

**Viikko**  
**42,47,52,4,9,14**

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Kaurahiutalepuuro	Sydänystävänpuuro Vesi	3-viljanpuuro	Kauralesepuuro	4-viljan puuro	Mannapuuro	Ruishiutalepuuro
Juusto	Juusto	Leikkele	Leikkele	Munakokkeli	Leikkele	Kananmuna
Tuoremehu	Luumusose	Tuoremehu	Tuoremehu	Vihannes	Marjasose	Tuoremehu
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Maukas possunlihastike	Jauheliha-perunalaatikko	Kalakeitto	Jauheliha-kasvispata	Lempää kanakeitto	Lohilaatikko	Uunibroileri
Keitetyt perunat	Uunipunajuuret	Ruisleipä	Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti	Ruisleipä	Punajuurisalaatti	Keitetyt perunat
Haudutetut lanttukuutiot	Kaali-tomaatti-keltainen paprikasalaatti	Marjavispipuuro	Persikka-vadelmakiisseli	Omenapaistos	Mangokiisseli	Curry-kermakastike
Mansikkakiisseli	Sekamarjakiisseli	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	Vaniljakastike	<b>Päiväkahvi</b>	Punakaali-mustaherukka- salaatti
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	Kahvileipä	Hedelmäousse
Kahvileipä	Kahvileipä	<b>Päivällinen</b>	Kahvileipä	Kahvileipä	<b>Päivällinen</b>	<b>Päiväkahvi</b>
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	Riistakiusaus	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	Kasvissosekeitto	Kahvileipä
Espanjalainen perunamunakas	Nakkikeitto	Puolukka	Purjo-perunasosekeitto	Lihapyörykkä	Ruisleipä	<b>Päivällinen</b>
Leikkele	Ruisleipä	Juuresraaste	Rouheleipä	Keitetyt perunat	Kalalevite	Ohrapuuro
Rapea-tomaatti-ananas- salaatti	Marjajogurtti	<b>Iltaapala</b>	Leikkele	Ruskea kastike	Hedelmä	Leikkele
<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	Marjavispipuuro	Hedelmä	Punakaaliraaste	<b>Iltaapala</b>	Vadelmakeitto
Rieska	Riisipiirakka	<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	Marjainen rahkajogurtti	<b>Iltaapala</b>
Ruohosipuli-tuorejuusto	Raejuusto-munavoi	Persikka-vadelmakiisseli	Persikka-vadelmakiisseli	Ruispuolukkapuuro		Rouheleipä
Mansikkakiisseli	Vihannes	Raejuusto	Raejuusto			Lihahyytelö
						Vihannes

## Tehostetun palveluasumisen ruokalista

<b>Ruokalista voimassa</b> <b>12.10.2020 – 18.4.2021</b>
---

**Viikko**  
**43,48,53,5,10,15**

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Vehnähiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Kauralesepuuro	4-viljan puuro	Hyvän elon puuro
Leikkele	Munakokkeli	Leikkele	Juusto	Leikkele	Kananmuna	Juusto
Tuoremehu	Tuoremehu	Vihannes	Tuoremehu	Vihannes	Tuoremehu	Hedelmäsose
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauheliuhakeitto	Broilerikastike	Jauheliha-makaroni-	Makkarakastike	Isoäidin uunikala	Hernekeitto	Karjalanpaisti
Rouheleipä	Keitetyt perunat	laatikko	Keitetyt perunat	Keitetyt perunat	Ruisleipä	Keitetyt perunat
Marjarahka	Kaali-tomaatti-persikka-	Porkkana-kurkku-pikkelssi	Unijuurekset	Rapea-tomaatti-kurkkusal	Maitokiisseli	Höyrytetyt porkkanat
<b>Päiväkahvi</b>	salaatti	raaste	Mustikkakiisseli	aatti	Marjainen hillo	Sienisalaatti
Kahvileipä	Mustaherukkakiisseli	Ruskea kastike	<b>Päiväkahvi</b>	Raparperi-mansikka-	<b>Päiväkahvi</b>	Vadelmakiisseli
<b>Päivällinen</b>	<b>Päiväkahvi</b>	Hedelmäsalaatti	Kahvileipä	kiisseli	Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b>
Mantelikala	Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päivällinen</b>	Kahvileipä
Perunasose	<b>Päivällinen</b>	Kahvileipä	Merimiespihvit talon	Kahvileipä	Juusto-kasviskiusaus G, L	<b>Päivällinen</b>
Porkkana-ananasraaste	Juuessosekeitto	<b>Päivällinen</b>	tapaan	<b>Päivällinen</b>	Rapea-tomaatti-ananassa	Riisipuuro
<b>Iltapala</b>	Ruisleipä	Kasvispihvit	Raastekimara	Jauheliuhakeitto	laatti	Sekahedelmäkeitto
Ruisleipä	Juusto	Keitetyt perunat	<b>Iltapala</b>	Ruisleipä	Hedelmä	Leikkele
Juusto	Hedelmä	Kermakastike	Rouheleipä	Hedelmä	<b>Iltapala</b>	<b>Iltapala</b>
Marjarahka	<b>Iltapala</b>	Rapea-tomaatti-purjosala	Juusto	<b>Iltapala</b>	Ruisleipä viipale	Rouheleipä
	Röpörieska	atti	Mehukeitto	Liha-riisipasteija	Maksamakkara	Juusto
	Munavoi	<b>Iltapala</b>			Vihannes	Vadelmakiisseli
		Rieska				
		Leikkele				

Marjakiisseli

**Viikko**  
**44,49,1,6,11**

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Kaurahiutalepuuro	Riisihiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Mannapuuro	Sydänystävänpuuro	4-viljan puuro	Ohrahiutalepuuro
Juusto	Leikkele	Munakokkeli	Leikkele	Marjasose	Kananmuna	Leikkele
Tuoremehu	Hedelmäsose	Tuoremehu	Vihannes	Juusto	Vihannes	Tuoremehu
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Broilerikiusaus	Uunimakkara	Kaalikeitto	Kuorrutettu kalavuoka	Jauhelihakastike	Lihakeitto	Uunikirjolohi
Hedelmäinen salaatti	Perunasose	Täysjyväleipä	Punajuurisalaatti	Keitetyt perunat	Ruisleipä	Keitetyt perunat
Mangokiisseli	Ruskea kastike	Vaniljajogurtti	Karpalokiisseli	Sekavihannes	Marjapaistos	Tillikastike
<b>Päiväkahvi</b>	Mehevä kaaliraaste	Marjasekoitus		Herukkakiisseli	Vaniljakastike vispautuva	Rapea-tomaatti-punakaali salaatti
Kahvileipä	Marjakiisseli	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	Hedelmäkiisseli
<b>Päivällinen</b>	<b>Päiväkahvi</b>	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b>
Kalakeitto	Kahvileipä	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	Kahvileipä
Ruisleipä	<b>Päivällinen</b>	Kinkku-kasvisvuoka	Suikalelihakastike	Punajuurisosekeitto	Kasvismoussaka	<b>Päivällinen</b>
Hedelmä	Porkkanasosekeitto	Kermakastike	Keitetyt perunat	Smetana	Kyssäkaaliraaste	Mannapuuro
<b>Iltapala</b>	Grahamlihapiiirakka	Kolmen kaalin salaatti	Rapea-kurkku-ananassal aatti	Rouheleipä	<b>Iltapala</b>	Marjakeitto
Perunalepuska	Banaani	<b>Iltapala</b>		Hedelmä	Puolukkavispi puuro	Leikkele
Raejuusto-munavoi	<b>Iltapala</b>	Marjarahka	<b>Iltapala</b>	<b>Iltapala</b>		<b>Iltapala</b>
Vihannes	Rouheleipä	Ruisleipä	Täysjyväleipä	Leipävanukas		Rouheleipä
	Leikkele	Leikkele	Maksamakkara			Juusto
	Marjakiisseli		Vihannes			Vihannes

**Viikko**  
**45,50,2,7,12**

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Vehnähiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Ruis-ohrahiutalepuuro	Hyvän elon puuro	4-viljan puuro	Kauralesepuuro	Ruishiutalepuuro
Juusto	Leikkele	Leikkele	Leikkele	Kananmuna	Juusto	Munakokkeli
Tuoremehu	Tuoremehu	Luumusose	Tuoremehu	Vihannes	Tuoremehu	Vihannes
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Nakkikastike	Hernekeitto	Broileripyttipannu	Lohikeitto	Kinkkukiusaus	Lanttu-sianlihavuoka	Palapaisti
Keitetyt perunat	Täysjyväleipä	Kermakastike	Ruisleipä	Punajuuri-purjoraaste	Kurkku-tomaattisalaatti	Keitetyt perunat
Höyrytetyt parsakaalit	Pannukakku	Kaali-tomaatti-keltainen paprikasalaatti	Karviaiskiisseli	Raparperikiisseli	Marjainen rahkajogurtti	Lämmin kasvis Silli
Porkkana-persikkaraaste	Marjainen hillo	Kolmenmarjankiisseli				Sadonkorjuusalaatti
Marjakiisseli						Kuningatarkiisseli
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>
Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Rahka-kermavaahto
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Juusto-kalkkunakeitto	Kalastajan vuoka	Kasvissosekeitto	Jauhelihamureke	Vaalea vihanneskeitto	Perunavelli	Kahvileipä
Rieska	Juuresraaste	Perunapiirakka	Kermakastike	Ruisleipä	Lihahyytelö	<b>Päivällinen</b>
Hedelmä		Munavoi	Keitetyt perunat	Kalalevite	Rieska	Ohrapuuro
<b>Iltapala</b>	<b>Iltapala</b>	Hedelmä	Rapea-kurkku-persikka-salaatti	Hedelmä	Hedelmä	Marjasose
Ruisleipä	Hedelmä-salaatti	<b>Iltapala</b>		<b>Iltapala</b>	<b>Iltapala</b>	Leikkele
Juusto	Raejuusto	Täysjyväleipä		maustamaton jogurtti	Rouheleipä	<b>Iltapala</b>
Hedelmä		Leikkele	<b>Iltapala</b>	Marjasose	Leikkele	Puolukkarahka
		Marjakeitto	Rouhesämpylä	Mysli	Vihannes	
			Juusto			
			Vihannes			

**Viikko**  
**46,51,3,8,12**

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Ruishiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Sydänystävänpuuro	4-viljan puuro	Ohrahiutalepuuro	Kauralesepuuro	3-viljanpuuro
Kananmuna	Leikkele	Leikkele	Munakokkeli	Juusto	Leikkele	Juusto
Vihannes	Vihannes	Tuoremehu	Vihannes	Tuoremehu	Marjasose	Tuoremehu
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Persikkainen broilerikastike	Kaalilaatikko	Siskonmakkarakeitto	Potlohko	Kirjolahikiusaus	Jauheliuhakeitto	Kalkkunaa kastikkeessa
Keitetyt perunat	Puolukka	Ruisleipä	Kaali-tomaattisalaatti	Uunipunajuuret	Ruisleipä	Keitetyt perunat
Punakaali-mustaherukka-salaatti	Porkkanaraaste	Marjajogurtti	Mansikkakiisseli	Rapea-kurkku-maissi-salaatti	Omena-puolukkapaistos	Höyrytetyt ruusukaalit
Appelsiiniikiisseli	Omena-kanelikiisseli			Raparperikiisseli	Jäätelö	Rapea- keltainen porkkana-tomaattisalaatti
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>
	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Raikas sitruunamousse
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
	Keltainen vihanneskeitto	Jauheliuhakiusaus	Lempeä kanakeitto	Kinkkukastike	Kasvis-makaronilaatikko	Kahvileipä
	Raejuusto	Maustepunajuuri	Ruisleipä	Keitetyt perunat	Kaali-kurkku-kurpitsa-salaatti	<b>Päivällinen</b>
	Rouheleipä	Maustekurkku	Hedelmä	Rapea-maissi-punainen paprikasalaatti		Riisipuuro
	Marjarahka				<b>Iltaapala</b>	Mehukeitto
<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	<b>Iltaapala</b>	Hedelmäsalaatti	Leikkele
Riisipiirakka	Rouheleipä	Rieska	Marjasmoothie	Perunalepuska	Maustamaton jogurtti	<b>Iltaapala</b>
Leikkele	Kalalevite	Leikkele		Leikkele		Ruisleipä
Karpalokeitto	Vihannes	Vihannes		Vihannes		Leikkele
						Vihannes