

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 1

**Viikko 23**

Maanantai 06.06.2022	Tiistai 07.06.2022	Keskiviikko 08.06.2022	Torstai 09.06.2022	Perjantai 10.06.2022	Lauantai 11.06.2022	Sunnuntai 12.06.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Broilerviilokkia MA	Kalakeittoa LA, G	Sadonkorjuun pastapaistosta	Kalkkunakastiketta LA, G	Lihapyöryköitä MA	Kalamurekepihvejä LA	Tahitilaista broilerikastiketta L
Ohrahelmiä MA	Kurkkuviipaleita MA, G	Jäävuori-kurkku-maissisalaatt	Perunaa MA, G	Perunasosetta G	TAI	Tummaa riisiä MA, G
Jäävuori-kurkku-persikkasala	Pehtoorin perunalimppua MA		Jäävuori-meloni-kurkkusalaatt	Porkkanaraastetta MA, G	Kalamurekevuokaa LA	Jäävuori-kurkku-persikkasala
	Banaania			Kurkkusalaattia MA, G	Perunasosetta G	Vaniljajäätelöpikari
					Punajuurilohkoja MA, G	
					Tillikurkkua MA, G	
					Kuningatarkiisseliä MA, G	
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Lasagnettea LA	Makkarakastiketta MA	Jauhelihakeittoa MA, G	Kasvis-cappellivuokaa LA, *	Pinaattikeittoa LA	Nakkikastiketta MA	Kahden kalan kalakeittoa MA,
Kiinankaali-kurkku-tillisalaatt	Perunasosetta LA, G	Omenaa	Jäävuori-tomaatti-kurkkusala	Keitettyä kananmunaa MA, G	Perunaa MA, G	Perunarieskaa LA
	Porkkanaraastetta MA, G			Kirsikkatomaatteja MA, G	Kaali-etikkakurkku-tomaattisal	Tomaattiviiipaleita MA, G

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 2

**Viikko 24**

Maanantai 13.06.2022	Tiistai 14.06.2022	Keskiviikko 15.06.2022	Torstai 16.06.2022	Perjantai 17.06.2022	Lauantai 18.06.2022	Sunnuntai 19.06.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Broileripyöryköitä	Jauhelihakastiketta MA	Cappelipaistosta LA	Lihakeittoa MA, G	Lohiperunavuokaa LA, G	Palapaistia, MA	Kalakepukoita MA, G
Currykastiketta LA, G	Perunaa MA, G	Jäävuori-paprika-kurkkusalaat	Kurkkuviipaleita MA, G	Punajuuri-omenaraastetta MA	Perunaa MA, G	Kermaviilikastiketta LA, G
Perunaa MA, G	Porkkanaraastetta MA, G		Kauramuru-paistos, raparperi		Parsakaalia MA, G	Perunaa MA, G
Jäävuori-meloni-kurkkusalaatti			Vaniljakastiketta LA, G		Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaatti	Jäävuori-kurkku-hernesalaatti
					Hedelmäsalaattia MA, G	Mansikka-raparperi kiisseliä MA
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Tonnikala-pennevuokaa, LA	Makkarakeittoa MA, G	Kalakaupan emännän kalakei	Palvikiusausta LA, G	Tomaattikeittoa MA, G, *	Nakkikeittoa MA, G	Broilerikiusausta LA, G
Tomaattikuutioita MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Maksamakkaraa LA, G	Punajuuriviipaleita MA, G	Raejuustoa LA, G	Juustoa, Kerma LA, G	Jäävuori-kurkku-persikkasalaatti
		Tomaattiviipaleita MA, G	Kurkkusuikaleita MA, G	Ruukkusalaattia MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	
				Kurkkuviipaleita MA, G		

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 3

**Viikko 25**

Maanantai 20.06.2022	Tiistai 21.06.2022	Keskiviikko 22.06.2022	Torstai 23.06.2022	Perjantai 24.06.2022	Lauantai 25.06.2022	Sunnuntai 26.06.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Broileri-kasviskeittoa MA, G Paprikaa MA, G Tuorejuustoa LA, G Maalaissämpylää MA	Järvikalapuikkoja LA, G TAI Järvikalapihvejä LA, G Tartarkastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaraastetta MA, G	Makaronilaatikka LA Salaattisekoitus-kurkku-herne	Uunikirjolohta MA, G Varhaisperunaa MA, G Kermaviilikastiketta LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalae	Pyttipannua MA Jäävuori-kurkku-hernesalaatti	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruukkusalaattia MA, G Perunalimppua MA Mansikkakiisseliä MA, G	Kalkkuna-kasviskastiketta LA, Varhaisperunaa MA, G Kaali-kurkku-tomaattisalaattia Jäätelöä LA, G
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Kasvispihvejä MA, G, * Kermaperunoita LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalae	Jauheliihakastiketta MA Spagettia MA Tomaatti-kurkkusalaattia MA,	Broileri-kasviskeittoa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Tuorejuustoa LA, G	Kesäkeittoa LA, G Riisipirakka LA Munavoita MA, G Vesimelonia MA, G	Grillimakkaraa Perunasalaattia TAI Perunasosetta LA, G Kirsikkatomaatteja MA, G	Cappelipaistosta LA Kurkku-hernetuoresalaattia M.	Juusto-kasviskeittoa LA, G, * Paprikaa MA, G

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 4

**Viikko 26**

Maanantai 27.06.2022	Tiistai 28.06.2022	Keskiviikko 29.06.2022	Torstai 30.06.2022	Perjantai 01.07.2022	Lauantai 02.07.2022	Sunnuntai 03.07.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauheliha-perunavuokaa LA, *	Kahden kalan kalakeittoa MA, *	Uunimakkaraa MA, G	Jauhelihakeittoa MA, G	Kasvispastapaistosta LA	Broileriviilokkia MA	Jauhelihapihvejä MA, G
Kaali-kurkku-paprikamixsalaa	Kurkkuviipaleita MA, G	Perunasosetta LA, G	Juustoa, Edam LA, G	Tomaatti-sipulisalaattia MA, G	Varhaisperunaa MA, G	Pippurikastiketta LA, G
	Ruisräppi leipää MA	Porkkanaraastetta MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G		Kaali-ananas-paprikasalaattia	Varhaisperunaa MA, G
	Mandariinia	Kurkkusalaattia MA, G	Omenaa		Jäätelöä ja marjasurvosta	Jäävuori-maissi-paprikasalaat Mansikkakiisseliä MA, G
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Kasvisseikeittoa LA, G, *	Jauhelihakastiketta MA	Juusto-broilerkeittoa LA, G	Palvikiusausta LA, G	Lihakeittoa MA, G	Tonnikala-pennevuokaa, LA	Kahden kalan kalakeittoa MA,
Grahamlihapiirakkaa LA	Spagettia MA	Omenaa	Jäävuori-paprika-kurkkusalaa	Juustoa, Edam LA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa	Perunarieskaa LA
Banaania	Kaali-kurkku-tomaattisalaattia			Kurkkuviipaleita MA, G		Omenaa

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 5

**Viikko 27**

Maanantai 04.07.2022	Tiistai 05.07.2022	Keskiviikko 06.07.2022	Torstai 07.07.2022	Perjantai 08.07.2022	Lauantai 09.07.2022	Sunnuntai 10.07.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Härkäwokkia MA, G	Jauheliaperunasoselaattiko:	Lihapyöryköitä MA	Kasvispihvejä MA, G, *	Juusto-broilerkeittoa LA, G	Jauhelihakeittoa MA, G	Siikapihvejä MA, G
Tummaa riisiä MA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusala:	Pippurikastiketta LA, G	Perunasosetta LA, G	Paprikkaa MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Kermaviilikastiketta LA, G
Kaali-ananas-paprikasalaattia		Varhaisperunaa MA, G	Punajuuri-porkkanasalaattia	Maalaissämpylää MA	Ruukkusalaattia MA, G	Varhaisperunaa MA, G
		Kesäporkkanoita MA, G			Perunalimppua MA	Jäävuori-kurkku-hernesalaatti
		Puolukkasurvosta MA, G			Ohukaiset	Vadelmakiisseliä MA, G
					Kuningatarhilloketta	
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Makaronilaatikka LA	Nakkikeittoa MA, G	Värikästä kasviskastiketta LA,	Kinkkukastiketta LA	Lohiperunavuokaa LA, G	Cappelipaistosta LA	Broilerinugetteja LA
Jäävuori-paprika-kurkkusala:	Kasvistasku LA	Fusillitäysjyväpastaa	Varhaisperunaa MA, G	Punajuuriviipaleita MA, G	Kiinankaali-kurkku-ananassa:	Lohkoperunoita MA, G
		Jäävuori-tomaatti-kurkkusala:	Kaali-ananas-paprikasalaattia			Tomaatti-kurkkusalaattia MA,

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 6

**Viikko 28**

Maanantai 11.07.2022	Tiistai 12.07.2022	Keskiviikko 13.07.2022	Torstai 14.07.2022	Perjantai 15.07.2022	Lauantai 16.07.2022	Sunnuntai 17.07.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Appelsiinibroileria LA, G Varhaisperunaa MA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Pehtoorin perunalimppua MA Banaania	Mausteista jauhelihakastiketta Spagettia MA Porkkana-hernesalaattia MA,	Kalkkuna-kasviskastiketta LA, Varhaisperunaa MA, G Jäävuori-meloni-kurkkusalaat	Kebabkiusausta LA, G Kaali-kurkku-maissisalaattia M	Kalamurekepihvejä LA TAI Kalamurekevuokaa LA Perunasosetta G Punajuurilohkoja MA, G Tillikurkkua MA, G Kuningatarkiisseliä MA, G	Tahitilaista broilerikastiketta L Tummaa riisiä MA, G Jäävuori-kurkku-persikkasalaat Vaniljajäätelöpikari
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Lasagnettea LA Kiinankaali-kurkku-tillisalaattia	Makkarakastiketta MA Perunasosetta LA, G Porkkanaraastetta MA, G	Punajuuri-tattarihihvejä Maitokastiketta Varhaisperunaa MA, G Parsakaalia MA, G	Kasvis-cappellivuokaa LA, * Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat	Pinaattikeittoa LA Grahamlihapirakkaa LA Kirsikkatomaatteja MA, G	Nakkikastiketta MA Varhaisperunaa MA, G Kaali-etikkakurkku-tomaattisal	Kahden kalan kalakeittoa MA, Perunarieskaa LA Tomaattiviipaleita MA, G

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 7

**Viikko 29**

Maanantai 18.07.2022	Tiistai 19.07.2022	Keskiviikko 20.07.2022	Torstai 21.07.2022	Perjantai 22.07.2022	Lauantai 23.07.2022	Sunnuntai 24.07.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauhelihakastiketta MA	Cappelipaistosta LA	Broileriviilokkia MA	Lohiperunavuokaa LA, G	Jauhelihakeittoa MA, G	Palapaistia, MA	Kalakepukoita MA, G
Varhaisperunaa MA, G	Jäävuori-paprika-kurkkusalaat	Varhaisperunaa MA, G	Punajuuri-porkkanasalaattia M	Kurkkuviipaleita MA, G	Varhaisperunaa MA, G	Varhaisperunaa MA, G
Porkkana-ananasraastetta M/		Punakaali-mustaherukkasalaat		Ruiskiekkoleipää MA	Parsakaalia MA, G	Kermaviilikastiketta LA, G
				Jäätelöä LA, G	Kaali-kurkku-tomaattisalaattia	Jäävuori-kurkku-hernesalaatti
					Hedelmäsalaattia MA, G	Mansikka-raparperiisseliä M
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Broileripyöryköitä	Makkarakeittoa MA, G	Kalakaupan emännän kalakei	Tomaattikeittoa MA, G, *	Mifu-kasvis-pastapaistosta LA	Nakkikeittoa MA, G	Broilerikiusausta LA, G
Currykastiketta LA, G	Juustoa, Edam LA, G	Maksamakkaraa LA, G	Raejuustoa LA, G	Jäävuori-paprika-kurkkusalaat	Juustoa, Kerma LA, G	Jäävuori-kurkku-persikkasalaat
Varhaisperunaa MA, G		Tomaattiviipaleita MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G		Kurkkuviipaleita MA, G	
Jäävuori-meloni-kurkkusalaat			Ruukkusalaattia MA, G			
			Perunalimppua MA			

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 8

**Viikko 30**

Maanantai 25.07.2022	Tiistai 26.07.2022	Keskiviikko 27.07.2022	Torstai 28.07.2022	Perjantai 29.07.2022	Lauantai 30.07.2022	Sunnuntai 31.07.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Broileri-kasviskeittoa MA, G	Silakkapihvejä	Makaronilaatikkoa LA	Kesäkeittoa LA, G	Makkarakastiketta MA	Lohimurekepihvejä MA, KA	Kalkkuna-kasviskastiketta LA,
Paprikaa MA, G	Tartarkastiketta LA, G	Tomaatti-kurkku-salaattisekoii	Riisipiirakka LA	Varhaisperunaa MA, G	Kermaviilikastiketta LA, G	Varhaisperunaa MA, G
Tuorejuustoa LA, G	Varhaisperunaa MA, G	Munavoita MA, G	Munavoita MA, G	Kukkakaali-kurkku-ananassa:	Varhaisperunaa MA, G	Kiinankaali-tomaatti-raejuusto
Maalaissämpylää MA	Porkkanaraastetta MA, G	Banaania			Punajuuri-porkkana-omenara:	Jäätelötuutti LA
					Mansikkakiisseliä MA, G	
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Kasvispihvejä MA, G, *	Lihapyöryköitä MA	Broileri-kasviskeittoa MA, G	Kirjolahikiusausta	Lihakeittoa	Cappeliipaistosta LA	Juusto-kasviskeittoa LA, G, *
Kermaperunoita LA, G	Perunasosetta LA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Punajuurilohkoja MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Kurkku-hernetuoresalaattia M.	Paprikaa MA, G
Jäävuori-tomaatti-kurkkusala:	Kurkkusalaattia MA, G	Tuorejuustoa LA, G	Kurkkusuikaleita MA, G	Tuorepala MA, G		
	Tomaattikuutioita MA, G					

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 9

**Viikko 31**

Maanantai 01.08.2022	Tiistai 02.08.2022	Keskiviikko 03.08.2022	Torstai 04.08.2022	Perjantai 05.08.2022	Lauantai 06.08.2022	Sunnuntai 07.08.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauheliha-perunavuokaa LA, G, *	Kalakaupan emännän kalakei	Uunimakkaraa MA, G	Jauhelihakeittoa MA, G	Lasagnettea LA	Broileriviilokkia MA	Jauhelihapihvejä MA, G
Jäävuori-paprika-kurkkusalaa	Kurkkuviipaleita MA, G	Perunasosetta LA, G	Juustoa, Edam LA, G	Tomaatti-sipulisalaattia MA, G	Varhaisperunaa MA, G	Pippurikastiketta LA, G
	Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G		TAI	Varhaisperunaa MA, G, raaka
	Ruisräppi leipää MA	Kurkkusalaattia MA, G	Luomu ruisleipää MA		Tummaa riisiä MA, G	Jäävuori-maissi-paprikasalaat
	Mandariinia				Kaali-ananas-paprikasalaattia	Mansikkakiisseliä MA, G
					Jäätelöä ja marjasurvosta	
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Kasvissosekeittoa LA, G, *	Jauhelihakastiketta MA	Juusto-broilerkeittoa LA, G	Palvikiusausta LA, G	Lihakeittoa MA, G	Tonnikala-pennevuokaa, LA	Kahden kalan kalakeittoa MA,
Grahamlihapiirakkaa LA	Varhaisperunaa MA, G	Omenaa	Jäävuori-paprika-kurkkusalaa	Juustoa, Edam LA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa	Perunarieskaa LA
Banaania	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa			Kurkkuviipaleita MA, G		Omenaa

Kokopäivähoito, Nuoret, kesä 2022  
6.6. - 14.8.2022

<b>Ruokalista</b>	3
<b>06.06.2022 - 14.08.2022</b>	sivu 10

**Viikko 32**

Maanantai 08.08.2022	Tiistai 09.08.2022	Keskiviikko 10.08.2022	Torstai 11.08.2022	Perjantai 12.08.2022	Lauantai 13.08.2022	Sunnuntai 14.08.2022
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Broilerviilokkia MA	Merimiespihviä MA, G	Järvikalapuikkoja LA, G	Makkarakeittoa MA, G	Chili con polloa, MA, G	Kalamurekepihvejä LA	Tahitilaista broilerikastiketta L
Perunaa MA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalat	Perunasosetta LA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Tortillaa MA	TAI	Tummaa riisiä MA, G
Kiinankaali-tomaatti-kurkkusalat		Punajuuri-omenaraastetta MA	Juustoa, Edam LA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalat	Kalamurekevuokaa LA	Jäävuori-kurkku-persikkasalata
			Maalaissämpylää MA	Salaattijuustoa LA, G	Perunasosetta G	Vaniljajäätelöpikari
			Banaania	Jalapenoja MA, G	Punajuurilohkoja MA, G	
				Perunaa MA, G	Tillikurkkua MA, G	
					Kuningatarkiisseliä MA, G	
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Lasagnettea LA	Jauhelihakastiketta MA	Kalakeittoa LA, G	Kasviskusausta LA, *	Pinaattikeittoa LA	Nakkikastiketta MA	Kahden kalan kalakeittoa MA,
Kiinankaali-kurkku-tillisalaattia	Perunasosetta LA, G	Omenaa	Kiinankaali-tomaatti-raejuusto	Keitettyä kananmunaa MA, G	Perunaa MA, G	Perunarieskaa LA
	Porkkanaraastetta MA, G			Kirsikkatomaatteja MA, G	Kaali-etikkakurkku-tomaattisal	Tomaattiviipaleita MA, G