

# HOIVAKOTIEN RUOKALISTA AJALLA 10.2. – 5.4.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 10.2.2020	Tiistai 11.2.2020	Keskiviikko 12.2.2020	Torstai 13.2.2020	Perjantai 14.2.2020	Lauantai 15.2.2020	Sunnuntai 16.2.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Omenatuoremehu	Ohrahiutalepuuro Leikkele Paprikasuikale	Vehnä- kaurahiutalepuuro 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>
Perhetilan kanapata (L,G) Perunat Perunat Kaali-kesäkurpitsa- omenasalaatti	Juustoinen riistakeitto (L,G) Tomaatti, kurkku Vatkattu puolukka- puuro (M,L)	Silakkapihvit (M,L) Pinaatti-yrtti- jogurttikastike (L,G) Peruna-porkkanasose (L,G) Kiinankaali- paprikasalaatti	Jauhelihakastike (M,L) Perunat Parsakaali Porkkana-vihersalaatti	Perunasoselaatikko Kiinankaali- mandariini- tomaattisalaatti Punajuuri	Maksalaatikko (L,G) Porkkanat Kaali-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) Kurkkuviipale Raparperi- mansikkakiisseli	Juureskiausaus (L,G) Kartanonsalaatti	Kanakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Mustikkakiisseli	Pinaattikeitto (L) Riisipiirakka Kananmuna Hedelmäsalaatti	Mestarin kalakeitto (L,G) Tomaattiviipale Vadelmakiisseli	Makkarakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Maitokiisseli (L,G)	Uuniohrapuuro Leikkele Tomaattiviipale Sekahedelmäkiisseli
<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 10.2. – 5.4.2020

Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 17.2.2020	Tiistai 18.2.2020	Keskiviikko 19.2.2020	Torstai 20.2.2020	Perjantai 21.2.2020	Lauantai 22.2.2020	Sunnuntai 23.2.2020
<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	Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Marjasekoitus	Mannapuuro Leikkele Persikkasose	Kaurapuuro (M,L) Juusto Appelsiinituoremehu	Monenviljanpuuro 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 Jäävuori-paprikasalaatti	Kasviskepukat (M,L,G) Juustokastike (L,G) Perunasose (L,G) Jäävuori-kesäkurpitsasalaatti	Liha-makaronilaatikko (L) Porkkanaraaste	Sitruunainen kalaleike (M,L) Kermaviilikastike (L,G) Perunat Kirpeäsalaatti	Kanakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Ohukkaat Hillo	Uunisilakat (L,G) Munakastike (L) 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>
Lihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Karpalokiisseli	Kalakeitto (L,G) Tomaattiviipale Ruusunmarjakiisseli	Kinkkukeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Hedelmärahka (L,G)	Kaalikeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Vatkattu punaherukka-puuro (M,L)	Juureskiusaus (L,G) Punajuuri-omenasalaatti	Jauhelihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Mustaherukkakiisseli	Makaronivelli Leikkele Lehtisalaatti Sitruunakiisseli
<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 10.2. – 5.4.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 24.2.2020	Tiistai 25.2.2020	Keskiviikko 26.2.2020	Torstai 27.2.2020	Perjantai 28.2.2020	Lauantai 29.2.2020	Sunnuntai 1.3.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Vehnä- kaurahiutalepuuro Leikkele Appelsiinituoremehu	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Banaani	Vehnähiutalevelli Leikkele Maustekurkku	Kolmenviljan puuro Juusto Marjasekoitus	Mannapuuro Leikkele Tomaattiviiipale	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>
Sitruunainen kalavuo- ka (L,G) Perunat Porkkanat Jäävuori-mandariini- hernesalaatti	Hernekeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Persikkakiisseli	Broilerkiusaus (L,G) Punakaali- kurkkusalaatti	Possukastike (M,L) Perunat Parsakaali Porkkana-kaalisalaatti	Kalakepukat (M,L,G) Tillikastike (L) Perunasose (L,G) 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>
Liha-perunalaatikko (M,L,G) Kaali-ananassalaatti Punaherukka- mansikkakiisseli	Kasvislasagnette (L) Punajuuri- omenasalaatti	Mestarin kalakeitto (L,G) Tomaattiviiipale Vatkattu mansikka- raparperipuuro (M,L)	Kanakeitto (M,L,G) Paprikasuikale Marjakiisseli	Tomaattinen lihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Mansikkakiisseli	Nakkikeitto (M,L,G) Maustekurkku Jäätelö	Uniohrapuuro Lihahyytelö Tomaattiviiipale 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 10.2. – 5.4.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 2.3.2020	Tiistai 3.3.2020	Keskiviikko 4.3.2020	Torstai 5.3.2020	Perjantai 6.3.2020	Lauantai 7.3.2020	Sunnuntai 8.3.2020
<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>
Pyttipannu (M,L,G) Kiinankaali- kurkkusalaatti Punajuuri	Juustoinen kirjolohi- keitto (L,G) Paprikasuikale Vatkattu punaherukka- puuro (M,L)	Uunimakkara (M,L,G) Ruskeakastike (M,L) Perunasose (L,G) Kukkakaali Porkkana-kaalisalaatti	Broilerpata kiinalaisit- tain (M,L,G) Riisit Vihreäsalaatti	Lasagnette (L) Parsakaali Porkkana-lantturaaste	Herttuansilakat (L) Peruna-porkkanasose (L,G) 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>
Jauhelihakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Ruusunmarjakiisseli	Merimiesvuoka (M,L,G) Kirpeäsalaatti	Kasvisminestrone (M,L) Leikkele Jääsalaatti Mustaherukka- banaanirahka (L,G)	Kalakeitto (L,G) Paprikasuikale Raparperikiisseli	Broiler-vihanneskeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Hedelmäkiisseli	Lammas-kaalipata (M,L,G) 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 10.2. – 5.4.2020

Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 9.3.2020	Tiistai 10.3.2020	Keskiviikko 11.3.2020	Torstai 12.3.2020	Perjantai 13.3.2020	Lauantai 14.3.2020	Sunnuntai 15.3.2020
<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	Ruishiutalepuuro (M,L) Leikkele Marjasekoitus	Monenviljanpuuro 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>
Kalkkuna-kasviskastike (L,G) Riisi-viljalisäke (M,L) Kaali-persikkasalaatti	Sitruunainen kalaleike (M,L) Kermaviilikastike (L,G) Perunasose (L,G) Pavut Kiinankaali-porkkanasalaatti	Kinkkukiusaus (L,G) Amerikansalaatti	Jauhelihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Ohukkaat (L) Hillo	Palermnon pasta (L) Porkkanat Punakaali-kurkkusalaatti	Lindströmin pihvi Ruskeakastike (M,L) Perunasose (L,G) Kaali-kesäkurpitsa-sellerisalaatti	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	Juustoinen kanakeitto (L,G) Kurkkuviipale Persikkakiisseli	Kasvisseikeitto (L,G) Leikkele Tomaattiviipale Vatkattu puolukka puuro (M,L)	Liha-perunalaatikko (M,L,G) Kaali-ananassalaatti	Kala-kasviskeitto (L,G) Tomaattiviipale Mustikkakiisseli	Juureskiausaus (L,G) Kiinankaali-tomaattisalaatti Marjakiisseli	Riisiunipuuro (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 10.2. – 5.4.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 16.3.2020	Tiistai 17.3.2020	Keskiviikko 18.3.2020	Torstai 19.3.2020	Perjantai 20.3.2020	Lauantai 21.3.2020	Sunnuntai 22.3.2020
<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>
Tomaattinen linssi- kastike (M,L,G) Perunat Kiinankaali- kurkkusalaatti	Perhetilan kana- juuresvuoka (L,G) Kukkakaali Vihersalaatti	Uunilohi (M,L,G) Tartarkastike (M,L,G) Perunasose (L,G) Jäävuori- kesäkurpitsasalaatti	Lihakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Vatkattu mansikka- raparperipuuro (M,L)	Broilerpihvit (M,L) Currykastike (L,G) Perunat Parsakaali Porkkanaraaste	Sinappisilakat (L,G) 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>
Lihamakaronipata (M,L) Jäävuori-ananassalaatti Ruusunmarjakiisseli	Makkarakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Maitokiisseli (L,G)	Kanakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Marjarahka (L,G)	Janssonin kiusaus (L,G) Punajuuri	Kaalikeitto (M,L,G) Kurkkuviipale 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 10.2. – 5.4.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 23.3.2020	Tiistai 24.3.2020	Keskiviikko 25.3.2020	Torstai 26.3.2020	Perjantai 27.3.2020	Lauantai 28.3.2020	Sunnuntai 29.3.2020
<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>
Bolognesekastike (M,L,G) Perunat Kaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti	Lohikiusaus (L,G) Porkkana- jäävuorisalaatti Punajuuri	Broilerkastike (L) Perunat Värikkäät porkkanat Herukkainen salaatti	Porkkanapihvit (M,L,G) Kinkkusipatti (L,G) Perunat Kiinankaali- papusalaatti	Kala-kasviskeitto (L,G) Kurkkuviipale Vatkattu puolukkapuuro (M,L)	Jauh maksapihvit (L,G) Sipulirenkaat (M,L,G) 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) Lehtisalaatti Mansikkakiisseli	Tomaattinen lihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Sitruunavaahto (L,G)	Juustoinen kanakeitto (L,G) Tomaattiviipale Vadelmakiisseli	Jauheliha- perunasosevuoka (L,G) Punajuuri- omenasalaatti	Kasvissosekeitto (L,G) Leikkele Maustekurkku Omenakiisseli	Nakkikeitto (M,L,G) Kurkkuviipale 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 10.2. – 5.4.2020



Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite

Maanantai 30.3.2020	Tiistai 31.3.2020	Keskiviikko 1.4.2020	Torstai 2.4.2020	Perjantai 3.4.2020	Lauantai 4.4.2020	Sunnuntai 5.4.2020
<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	Broilerkiusaus (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	Silakkalaatikko (L,G) Pavut Punajuuri-kurku- 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 punaherukkapuuro (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) Kurkkuviipale 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 ruokavaliioon, tuote on gluteeniton