

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 1

Viikko 33

Maanantai 15.08.2022	Tiistai 16.08.2022	Keskiviikko 17.08.2022	Torstai 18.08.2022	Perjantai 19.08.2022	Lauantai 20.08.2022	Sunnuntai 21.08.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu ohrahiutalevelliä Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu neljänviljanpuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta MA Perunaa MA, G Kesäporkkanoita MA, G Kaalikurkku-paprikamixsalaat Aprikoosikiisseliä MA, G	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maksamakkaraa LA, G Vatkattua punaherukkapuuro Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusalaattia MA, G Puolukkasurvosta MA, G Mustikkakiisseliä MA, G	Uunimakkaraa MA, G JA / TAI Mustamakkaraa LA Ruskeaa kastiketta LA, G Perunasosetta LA, G Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusalaattia MA, G JA / TAI Puolukkasurvosta MA, G Mustikkakiisseliä MA, G	Broileriviilokkia MA Perunaa MA, G JA / TAI Ohrahelmiä MA Parsakaalia MA, G Mustaerukkahilloa MA, G Jäävuori-punakaali-persikkas Puolukkakiisseliä MA, G	Lasagnettea LA TAI Pottilohkoa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Jäävuori-kurkku-hernesalaatti Mangorahkaa, LA, G	Sianlihakastiketta MA Perunaa MA, G Uunijuureksia MA, G Kurkkuista salaattia MA, G Vadelma-kaurahiutalepuuroa	Uunikirjolohta MA, G Tillikastiketta LA, G Perunasosetta LA, G Porkkanaviipaleita MA, G Coleslawsalaattia LA, G Jäätelöä LA, G
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, keksejä Kuningatarrahaa, LA	Kahvia, tuulomantorttua	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, marjapiirakkaa
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Porkkana-palsternakkasoseke Raejuustoa LA, G	Kaalijauhelihalaatikka MA Puolukkasurvosta MA, G	Pinaattikeittoa LA Riisipiirakka LA Munavoita MA, G	Sydänystävän lesepuuroa LA Leikkelettä, kinkku MA, G	Kalakeittoa LA, G Leikkelettä, kinkkumakkara M	Riisipuuroa G Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 2

Viikko 34

Maanantai 22.08.2022	Tiistai 23.08.2022	Keskiviikko 24.08.2022	Torstai 25.08.2022	Perjantai 26.08.2022	Lauantai 27.08.2022	Sunnuntai 28.08.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu neljänviljanpuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu ohrahiutalepuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu vehnähiutalepuuroa, n Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Härkäwokkia MA, G Kauralisäketta, MA, G JA / TAI Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Porkkana-kurkku-maissiraitas Jogurttia VL, G	Nakkistroganoffia LA Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Kiinankaali-tomaatti-kurpitsas: Marjakeittoa MA, G	TexMexvuokaa LA, G Parsakaalia-keltaista porkkan: Jäävuori-tomaatti-kurkkusalae Vadelmakiisseliä MA, G	Särkisen kalapöyryköitä LA, C Tillikastiketta LA, G Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA Aurinkokiisseliä MA, G	Juusto-broilerkeittoa LA, G Paprikaa MA, G Lihahyytelöä MA, G Kauramuru-omenapaistosta M Vaniljakastiketta LA, G	Lohiperunavuokaa LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA Mansikka-raparperivispipuuro	Karjalanpaistia MA, G Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Sienisalaattia G Marjakiisseliä MA, G Kermavaahtoa G, LA
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, kääretorttua	Kahvia, keksejä Puolukkarahkaa LA, G	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, muffini	Kahvia, omenapiirakkaa
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvissosekeittoa LA, G, * Keitettyä kananmunaa MA, C	Broilerikiusausta LA, G Tomaattikuutioita MA, G	Ruispuolukkapuuroa MA Leikkelettä, kinkku MA, G	Lihakeittoa MA, G Juustoa, Kerma LA, G	Pyttipannua MA Maustekurkkukuutioita MA, G	Riisipuuroa G Leikkelettä, kinkkumakkara M	Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 3

Viikko 35

Maanantai 29.08.2022	Tiistai 30.08.2022	Keskiviikko 31.08.2022	Torstai 01.09.2022	Perjantai 02.09.2022	Lauantai 03.09.2022	Sunnuntai 04.09.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon	Luomu neljänviljanpuuroa, m	Pajalanpuuroa	Luomu ohrahiutalevelliä	Luomu vehnähiutalepuuroa, n	Viili tai luomupuuro	Viili tai luomupuuro
Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te
Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua
Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Savukanakiusausta LA, G	Kalakeittoa LA, G	Mausteista jauhelihakastiketta	Hernekeittoa MA, G	Lihapyöryköitä MA	Maksapihvejä	Sitruunainen uunikala LA, G
Lämpimiä kasviksia MA, G	Leikkelettä, kinkkumakkara M	Perunaa MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Pippurikastiketta LA, G	Ruskeaa kastiketta LA, G	Perunasosetta
Kaali-kurkku-paprikamixsalaa	Maustekurkkuviipaleita MA, G	JA / TAI	Kurkkuviipaleita MA, G	Perunasosetta LA, G	Perunaa MA, G	Lämpimiä kasviksia MA, G
Punaherukkakiisseliä MA, G	Talkkunahyvettä LA	Spagettia MA	Pannukakkua	Lämpimiä kasviksia MA, G	Värikästä porkkanasekoitusta	Punajuuri-omenaraastetta MA
		Porkkana-hernesalaattia MA,	Mansikkasurvosta MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Puolukkasurvosta MA, G	Jäätelöä LA, G
		Lämpimiä kasviksia MA, G		Mansikka-raparperikiisseliä M	Appelsiiniikiisseliä MA, G	
		Päärynäkiisseliä MA, G				
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, keksejä	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, kääretorttua	Kahvia, kuningatartorttua
			Persikkarahkaa LA, G			
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Nakkikeittoa MA, G	Jauheliuhaperunasoselaatikko:	Sydänystävän lesepuuroa LA	Merimiespihviä MA, G	Pinaattikeittoa LA	Uuniriisipuuroa G	Mannapuuroa
Juustoa, Kerma LA, G	Punajuurikuutioita MA, G	Leikkelettä, kinkku MA, G	Kurpitsasalaattia MA, G	Keitettyä kananmunaa MA, G	Mehukeittoa MA, G	Leikkelettä, kinkku MA, G
					Leikkelettä, kinkkumakkara M	
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose
Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä
Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 4

Viikko 36

Maanantai 05.09.2022	Tiistai 06.09.2022	Keskiviikko 07.09.2022	Torstai 08.09.2022	Perjantai 09.09.2022	Lauantai 10.09.2022	Sunnuntai 11.09.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu ohrahiutalepuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu neljänviljanpuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kalkkunakastiketta LA, G Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Jäävuori-meloni-kurkkusalaatti Mustaherukkakiisseliä MA, G	Cappelipaistosta LA Lämpimiä kasviksia MA, G Salaattisekoitus-kurkku-herne Suklaakiisseliä LA, G	Makkarakastiketta MA Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Kukkakaali-kurkku-ananassalaatti Mansikkakiisseliä MA, G	Jauhelihakeittoa MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Mustikkakukkoa MA Vaniljakastiketta LA, G	Lohiperunavuokaa LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuuri-porkkanasalaattia M Ananas-mandariinikiisseliä M	Lindströmin pihvejä LA Ruskeaa kastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaviipaleita MA, G Italiansalaattia MA Marjarahkaa LA, G	Palapaistia, MA Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Kurkkuraastesalaattia Puolukkakiisseliä MA, G Kermavaahtoa G, LA
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, keksejä Persikkarahkaa LA, G	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, kääretorttua	Kahvia, mokkaruutu
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kalakeitto, Kalakaupan emäni Maustekurkkuviipaleita MA, G	Lihakeittoa MA, G Juustoa, Kerma LA, G	Ohrapuuroa Mehukeittoa MA, G Leikkelettä, kinkkumakkara M	Maksalaatikkoo LA Puolukkasurvosta MA, G	Kesäkeittoa LA, G Riisipiirakka LA Munavoita MA, G	Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G	Riisipuuroa G Leikkelettä, kalkkuna MA, G
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 5

Viikko 37

Maanantai 12.09.2022	Tiistai 13.09.2022	Keskiviikko 14.09.2022	Torstai 15.09.2022	Perjantai 16.09.2022	Lauantai 17.09.2022	Sunnuntai 18.09.2022
Aamiainen Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa Punajuuri-porkkanasalaattia M	Aamiainen Luomu ohrahiutalepuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Luomu vehnähiutalepuuroa, n Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas Broileri-kasviskeittoa MA, G Paprikaa MA, G Juustoa, Kerma LA, G Jogurttirahkaa LA, G	Lounas Kalamurekevuokaa LA Pinaattikastiketta Perunasosetta LA, G Kaali-punajuurisalaattia MA, C Purjosiippua MA, G Ruusunmarjakiisseliä MA, G	Lounas Makaronilaatikkoa LA Lämpimiä kasviksia MA, G Porkkana-hernesalaattia MA, Marjakiisseliä MA, G	Lounas Kaalikäryleitä MA, G Ruskeaa kastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaviipaleita MA, G Puolukkasurvosta MA, G Maitokiisseliä, LA Vadelmahilloa MA, G	Lounas Makkarakeittoa MA, G Friseesalaattia MA, G Maustekurkkuviipaleita MA, G Pannukakkua TAI Pannukakkua, Rahka-vanilja Omenahilloa MA, G	Lounas Maksahöystöä Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Puolukka-omenasalaattia MA, Sitruunamoussea LA, G	Lounas Sitruunaista siika-lohivuokaa I Maitokastiketta Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuurisalaattia LA, G Vitamiiniikiisseliä MA, G Kermavaahtoa G, LA
Päiväkahvi Kahvia, pullapitkoa LA	Päiväkahvi Kahvia, kuivakakkua	Päiväkahvi Kahvia, pullapitkoa LA	Päiväkahvi Kahvia, keksejä Kuningatarrahaa, LA	Päiväkahvi Kahvia, pullapitkoa LA	Päiväkahvi Kahvia, kääretorttua	Päiväkahvi Kahvia, omenapiirakkaa
Päivällinen Lihaperunasoselaatikkoa LA, Tomaattiviipaleita MA, G	Päivällinen Juuessosekeittoa LA, G, * Raejuustoa LA, G	Päivällinen Lihakeittoa MA, G Juustoa, Kerma LA, G	Päivällinen Ohrapuuroa Leikkelettä, kinkkumakkara M	Päivällinen Janssoninkiusausta LA, G Punajuurikuutioita MA, G	Päivällinen Luomu neljänviljanpuuroa, m Keitettyä kananmunaa MA, G Silliä G	Päivällinen Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G
Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 6

Viikko 38

Maanantai 19.09.2022	Tiistai 20.09.2022	Keskiviikko 21.09.2022	Torstai 22.09.2022	Perjantai 23.09.2022	Lauantai 24.09.2022	Sunnuntai 25.09.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu ohrahiutalevelliä Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu neljänviljanpuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta MA Perunaa MA, G Kesäporkkanoita MA, G Kaalikurkku-paprikamixsalaat Aprikoosikiisseliä MA, G	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maksamakkaraa LA, G Vatkattua punaherukkapuuro Puolukkasurvosta MA, G	Uunimakkaraa MA, G JA / TAI Mustamakkaraa LA Ruskeaa kastiketta LA, G Perunasosetta LA, G Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusalaattia MA, G JA / TAI Puolukkasurvosta MA, G Mustikkakiisseliä MA, G	Broileriviilokkia MA JA / TAI Ohrahelmiä MA Perunaa MA, G Parsakaalia MA, G Jäävuori-punakaali-persikkas Musta-herukkahilloa MA, G Mansikkakiisseliä MA, G	Lasagnettea LA TAI Pottilohkoa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Jäävuori-kurkku-hernesalaatti Mangorahkaa, LA, G	Sianlihakastiketta MA Perunaa MA, G Uunijuureksia MA, G Kurkkuista salaattia MA, G Vadelma-kaurahiutalepuuroa	Uunikirjolohta MA, G Tillikastiketta LA, G Perunasosetta LA, G Porkkanaviipaleita MA, G Coleslawsalaattia LA, G Jäätelöä LA, G
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, keksejä Kuningatarrahaa, LA	Kahvia, tuulomantorttua	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, marjapiirakkua
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Porkkana-palsternakkasoseke Raejuustoa LA, G	Kaalijauhelihalaatikka MA Puolukkasurvosta MA, G	Pinaattikeittoa LA Riisipiirakka LA Munavoita MA, G	Pastanttipuuroa MA Voita G Lihahyytelöä MA, G	Kalakeittoa LA, G Leikkelettä, kinkkumakkara M	Riisipuuroa G Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 7

Viikko 39

Maanantai 26.09.2022	Tiistai 27.09.2022	Keskiviikko 28.09.2022	Torstai 29.09.2022	Perjantai 30.09.2022	Lauantai 01.10.2022	Sunnuntai 02.10.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu neljänviljanpuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu ohrahiutalepuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu vehnähiutalepuuroa, n Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kiinalaista possupataa MA, G Tummaa riisiä MA, G JA / TAI Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Porkkana-kurkku-maissiraitas Jogurttia VL, G	Laukkamakkaraa Ruskeaa kastiketta LA, G Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Kiinankaali-tomaatti-kurpitsas: Marjakeittoa MA, G	Kanakebabvuokaa LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa Vadelmakiisseliä MA, G	Kalamurekepihvejä LA Tillikastiketta LA, G Perunasosetta G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA Aurinkokiisseliä MA, G	Juustobroilerikeittoa LA, G Paprikaa MA, G Lihahyytelöä MA, G Kauramuru-omenapaistosta M Vaniljakastiketta LA, G	Lohiperunavuokaa LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA Mansikka-raparperivispipuuro	Karjalanpaistia MA, G Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Sienisalaattia G Marjakiisseliä MA, G Kermavaahtoa G, LA
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, kääretorttua	Kahvia, keksejä Puolukkarahkaa LA, G	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, muffini	Kahvia, omenapiirakkaa
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvissosekeittoa LA, G, * Keitettyä kananmunaa MA, C	Broilerikiusausta LA, G Tomaattikuutioita MA, G	Ruispuolukkapuuroa MA Leikkelettä, kinkku MA, G	Lihakeittoa MA, G Juustoa, Kerma LA, G	Pyttipannua MA Maustekurkkukuutioita MA, G	Riisipuuroa G Leikkelettä, kinkkumakkara M	Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 8

Viikko 40

Maanantai 03.10.2022	Tiistai 04.10.2022	Keskiviikko 05.10.2022	Torstai 06.10.2022	Perjantai 07.10.2022	Lauantai 08.10.2022	Sunnuntai 09.10.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon	Luomu neljänviljanpuuroa, m	Pajalanpuuroa	Luomu ohrahiutalevelliä	Luomu vehnähiutalepuuroa, n	Viili tai luomupuuro	Viili tai luomupuuro
Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te	Leipää, margariinia, kahvia, te
Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua	Täysmehua
Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa	Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Savukanakiusausta LA, G	Kalakeittoa LA, G	Mausteista jauhelihakastiketta	Hernekeittoa MA	Jauhelihapihvejä MA, G	Makkarakeittoa MA, G	Sitruunainen uunikala LA, G
Lämpimiä kasviksia MA, G	Leikkelettä, kinkkumakkara M	Lämpimiä kasviksia MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Pippurikastiketta LA, G	Juustoa, Edam LA, G	Perunasosetta
Kaali-kurkku-paprikamixsalaa	Maustekurkkuviipaleita MA, G	Perunaa MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Perunasosetta LA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Lämpimiä kasviksia MA, G
Punaherukkakiisseliä MA, G	Talkkunahyvettä LA	JA / TAI	Pannukakkua	Porkkanaraastetta MA, G	Omena-riisipuuroa MA, G	Punajuuri-omenaraastetta MA
		Spagettia MA	Mansikkasurvosta MA, G	Mansikka-raparperikiisseliä M		Jäätelöä LA, G
		Porkkana-hernesalaattia MA,				
		Päärynäkiisseliä MA, G				
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, keksejä	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, kääretorttua	Kahvia, kuningatartorttua
			Persikkarahkaa LA, G			
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Nakkikeittoa MA, G	Jauhelihaperunasoselaatikko	Sydänystävän lesepuuroa LA	Merimiespihviä MA, G	Pinaattikeittoa LA	Spelttihelmpuuroa	Mannapuuroa
Juustoa, Kerma LA, G	Punajuurikuutioita MA, G	Leikkelettä, kinkku MA, G	Kurpitsasalaattia MA, G	Keitettyä kananmunaa MA, G	Mehukeittoa MA, G	Leikkelettä, kinkku MA, G
					Leikkelettä, kinkkumakkara M	
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose	Viili / jogurtti / hedelmäsose
Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä	Leipää, margariinia, leikkelettä
Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa	Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 9

Viikko 41

Maanantai 10.10.2022	Tiistai 11.10.2022	Keskiviikko 12.10.2022	Torstai 13.10.2022	Perjantai 14.10.2022	Lauantai 15.10.2022	Sunnuntai 16.10.2022
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu ohrahiutalepuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu neljänviljanpuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kalkkunakastiketta LA, G Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Jäävuori-meloni-kurkkusalaatti Mustaherukkakiisseliä MA, G	Cappelipaistosta LA Lämpimiä kasviksia MA, G Salaattisekoitus-kurkku-herne Omenakiisseliä, MA, G	Makkarakastiketta MA Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Kukkakaali-kurkku-ananassalaatti Mansikkakiisseliä MA, G	Jauhelihakaalikeittoa MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Mustikkakukkoa MA Vaniljakastiketta LA, G	Lohiperunavuokaa LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuuri-porkkanasalaattia M Ananas-mandariinikiisseliä M	Lindströmin pihvejä LA Ruskeaa kastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaviipaleita MA, G Italiansalaattia MA Marjarahkaa LA, G	Palapaistia, MA Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Kurkkuraastesalaattia Puolukkakiisseliä MA, G Kermavaahtoa G, LA
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, keksejä Puolukkarahkaa LA, G	Kahvia, pullaa talon tapaan	Kahvia, kuivakakkua	Kahvia, pullapitkoa LA	Kahvia, kääretorttua	Kahvia, mokkaruutu
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kalakeitto, Kalakaupan emäni Maustekurkkuviipaleita MA, G	Jauheliha-perunavuokaa LA, G Punajuurikuutioita MA, G	Ohrapuuroa Mehukeittoa MA, G Leikkelettä, kinkkumakkara M	Maksalaatikkoo LA Puolukkasurvosta MA, G	Kesäkeittoa LA, G Riisipiirakka LA Munavoita MA, G	Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G	Riisipuuroa G Leikkelettä, kalkkuna MA, G
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa

Vanhusten ruokalista, Syksy 2022/1
15.8. - 23.10.2022

Ruokalista	1
15.08.2022 - 23.10.2022	sivu 10

Viikko 42

Maanantai 17.10.2022	Tiistai 18.10.2022	Keskiviikko 19.10.2022	Torstai 20.10.2022	Perjantai 21.10.2022	Lauantai 22.10.2022	Sunnuntai 23.10.2022
Aamiainen Luomu kaurapuuroa, maitoon Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa Punajuuri-porkkanasalaattia M	Aamiainen Luomu ohrahiutalepuuroa, m Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Pajalanpuuroa Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Luomu vehnähiutalepuuroa, n Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa	Aamiainen Viili tai luomupuuro Leipää, margariinia, kahvia, te Täysmehua Leikkelettä tai juustoa
Lounas Broileri-kasviskeittoa MA, G Paprikaa MA, G Juustoa, Kerma LA, G Jogurttirahkaa LA, G	Lounas Kalamurekevuokaa LA Pinaattikastiketta Perunaa MA, G Kaali-punajuurisalaattia MA, C Purjosiippua MA, G Ruusunmarjakiisseliä MA, G	Lounas Makaronilaatikkoa LA Lämpimiä kasviksia MA, G Porkkana-hernesalaattia MA, Marjakiisseliä MA, G	Lounas Kaalikäryleitä MA, G Ruskeaa kastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaviipaleita MA, G Puolukkasurvosta MA, G Maitokiisseliä, LA Vadelmahilloa MA, G	Lounas Makkarakeittoa MA, G Friseesalaattia MA, G Maustekurkkuviipaleita MA, G Pannukakkua TAI Pannukakkua, Rahka-vanilja Omenahilloa MA, G	Lounas Maksahöystöä Perunaa MA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Puolukka-omenasalaattia MA, Sitruunamoussea LA, G	Lounas Mantelikalaa LA Maitokastiketta Perunasosetta LA, G Lämpimiä kasviksia MA, G Punajuurisalaattia LA, G Vitamiiniikiisseliä MA, G Kermavaahtoa G, LA
Päiväkahvi Kahvia, pullapitkoa LA	Päiväkahvi Kahvia, kuivakakkua	Päiväkahvi Kahvia, pullapitkoa LA	Päiväkahvi Kahvia, keksejä Kuningatarrahaa, LA	Päiväkahvi Kahvia, pullapitkoa LA	Päiväkahvi Kahvia, kääretorttua	Päiväkahvi Kahvia, omenapiirakkaa
Päivällinen Lihaperunasoselaatikkoa LA, Tomaattiviipaleita MA, G	Päivällinen Juuessosekeittoa LA, G, * Raejuustoa LA, G	Päivällinen Lihakeittoa MA, G Juustoa, Kerma LA, G	Päivällinen Ohrapuuroa Leikkelettä, kinkkumakkara M	Päivällinen Janssoninkiusausta LA, G Punajuurikuutioita MA, G	Päivällinen Luomu neljänviljanpuuroa, m Keitettyä kananmunaa MA, G Silliä G	Päivällinen Mannapuuroa Leikkelettä, kinkku MA, G
Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa	Iltaapala Viili / jogurtti / hedelmäsose Leipää, margariinia, leikkelettä Mehukeittoa