GL	Päivällinen Broilerikeittoa LA MA GL Vesimelonikuutioita Ruusunmarjamehukeittoa MA	Päivällinen Pinaattikeittoa LA GL SY Kananmuna Tomaattia Mansikkajogurttirahkaa LA GL	Päivällinen Nakkikeittoa LA MA GL Paprikasuikaleita Vadelmavispi LA	Päivällinen Riista-juustokeitto LA GL SY Cantaloupemelonikuutioita Jäätelö LA GL
Iltapala Porkkanavuokaa Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sämpylöitä Balkanviipaleita	Iltapala Perunarieskaa Juustoviipaleita	Iltapala Aurinkoleipää Kalkkunaleikettä	Iltapala Kaura-ruissydän sämpylöitä Balkania	Iltapala Kauraeväisleipää Keittokinkkua	Iltapala Sydänsämpylöitä Juustoviipaleita

Keskussairaalan osastojen 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
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Ohrahiutalepuuroa LA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Kaurahiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikelettä Tomaattia Tuoremehua
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Hedelmäistä broilerkastiketta Porkkanoita Keitettyä täysjyväriisiä LA MA Kurkkuraastesalaattia MA GL Mustikkaseksiisseliä LA MA	Mantelikalaa LA GL SY Kasvissekoitusta Perunasosetta LA GL Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaat Karhunvatukkakiisseliä LA M/	Kaalilaatikkoa LA MA GL SY Juureskuutioita Puolukkasurvosta Persikkaseksiisseliä LA MA	Lihakeittoa LA MA GL SY Suolakurkkuviipaleita Puolukkavispipuuroa LA MA	Punajuuripihvejä MA GL VE Herneitä Perunoita Juustokastiketta LA GL Jäävuori-porkkana-kurkkusala Appelsiiniikiisseliä LA MA GL	Lohikiusausta LA GL Maissia LA MA GL Porkkanaraastetta Vadelmasoseksiisseliä LA MA	Burgundilaista lihapataa LA M Kasvissekoitusta Keitettyjä perunoita Punajuurisalaattia Mangokiisseliä LA MA GL
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Possukeittoa LA MA GL SY Hunajamelonia Rahkavaahto mango-passion	Broilerikeittoa LA MA GL SY Tomaattia Vaniljajogurttirahkaa LA GL	Riisipuuroa LA GL Keittokinkkuviipaleita Kurkkuviipaleita Mansikkamehukeittoa MA GL	Porkkana-perunabroileripaist Tomaattia Kuningatarkiisseliä MA GL	Siskonmakkarakeittoa LA MA Vesimelonikuutioita Mustikkajogurttia LA GL	Jauhelihakeittoa LA MA GL S Paprikasuikaleita Banaani	Juustoista kasviskeittoa LA G Hunajamelonia Maitosuklaavanukasta LA GL
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Porkkanavuokaa Keittokinkkuviipaleita	Sämpylöitä Balkania	Perunarieskaa Juustoviipaleita	Aurinkoleipää Kalkkunaleikettä	Kaura-ruissydän sämpylöitä Balkania	Kauraeväisleipää Keittokinkkuviipaleita	Sydänsämpylöitä Juustoviipaleita

Keskussairaalan osastojen 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
Aamupala Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Ohrahiutalepuuroa LA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Riisipuuroa Palvikinkkuleikkelettä Tomaattia Tuoremehua
Lounas Jauhelihakastiketta LA MA GL Porkkana-maissia Keitetyjä perunoita Raikasta kasvissalaattia Ruusunmarjakiisseliä LA MA	Lounas Lohikeittoa LA GL SY Kurkkuviipaleita Kaura-omenapaistosta LA Tuoremehua	Lounas Nakkikastiketta LA MA GL Maissia LA MA GL Keitetyjä perunoita Jäävuori-retiisi-appelsiinisalaattia Hedelmäsosekiisseliä LA MA	Lounas Haukipyörköitä LA GL Kasvissekoitusta Keitetyjä perunoita Tillikastiketta LA GL Jäävuori-persikkasalaattia Mansikkakiisseliä LA MA GL	Lounas Hedelmäistä broilerkastiketta Kasvissekoitusta Keitetyä täysjyväriisiä LA MA Kaalikurpitsasalaattia Mustaherukasosekiisseliä LA MA	Lounas Jauheliha-perunakiusausta LA MA GL Porkkanasuikaleita Punajuurisalaattia LA MA GL Persikkasosekiisseliä LA MA	Lounas Stroganoffia LA MA GL SY Kasvissekoitusta Keitetyjä perunoita Kurkkuista salaattia LA GL Vadelmasosekiisseliä LA MA
Päivällinen Lämmittävä keitto possusta LA MA GL Cantaloupemelonikuutioita Banaani-appelsiinirahkaa LA MA	Päivällinen Makaronilaatikkoa LA SY Paprikasuikaleita Suklaavanukasta LA GL	Päivällinen Kesäkeittoa LA GL SY Keittokinkkuviipaleita Vesimelonikuutioita Mangorahka LA GL	Päivällinen Lihakeittoa LA MA GL SY Suolakurkkuviipaleita Päärynä-raparperijogurttia LA MA	Päivällinen Kipparin seikeittoa LA GL Kurkkuviipaleita Lohkeavaa raparperijogurttia LA MA	Päivällinen Pehmeää broilerikeittoa LA MA GL Tomaattia Rahkavaahtoa LA GL	Päivällinen Pinaattikeittoa LA GL SY Keitetyä kananmunaa Hunajamelonia Mustikkakaurajogurttia MA
Iltapala Porkkanavuokaa Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sämpylöitä Balkania	Iltapala Perunarieskaa Juustoviipaleita	Iltapala Aurinkoleipää Kalkkunaleikkelettä	Iltapala Kaura-ruissydän sämpylöitä Balkania	Iltapala Kauraeväisleipää Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sydänsämpylöitä Juustoviipaleita

Keskussairaalan osastojen 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
Aamupala Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Ohrahiutalepuuroa LA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Vehnähiutalepuuroa Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Tomaattia Tuoremehua
Lounas Palapaistia LA MA GL SY Kasvissekoitusta LA MA GL Keitetyjä perunoita Suvisalaattia Sekamarjaseksiisseliä LA M	Lounas Uunimakkaraa LA MA GL Parsakaalia Perunasosetta LA GL Ruskeaa kastiketta Jäävuori-kurkku-persikkasala Mandariiniiksiisseliä LA MA GL Omenaseksiisseliä LA MA G	Lounas Venäläistä kalaa LA GL SY Juureskuutioita Keitetyjä perunoita Punajuuriviipaleita	Lounas Hernekeittoa LA MA GL SY Tomaattia Pannukakkupala LA Mansikkahilloa	Lounas Kalaa Bordelaise LA GL Porkkanoita Perunasosetta LA GL Punajuuri-raejuustosalaattia Ruusunmarjaksiisseliä LA MA	Lounas Broileri-perunavuokaa LA GL Vihreitä papuja Kaali-kurpitsasalaattia Ananasseksiisseliä LA MA G	Lounas Porsasta curry-kookoskastikke Kasvissekoitusta LA MA GL Keitetyjä perunoita Hedelmäistä kaalisalaattia Mustikkaseksiisseliä LA MA
Päivällinen Kaalikeittoa LA MA GL Suolakurkkuviipaleita Jogurtti LA GL	Päivällinen Lihakeittoa LA MA GL SY Tomaattia Mangojogurttirahkaa LA GL	Päivällinen Riisipuuroa LA GL Leikkelettä Kurkkuviipaleita Mansikkamehukeittoa MA GL	Päivällinen Naudanlihalaatikkaa LA MA G Tomaattia Kuningatarkiisseliä MA GL	Päivällinen Peruna-purjososekeittoa LA G Leikkelettä Vesimelonikuutioita Luumu	Päivällinen Nakkikeittoa LA MA GL Paprikasuikaleita Banaanijogurttia LA GL	Päivällinen Jauheliuhakeittoa LA MA GL S Cantaloupemelonikuutioita Puolukkavispipuuroa LA
Iltapala Porkkanavuokaa Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sämpylöitä Balkania	Iltapala Perunarieskaa Juustoviipaleita	Iltapala Aurinkoleipää Kalkkunaleikkelettä	Iltapala Kaura-ruissydän sämpylöitä Balkania	Iltapala Kauraeväisleipää Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sydänsämpylöitä Juustoviipaleita

Keskussairaalan osastojen 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
Aamupala Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Ohrahiutalepuuroa LA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Tomaattia Tuoremehua
Lounas Kanaa Tahitilaiseen tapaan L Kruunuvihannesta Keitetyjä perunoita Kurkkuista salaattia LA GL Mustaherukkasosekiisseliä LA	Lounas Jauhelihapuikkoja LA MA GL Keitettyjä perunoita Porkkanakuutioita LA MA GL Ruskeaa kastiketta Jäävuori-porkkana-kurkkusalaattia Aprikoosisosekiisseliä LA MA	Lounas Kahden kalan keittoa LA GL Pasta-salaattijuustosalaattia L Mangovispipuuroa LA MA	Lounas Riistakarjasta LA MA GL Kasvissekoitusta LA MA GL Perunasosetta Puolukkasurvosta Persikkasosekiisseliä LA MA	Lounas Appelsiini-seivuokaa LA GL Kasvissekoitusta LA MA GL Perunasosetta LA GL Punajuuri-raejuustosalaattia Ruusunmarjakiisseliä LA MA	Lounas Perinteinen kiusaus possusta Keitettyä maissia LA MA GL Tomaattia Omenasosekiisseliä LA MA	Lounas Smetanalihakastiketta LA GL Parsakaalia Keitetyjä perunoita Kaali-kurpitsasalaattia Vadelmasosekiisseliä LA MA
Päivällinen Bataattisosekeittoa LA GL SY Sulatejuustonappi LA GL Suolakurkkuviipaleita Maitosuklaavanukasta LA GL	Päivällinen Savuporososekeittoa LA GL Hunajamelonikuutioita Puolukkajogurttia LA GL	Päivällinen Ohrapuuroa LA Leikkelettä Kurkkuviipaleita Kuningatarkiisseliä LA GL	Päivällinen Broilerikeittoa LA MA GL SY Vesimelonikuutioita Vadelmamehukeittoa MA GL	Päivällinen Perunamaitoa LA GL Leikkelettä Tomaattia Banaani	Päivällinen Lihakeittoa LA MA GL SY Paprikasuikaleita Mustikkajogurttia LA GL	Päivällinen Kermaista broilerikeittoa LA GL Cantaloupemelonikuutioita Rahkavahtoa LA GL
Iltapala Porkkanavuokaa Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sämpylöitä Balkania	Iltapala Perunarieskaa Juustoviipaleita	Iltapala Aurinkoleipää Kalkkunaleikkelettä	Iltapala Kaura-ruissydän sämpylöitä Balkania	Iltapala Kauraeväsläipää Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sydänsämpylöitä Juustoviipaleita

Keskussairaalan osastojen 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
Aamupala Ruishiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Ohrahiutalepuuroa LA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Vehnähiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala 4-viljanhiutalepuuroa LA MA Keittokinkkuviipaleita Tomaattia Tuoremehua	Aamupala Kaurahiutalepuuroa LA MA Juustoviipaleita Kurkkuviipaleita Tuoremehua	Aamupala Riisipuuroa LA GL Palvikinkkuleikkelettä Tomaattia Tuoremehua
Lounas Maalaispossukastiketta LA M/ Yrttipunajuurisuikeita LA M/ Keitettyjä perunoita Raikasta kasvissalaattia Sekamarjaseksiisseliä LA M.	Lounas Sitruunakalaa LA GL SY Kasvissekoitusta Perunasosetta Porkkanaraastetta Mansikkaseksiisseliä LA GL	Lounas Makkarakeittoa LA MA GL Tomaattia Puolukkavispipuuroa LA MA	Lounas Lasagneetta LA SY Maissia LA MA GL Jäävuori-tomaatti-persikkasal: Karhunvatukkakiisseliä LA M/	Lounas Bataatti-juurespihvejä LA MA Kruunuvihannesta Keitettyä täysjyväriisiä Juustokastiketta LA GL Punajuuri-omenasalaattia Hedelmäseksiisseliä LA MA	Lounas Lohilaatikko LA MA GL Parsakaali-maissia LA MA GL Kurkkuraastesalaattia Ruusunmarjakiisseliä	Lounas Karjalanpaistia MA GL Porkkanoita Perunasosetta Puolukkasurvosta Mustikkaseksiisseliä LA GL
Päivällinen Värikästä jauhelihakeittoa MA Suolakurkkuviipaleita Jogurtti LA GL	Päivällinen Punajuuri-juustokiusausta LA Kurkkuviipaleita Maitosuklaavanukasta LA GL	Päivällinen Perunapuuroa LA MA Leikkelettä Vesimelonikuutioita Hedelmämehekeittoa MA GL	Päivällinen Pehmeää broilerikeittoa LA G Tomaattia Vaniljavanukasta MA GL	Päivällinen Possukeittoa LA MA GL SY Cantaloupemelonikuutioita Kuningatarkiisseliä LA GL	Päivällinen Pinaattikeittoa LA GL SY Kananmuna Hunajamelonikuutioita Luumujogurtta LA GL	Päivällinen Gulassikeittoa LA GL Suolakurkkuviipaleita Vadelma-vaniljakiisseliä LA G
Iltapala Porkkanavuokaa Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sämpylöitä Balkania	Iltapala Perunarieskaa Juustoviipaleita	Iltapala Aurinkoleipää Kalkkunaleikkelettä	Iltapala Kaura-ruissydän sämpylöitä Balkania	Iltapala Kauraeväslleipää Keittokinkkuviipaleita	Iltapala Sydänsämpylöitä Juustoviipaleita