

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
18.10.2021 – 27.3.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvaväritettä,
maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikot 42, 47, 52,
5, 10

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Sydänystävänpuuro Luumusose Leikkele Tuoremehu	Aamupala 3-viljanpuuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Kauralesepuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu	Aamupala 4-viljan puuro Munakokkeli Tuoremehu	Aamupala Mannapuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu
Lounas Broileri-juureskiausaus Kaali-paprika-ananas- salaatti Hedelmäjogurtti	Lounas Jauhelihakastike Perunat Vihanneslisäke Porkkana-kurkku- kurpitsaraaste Sekamarjakiisseli	Lounas Silakkalaatikko Rapea-tomaatti- marinoitu papusalaatti Marjavispipuuro	Lounas Lempeä kanakeitto Rouheleipä Mustikkakiisseli	Lounas Jauheliha-peruna- laatikko Punakaali-rapea- porkkanasalaatti Persikkakiisseli	Lounas Kirjolahikiausaus Höyrytetyt pikkuporkkanat Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaatti Omenapaistos Vaniljakastike	Lounas Uunibroileri Curry-kermakastike Perunat Rapea-mustaherukka- salaatti Hedelmäsalaatti Rahka-kermavaahto
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Kalapyörykät Ruohosipulikastike Perunat Punajuuri-omenaraaste	Päivällinen Kasvissösekeitto Juusto Palaruisleipä Hedelmä	Päivällinen Makkarakastike Perunat Rapea-kurkku-paprika- salaatti	Päivällinen Kuorrutettu kalavuoka Kaali-kurkku-tomaatti- salaatti	Päivällinen Pinaattiohukaiset Perunasose Rapea-kukkakaali- vesimelonisalaatti Puolukkahillo	Päivällinen Kaalikeitto Ruisleipä Kuningatarkiisseli	Päivällinen Uuniohrapuuro Vadelmakeitto Leikkele
Iltaapala Hedelmäjogurtti Rieska Leikkele	Iltaapala Sekamarjakiisseli Porkkana-riisipiirakka Raejuusto-munavoi	Iltaapala Jauhelihapiiirakka Vihannes	Iltaapala Mustikkakiisseli Ruisleipä Juusto	Iltaapala Ruusunmarjarahka	Iltaapala Hedelmäpuuro	Iltaapala Ruisleipä Lihahyytelö Vihannes

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
18.10.2021 – 27.3.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvaveivettä,
maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikot 43, 48, 1,
6, 11

MAANANTAI

Aamupala

Vehnähiutalepuuro
Leikkele
Tuoremehu

Lounas

Nakkikastike
Perunat
Haudutetut lanttukuutiot
Kyssäkaali-
kesäkurpitsa-
retiisiraaste
Karviaiskiisseli

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Keltainen broileri-
kasvisvuoka
Rapea-kiinankaali-
persikkasalaatti

Iltaapala

Karviaiskiisseli
Ruisleipä
Juusto

TIISTAI

Aamupala

Kaurahiutalepuuro
Munakokkeli
Tuoremehu

Lounas

Silakkapihvit
Tilli-kermaviilikastike
Perunasose
Rapea-palsternakka-
persikkasalaatti
Puolukkavispipuuro

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Siskonmakkarakeitto
Ruisleipä
Hedelmäjogurtti

Iltaapala

Puolukkavispipuuro

KESKIVIIKKO

Aamupala

Ohrahiutalepuuro
Leikkele
Vihannes
Tuoremehu

Lounas

Jauheliha-
makaronilaatikko
Porkkana-appelsiini-
raaste
Etikkapunajuuret
Punaherukkakiisseli

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Kasvispihvit
Yrttinen kermaviilikastike
Perunat
Rapea-tomaatti-
hunajamelonisalaatti

Iltaapala

Punaherukkakiisseli
Rouheleipä
Raejuusto-munavoi

TORSTAI

Aamupala

Hyvän elon puuro
Juusto
Tuoremehu

Lounas

Kalakeitto
Ruisleipä
Persikkarahka

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Jauheliha-perunasose-
laatikko
Lanttu-porkkana-retikka-
raaste

Iltaapala

Persikkarahka

PERJANTAI

Aamupala

Kauralesepuuro
Leikkele
Vihannes
Tuoremehu

Lounas

Broilerikiusaus
Kiinankaali-punakaali-
mustaherukka-kurkku-
salaatti
Raparperi-mansikka-
kiisseli

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Kinkkukastike
Perunat
Rapea-maissi-punainen
paprikasalaatti

Iltaapala

Raparperi-mansikka-
kiisseli
Ruisleipä
Juusto

LAUANTAI

Aamupala

Ruishiutalepuuro
Kananmuna
Tuoremehu

Lounas

Merimiespihvit talon
tapaan
Porkkana-puolukka-
raaste
Marjamousse

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Lohikeitto
Ruisleipä
Hedelmä

Iltaapala

Graham-mustikkapuuro

SUNNUNTAI

Aamupala

4-viljan puuro
Vadelmasose
Juusto
Tuoremehu

Lounas

Karjalanpaisti
Perunat
Porkkanalaatikko
Silli
Sienisalaatti
Omena-kanelikiisseli
Rahka-kermavaahto

Päiväkahvi

Kahvileipä

Päivällinen

Riisipuuro
Mehukeitto
Leikkele

Iltaapala

Omena-kanelikiisseli
Grahamlihapiiirakka

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
18.10.2021 – 27.3.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavitettä,
maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikot 44, 49, 2,
7, 12

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Riisihiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala Ruisihiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	Aamupala Mannapuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu	Aamupala Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala Orahiutalepuuro Marjasose Juusto Tuoremehu	Aamupala 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu
Lounas Lohilaatikko Kaali-kurkku-tomaatti- salaatti Ruusunmarjakiisseli	Lounas Kanabolognaise Perunat Höyrytetyt parsakaalit Rapea-maissi-punainen paprikasalaatti Mangorahka	Lounas Kaalilaatikko Puolukkaa Nauris-porkkanaraaste Herukkakiisseli	Lounas Hernekeitto Ruisleipä Pannukakku Marjainen hillo	Lounas Juustoinen uunikala Perunat Uunijuurekset Rapea-mangokurpitsa- kurkkusalaatti Suklaakiisseli	Lounas Broilerikeitto Kauranappi Omena-puolukkapaistos Vaniljakastike	Lounas Uunikirjolohi Kalakastike Perunasose Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaatti Mansikkarahka
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Porkkanasosekeitto Leikkele Ruisleipä Suklaamannapuuro	Päivällinen Makkara-juurespata Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti	Päivällinen Rapea seitipala Tartarkastike Perunat Kaali-kurkku-kurpitsa- salaatti	Päivällinen Broileripyttipannu Juuresraaste	Päivällinen Riistakiusaus Puolukkaa Rapea-persikka- kesäkurpitsasalaatti	Päivällinen Jauheliha-kasvispata Rapea-kiinankaali- kurkku-kurpitsasalaatti	Päivällinen Ohrapuuro Hedelmäsose Lihahyytelö
Iltapala Ruusunmarjakiisseli Perunalepuska Kananmuna	Iltapala Mangorahka	Iltapala Rouheleipä Maksamakkara Vihannes	Iltapala Kauralihapiirakka Hedelmäkeitto	Iltapala Suklaakiisseli Ruisleipä Leikkele	Iltapala Kuningattaren ruispuuro	Iltapala Mansikkarahka

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
18.10.2021 – 27.3.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvaväritettä,
maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikot 45, 50, 3,
8,

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala Vehnähiutalepuuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala Ruis-ohrahiutalepuuro Luumusose Leikkele Tuoremehu	Aamupala Hyvän elon puuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala 4-viljan puuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala Kauralesepuuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu
Lounas Curry-kalkkunakastike Perunat Höyrytetyt porkkanat Punakaali-kukkakaali- ananasraaste Vadelmakiisseli	Lounas Kinkkukiusaus Lanttu-porkkana- retikkaraaste Aprikoosivispipuuro	Lounas Kalastajan keitto Rieska Mustikkakiisseli	Lounas Potlohko Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Jogurtti-mangomousse	Lounas Possukastike Perunat Uunipunajuuret Kyssäkaali-porkkana- appelsiiniiraaste Puolukkakiisseli	Lounas Porkkanapyörykät Kermakastike Perunasose Rapea-kurkku-maissi- salaatti Hedelmärahka	Lounas Pedron kanapata Perunat Rapea-kiinankaali- persikkasalaatti Silli Sitruuna-mansikka- kiisseli Rahka-kermavaahto
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Silakkapihvit Tilli-kermaviilikastike Perunasose Rapea-kesäkurpitsa- paprakasalaatti	Päivällinen Persikkainen broilerikastike Perunat Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti	Päivällinen Liha-juurespata Herkullinen kaalisalaatti	Päivällinen Peruna-palsternakka- sosekeitto Leikkele Ruisleipä Hedelmä	Päivällinen Broileri-makaronilaatikko Porkkanaraaste	Päivällinen Koskenlaskijan kalakeitto Palaruisleipä Puolukkavispipuuro	Päivällinen Mannapuuro Hedelmäkeitto Leikkele
Iltaapala Vadelmakiisseli Ruisleipä Juusto	Iltaapala Perunapiirakka Leikkele Maustekurkku	Iltaapala Mustikkakiisseli Täysjyväleipä Juusto	Iltaapala Porkkana-graham- piirakka Mehukeitto	Iltaapala Puolukkakiisseli Riisipiirakka Leikkele	Iltaapala Hedelmärahka	Iltaapala Maustettu viili Juusto Rouheleipä

Tehostetun palveluasumisen ruokalista
18.10.2021 – 27.3.2022

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavitettä,
maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikot 46, 51, 4,
9,

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala 3-viljanpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	Aamupala Kaurahiutalepuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu	Aamupala Sydänystävänpuuro Leikkele Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes Tuoremehu	Aamupala Kauralesepuuro Juusto Tuoremehu	Aamupala Orahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu
Lounas Lasagne Porkkana-palsternakka- persikkaraaste Appelsiini kiisseli	Lounas Broilerikeitto Ruisleipä Vaniljajogurtti Marjasekoitus	Lounas Kalastajan vuoka Haudutettu punakaali Kiinankaali-porkkana- retikkasalaatti Luumukiisseli	Lounas Uunimakkara Ruskea kastike Perunasose Kaali-kurkku-keltainen paprikasalaatti Mansikkakiisseli	Lounas Lihakeitto Ruisleipä Punaherukkavispi puuro	Lounas Merimiehen kalakiusaus Höyrytetyt parsakaalit Maissi-porkkanaraaste Omena-kanelirahka	Lounas Kaalikärryleet Ruskea kastike Perunat Puolukkaa Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaatti Aprikoosikiisseli Kermavaahto
Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä	Päiväkahvi Kahvileipä
Päivällinen Juuressosekeitto Juusto Ruisleipä Omena-vadelma- puolukkapuuro	Päivällinen Suikalelihakastike Perunat Rapea-vesimeloni- purjosalaatti	Päivällinen Jauheliha-kaalipata Lanttu-ananasraaste	Päivällinen Tonnikalamusaka Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti	Päivällinen Kanapyörykät Curry-kermaviilikastike Perunat Kaali-porkkana- appelsiinisalaatti	Päivällinen Nakkikeitto Ruisleipä Hedelmä	Päivällinen Ohrapuuro Marjasose Lihahyytelö
Iltaapala Appelsiini kiisseli Kaurasämpylä Leikkele	Iltaapala Rouheleipä Munavoi Silli	Iltaapala Luumukiisseli Täysjyväleipä Juusto	Iltaapala Riisi-kananmunapiirakka Vihannes	Iltaapala Punaherukkavispi puuro	Iltaapala Omena-kanelirahka	Iltaapala Aprikoosikiisseli Vatruska Vihannes