

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 16.12.2019	Tiistai 17.12.2019	Keskiviikko 18.12.2019	Torstai 19.12.2019	Perjantai 20.12.2019	Lauantai 21.12.2019	Sunnuntai 22.12.2019
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Omenatuoremehu	Ohrahiutalepuuro Leikkele Paprikasuikale	Kaurapuuro (M,L) Leikkele Persikkasose	Neljänviljanpuuro (M,L) Juusto Marjasekoitus	Kauralesepuuro Leikkele Jääsalaatti	Monenviljanpuuro Leikkele Maustekurkku	Vehnähiutalepuuro (M,L) Juusto Appelsiinituoremehu
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Broilerrisotto (M,L,G) Kaalli-kesäkurpitsa- omenasalaatti Mustaherukkahillo	Kala-kasviskeitto (L,G) Kurkkuviipale Vatkattu puolukka- puuro (M,L)	Liha-kasvispata (M,L,G) Jäävuori-kurkkusalaatti	Bolognesekastike (M,L,G) Perunat Jäävuori- kesäkurpitsasalaatti	Kasviskiusaus (L,G) Raejuusto (L,G) Kiinankaali- mandariini- tomaattisalaatti	Maksalaatikko (L,G) Porkkanat Kaalli-puolukkasalaatti	Suikalelihahöystö (M,L) Perunat Kukkakaali Vihreä salaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Tomaattinen lihakeitto (M,L,G) Raparperi- mansikkakiisseli	Juureskiusaus (L,G) Kartanonsalaatti	Juustoinen kanakeitto (L,G) Tomaattiviipale Mustikkakiisseli	Pinaattikeitto (L) Riisipiirakka Kanannuna Hedelmäsalaatti	Mestarin kalakeitto (L,G) Vadelmakiisseli	Makkarakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Maitokiisseli (L,G)	Uuniohrapuuro Leikkele Tomaattiviipale Luumukiisseli
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 23.12.2019	Tiistai 24.12.2019	Keskiviikko 25.12.2019	Torstai 26.12.2019	Perjantai 27.12.2019	Lauantai 28.12.2019	Sunnuntai 29.12.2019
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kolmenviljan puuro Leikkele Kurkkuviipale	Monenviljanpuuro Juusto Omenasose	Mannapuuro Leikkele Persikkasose	Kaurapuuro (M,L) Juusto Appelsiinituoremehu	Ruishiutalepuuro (M,L) Leikkele Jääsalaatti	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Omenatuoremehu	Vehnähiutalepuuro (M,L) Leikkele Banaani
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Nakkikastike (M,L) Perunat Kukkakaali Kirpeäsalaatti	Joulukinkku (M,L,G) Kastike (L,G) Imelletty perunalaatikko Lanttulaatikko (L,G) Herneet Rosolli Lasimestarin silli Joululeipä	Joulukinkku (M,L,G) Kastike (L,G) Imelletty perunalaatikko Porkkanalaatikko (L,G) Sienisalaatti Lasimestarin silli	Jauhelihipihvit (M,L) Tomaattikastike (M,L) Perunasose (L,G) Porkkanat Italiansalaatti	Lihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Ohukkaat Hillo	Silakkapihvit (M,L) Kermaviilikastike (L,G) Perunat Kiinankaali-tomaattisalaatti	Palapaisti (M,L) Perunat Porkkanat Kaali-kurpitsa-paprikasalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Kaalikeitto (M,L,G) Karpalokiisseli	Riisipuuro (G) Leikkele Tomaattiviipale Sekahedelmäkiisseli	Lohikeitto (L,G) Kurkkuviipale Puolukkakiisseli	Kanakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Luumurahka (L)	Juureskiusaus (L,G) Punajuuri-omenasalaatti	Jauhelihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Mustaherukkakiisseli	Makaronivelli Leikkele Lehtisalaatti Ruusunmarjakiisseli
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 30.12.2019	Tiistai 31.12.2019	Keskiviikko 1.1.2020	Torstai 2.1.2020	Perjantai 3.1.2020	Lauantai 4.1.2020	Sunnuntai 5.1.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Monenviljanpuuro Leikkele Appelsiinituoremehu	Kaurapuuro (M,L) Leikkele Banaani	Vehnähiutalevelli Leikkele Maustekurkku	Kolmenviljan puuro Juusto Marjasekoitus	Mannapuuro Leikkele Tomaattiviipale	Ohrahiutalepuuro Leikkele Persikkasose	Vehnähiutalepuuro (M,L) Juusto Omenatuoremehu
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Porkkanapihvit (M,L,G) Juustokastike (L,G) Perunat Kiinankaali- papusalaatti	Jauhelihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Vatkattu puolukka- puuro (M,L)	Kalkkunafilee Kastike (L,G) Parsa-porkkana- kukkakaali Jäävuori-kurkkusalaatti	Possukastike (M,L) Perunat Porkkana-kaalisalaatti	Lohikiusaus (L,G) Herneet Jäävuori-ananassalaatti	Kaalikääryleet (M,L,G) Ruskeakastike (M,L) Perunat Kurkkuviipale Puolukkasurvos	Karjalanpaisti (M,L,G) Perunat Lanttukuutiot Kiinankaali- tomaattisalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Broilerlaatikko (M,L,G) Jäävuori-kurkkusalaatti Punaherukka- mansikkakiisseli	Nakit Juuressose (M,L,G) Perunasalaatti	Mestarin kalakeitto (L,G) Tomaattiviipale Marjakiisseli	Kanakeitto (M,L,G) Paprikasuikale Jäätelö	Kinkkukeitto (M,L,G) Mansikkakiisseli	Kasvisseikeitto (L,G) Leikkele Lehtisalaatti Appelsiinikiisseli	Uuniohrapuuro Lihahyytelö Tomaattiviipale Vadelmakiisseli
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 6.1.2020	Tiistai 7.1.2020	Keskiviikko 8.1.2020	Torstai 9.1.2020	Perjantai 10.1.2020	Lauantai 11.1.2020	Sunnuntai 12.1.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Ruishiutalepuuro (M,L) Leikkele Omenasose	Kauralesepuuro Leikkele Marjasekoitus	Vehnä- kaurahiutalepuuro Leikkele Kurkkuviipale	Mannapuuro Juusto Maustekurkku	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Lehtisalaatti	Riisipuuro (G) Leikkele Omenatuoremehu	Monenviljanpuuro Leikkele Luumusose
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Uunilohi (M,L,G) Tartarkastike (M,L,G) Perunat Jäävuori-maissi- tomaattisalaatti	Pyttipannu (M,L,G) Kiinankaali- mandariini- hernesalaatti Punajuuri	Kahden kalan keitto (L,G) Paprikasuikale Vatkattu punaherukkapuuro (M,L)	Uunimakkara (M,L,G) Perunasose (L,G) Porkkana-kaalisalaatti	Liha-makaronivuoka (L) Parsa-kukkakaali Jäävuori-punakaali- puolukkasalaatti	Broilerlaatikko (M,L,G) Porkkanat Jäävuori- tomaattisalaatti	Lihaisa juurespata (M,L) Perunat Kiinankaali- kurpitsasalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Jauheliuhakeitto (M,L,G) Ruusunmarjakiisseli	Broiler-vihanneskeitto (M,L,G) Mustaherukkakiisseli	Lammas-kaalipata (M,L,G) Kirpeäsalaatti	Kasvisminestrone (M,L) Leikkele Paprikasuikale Raparperi- mansikkakiisseli	Kala-kasviskeitto (L,G) Hedelmäkiisseli	Kasvissosekeitto (L,G) Kananmuna Kurkkuviipale Sitruunakiisseli	Perunavelli (L,G) Leikkele Tomaattiviipale Graham- mustikkapuuro (M,L)
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 13.1.2020	Tiistai 14.1.2020	Keskiviikko 15.1.2020	Torstai 16.1.2020	Perjantai 17.1.2020	Lauantai 18.1.2020	Sunnuntai 19.1.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kauralesepuuro Leikkele Kurkkuviipale	Ohrahiutalepuuro Juusto Paprikasuikale	Vehnähiutalevelli Leikkele Omenatuoremehu	Monenviljanpuuro Leikkele Marjasekoitus	Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Jääsalaatti	Mannapuuro Leikkele Appelsiinituoremehu	Kaurapuuro (M,L) Kananmuna Luumusose
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Kalkkunahöystö (L) Riisiviljälisäke Kaali-persikkasalaatti	Kinkkukiusaus (L,G) Porkkanat Amerikansalaatti	Jauheliha-kasvispata (M,L) Kiinankaali-kurkku-hernesalaatti Punajuuri	Kalakepukat (M,L,G) Kermaviilikastike (L,G) Perunasose (L,G) Kiinankaali-porkkanasalaatti	Hernekeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Pannukakku Hillo	Lindströmin pihvi Ruskeakastike (M,L) Perunasose (L,G) Kaali-ananassalaatti	Stroganoff (M,L) Perunat Parsa-porkkana-kukkakaali Kiinankaali-kurkkusalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Pinaattikeitto (L) Kananmuna Silli Mustaherukkakiisseli	Kahden kalan keitto (L,G) Vatkattu mansikka-raparperipuuro (M,L)	Juustoinen kanakeitto (L,G) Tomaattiviipale Marjakiisseli	Borssikeitto (M,L,G) Persikkakiisseli	Juureskiusaus (L,G) Kaali-kurkkusalaatti	Kala-kasviskeitto (L,G) Tomaattiviipale Mustikkakiisseli	Riisiuunipuuro (G) Leikkele Maustekurkku Rusinakeitto
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 20.1.2020	Tiistai 21.1.2020	Keskiviikko 22.1.2020	Torstai 23.1.2020	Perjantai 24.1.2020	Lauantai 25.1.2020	Sunnuntai 26.1.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kolmenviljan puuro Juusto Omenatuoremehu	Kaurapuuro (M,L) Leikkele Marjasekoitus	Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Paprikasuikale	Riisipuuro (G) Leikkele Kurkkuviipale	Mannapuuro Leikkele Tomaattiviipale	Neljänviljanpuuro (M,L) Juusto Banaani	Ohrahiutalepuuro Leikkele Appelsiinituoremehu
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Sitruunainen kalavuo- ka (L,G) Perunat Jäävuori-mandariini- hernesalaatti	Tomaattinen linssi- kastike (M,L,G) Perunat Kiinankaali- kurkkusalaatti	Broilerpihvit (M,L) Currykastike (L,G) Perunasose (L,G) Porkkanat Punakaali- ananassalaatti	Lihakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Vatkattu mansikka- raparperipuuro (M,L)	Kaalilaatikko (M,L,G) Porkkanaraaste Puolukkasurvos	Uunisilakat (L,G) Munakastike (L) Perunat Kiinankaali- tomaattisalaatti	Lihahöystö (M,L) Perunat Jäävuori-ananassalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Perunavelli (L,G) Leikkele Kurkkuviipale Ruusunmarjakiisseli	Lihamakaronipata (M,L) Jäävuori-ananassalaatti Maitokiisseli (L,G)	Makkarakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Marjarahka (L,G)	Janssonin kiusaus (L,G) Punajuuri	Kanakeitto (M,L,G) Hedelmäsalaatti	Hyvä sosekeitto (L,G) Maksamakkara Maustekurkku Sitruunakiisseli	Makaronivelli Leikkele Kurkkuviipale Karpalokiisseli
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 27.1.2020	Tiistai 28.1.2020	Keskiviikko 29.1.2020	Torstai 30.1.2020	Perjantai 31.1.2020	Lauantai 1.2.2020	Sunnuntai 2.2.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kauralesepuuro Juusto Tomaattiviipale	Ohrahiutalepuuro Leikkele Omenatuoremehu	Ruishiutalevelli Juusto Marjasekoitus	Vehnä- kaurahiutalepuuro Leikkele Paprikasuikale	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Lehtisalaatti	Mannapuuro Juusto Appelsiinituoremehu	Kaurapuuro (M,L) Kananmuna Aprikoosisose
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Jauhelihakastike (M,L) Perunat Jäävuori-tomaatti- kurkkusalaatti	Sitruunainen kalaleike (M,L) Tillikastike (L) Perunasose (L,G) Kiinankaali- persikkasalaatti	Palermion pasta (L) Värikkäät porkkanat Jäävuori- mandariinisalaatti	Kasviskepkat (M,L,G) Juustokastike (L,G) Perunasose (L,G) Jäävuori-maissi- tomaattisalaatti	Juustoinen riistakeitto (L,G) Tomaatti, kurkku Vatkattu mansikka- raparperipuuro (M,L)	Jauhemaxapihvit (L,G) Sipulirenkaat Perunasose (L,G) Kaali-puolukkasalaatti	Burgundin lihapata (L) Perunat Kiinankaali- kurpitsasalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Broiler-vihanneskeitto (M,L,G) Paprikasuikale Mustaherukkakiisseli	Minestronekeitto (M,L) Mansikkakiisseli	Tomaattinen lihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Raparperikiisseli	Jauheliha- perunasosevuoka (L,G) Kiinankaali- hernesalaatti Vadelmakiisseli	Silakkalaatikko (L,G) Kurkkuviipale	Kasvissekeitto (L,G) Leikkele Maustekurkku Omenakiisseli	Nakkikeitto (M,L,G) Jäätelö
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 16.12.2019 – 9.2.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 3.2.2020	Tiistai 4.2.2020	Keskiviikko 5.2.2020	Torstai 6.2.2020	Perjantai 7.2.2020	Lauantai 8.2.2020	Sunnuntai 9.2.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Vehnähiutalepuuro (M,L) Leikkele Omenatuoremehu	Kaurapuuro (M,L) Leikkele Persikkasose	Monenviljanpuuro Juusto Paprikasuikale	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Kurkkuviipale	Vehnähiutalevelli Juusto Marjasekoitus	Kauralesepuuro Kananmuna Appelsiinituoremehu	Kolmenviljan puuro Leikkele Luumusose
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Kasvislasagnette (L) Porkkanat Vihersalaatti	Jauheliha-perunasoselaatikko (L,G) Kaali-kesäkurpitsa-sellerisalaatti	Tomaattinen uunikala (L,G) Perunat Kiinankaali- mandariini- hernesalaatti	Broiler-vihanneskeitto (M,L,G) Paprikasuikale Kaura-omenapaistos (M,L) Vaniljakastike (L,G)	Lihapyörykät (M,L) Tomaattikastike (M,L) Perunasose (L,G) Raastesalaatti	Janssonin kiusaus (L,G) Pavut Punajuuri-kurkku- omenasalaatti	Myllärin lihakastike (M,L) Perunat Kukkakaali Kaali- mandariinisalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
<i>Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa</i>						
<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>	<i>Päivällinen</i>
Liha-kasvispata (M,L,G) Kaali-tomaatti- purjosalaatti Persikkakiisseli	Pinaattikeitto (L) Kananmuna Silli Marjakiisseli	Makkarakeitto (M,L,G) Lehtisalaatti Vatkattu punaherukka- puuro (M,L)	Kaalipata (M,L,G) Jäävuori- tomaattisalaatti Puolukkasurvos	Ruisjauhoppuuro (M,L) Leikkele Tomaattiviipale Puolukkakeitto	Juustoinen kasviskeitto (L,G) Lihahyytelö Paprikasuikale Aprikoosikiisseli	Kalakeitto (L,G) Raparperi- vadelmakiisseli
<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>	<i>Iltapala</i>
<i>Päivittäin vaihtoehtoisesti puuroa/ jogurttia/ villiä/ marjakeittoa/ teetä, leipää ja leikkelettä</i>						

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavalioon, tuote on gluteeniton