


Päiväkotien ja koulujen kiertävä ruokalista KEVÄT 2012 vko 2,8, 14,20
RUOKALISTA MUUTOKSET MAHDOLLISIA

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	RUOKALISTA VIIKKO:
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutale-puuro	4-viljanpuuro	Kaakao	Päiväkodeissa ja kouluissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> myös marja- tai hedelmäsosetta ja vihanneksia Hoitolaitoksissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> kahvi tai tee, puuro, marja- tai hedelmäsosetta leikkele ja mehu <u>Iltapalalla</u> kahvi tai tee, voileipä tai viili tai jogurtti ja mehu tai hedelmä.
Lounas	Nakkistroganov -perunat -pastasalaatti	Jauheliuhakeitto -pehmeäleipä Marjakiisseli	Koululaisen kirjolohikiusaus -juuresraaste	Lihapulla-kastike -perunat -kaalisalaatti	Ananasbroileri-vuoka -mustaherukkahillo -tuoresalaatti	
Välipala	Omena-kanelikiisseli	Mustikkarahka	Hedelmäsalaatti	Ohukaiset+hillo	Karjalanpiirakka	

Vanhusten-, hoitolaitosten- ja työpaikkaruokailun kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutale-puuro	Pajalanpuuro	Ohrahiutale-puuro	Mannavelli	Helmivelli
Lounas	Nakkistroganov -perunat -pastasalaatti -kasvisgratiini -tuoresalaatti Omena-kanelikiisseli	Jauheliuhakeitto -pehmeäleipä - leikkele ja vihanneksivati Marjakiisseli	Kirjolohikiusaus -haudutettu punajuuri -porkkanaraaste -herne-munasalaatti Hedelmäsalaatti	Lihapullat -kastike -perunat -kaalisalaatti -välimerensalaatti -lämmin kasvis Kahvi+leivonnainen	Ananasbroileri-vuoka -mustaherukkahillo -tuoresalaatti -feta-katkarapu-salaatti Hämmästyshuttu	Smetanasilakat -perunasose -lämmin kasvis -tuoresalaatti Omenapiirakka	Possunfile -kastike -perunat -lämmin kasvis -rosolli, kastike Sekahedelmäkiisseli
Päiväkahvi	Korppu tai pipari	Pulla	Piirakka	Kuivakakku	Pitko	Kääretorttu	Piirakka
Päivällinen	Helmipuuro hillo	Porkkanalaatikko Mustikkarahka	Kaalikeitto Mansikkakiisseli	Vatkattu ruis-puolukkapuuro Karjalanpiirakka	Pyttipannu Päärynä+kinuskikastike	Mannapuuro Mustikkakeitto	Riisipuuro Vadelmakeitto



Päiväkotien ja koulujen kiertävä ruokalista KEVÄT 2012 vko 3,9,15,21 RUOKALISTA MUUTOKSET MAHDOLLISIA

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	RUOKALISTA VIIKKO:
Aamupala	Kaurapuuro	Murot	Vehnähiutale-puuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutale-puuro	Päiväkodeissa ja kouluissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>ateriolla</u> . <u>Aamupalalla</u> myös marja- tai hedelmäsosetta ja vihanneksia Hoitolaitoksissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> kahvi tai tee, puuro, marja- tai hedelmäsosetta leikkele ja mehu <u>Iltapalalla</u> kahvi tai tee, voileipä tai viili tai jogurtti ja mehu tai hedelmä.
Lounas	Palapaisti -perunat -lämmin kasvis -vihersalaatti	Kalapihvi tai pyörykät -kermaviilikastike -perunasose -porkkanaraaste	Merimespihvi -punajuuri -salaatti	Hernekeitto -pehmeäleipä Pannukakku-hillo	Paprikabroilerikastike -riisi tai perunat -kaalisalaatti	
Välipala	Mustikkakiisseli	Aprikoosi vispipuuro	Marjarahka	Lihapiirakka	Mansikkakiisseli	

Vanhusten-, hoitolaitosten ja työpaikkaruokailun kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutalepuuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutalepuuro	Mannavelli	Helmivelli
Lounas	Palapaisti -perunat -lämmin kasvis -vihersalaatti -venäläinensilli Mustikkakiisseli	Kalapihvi tai pyörykät -pinaattikastike -perunasose -porkkanaraaste -broilerisalaatti Aprikoosi-vispipuuro	Merimiespihvi -smetanapunajuuri -tuoresalaatti -juustosalaatti Marjarahka	Hernekeitto -leikkele-vihannesvati Pannukakku-hillo	Paprikabroilerikastike -perunat -riisi -kaalisalaatti -kinkkusalaatti	Kirjolohikeitto -tuoreleipä -lihahyytelö -vihannesvati Kerroskiisseli	Burgurdinpata -perunat tai sose -lämmin kasvis -italiasalaatti Jäätelö
Päiväkahvi	Korppu tai pipari	Pulla	Piirakka	Kuivakakku	Pitko	Kääretorttu	Piirakka
Päivällinen	Kasvissosekeitto Pasteija	Veriohukaiset Vanukas	Uunipuuro Mehukeitto	Kasvispaistos Hedelmä	Mustikkapuuro Juustopiirakka	Kinkkukiusaus Luumuhilloke	Ohrapuuro Marjakeitto



Päiväkotien ja koulujen kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

vko 4,10, 16,22

RUOKALISTA MUUTOKSET MAHDOLLISIA

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	<i>RUOKALISTA VIIKKO:</i>
Aamupala	Kaakao	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutale-puuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutale-puuro	Päiväkodeissa ja kouluissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> myös marja- tai hedelmäsosetta ja vihanneksia
Lounas	Makkarakeitto -tuoreleipä Hedelmäkiisseli	Kinkkukastike -perunat -salaatti	Kalapuikot -kermaviilikastike -perunasose -juuresraaste	Broileri- yrttikastike -riisi tai perunat -salaatti	Jauhelihaperuna- suikalelaatikko -punajuurisalaatti	Hoitolaitoksissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> kahvi tai tee, puuro, marja- tai hedelmäsosetta leikkele ja mehu
Välipala	Mustikka- vispipuuro	Pannukakku+hillo	Vadelmakiisseli	Karjalanpiirakka	Hedelmärahka	<u>Iltapalalla</u> kahvi tai tee, voileipä tai viili tai jogurtti ja mehu tai hedelmä.

Vanhusten -, hoitolaitosten- ja työpaikkaruokailun kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutalepuuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutalepuuro	Mannavelli	Helmivelli
Lounas	Makkarakeitto -tuoreleipä -vihannes ja leikkeleväti Hedelmäkiisseli	Kinkkukastike -perunat -haud.punajuuret -tuoresalaatti -silli-muna Jäätelö marjakastike	Silakkapihvit -munakastike -perunasose -juuresraaste - sinappi- tillikurkut Vadelmakiisseli	Broileri-yrttikastike - perunat -vihannesriisi -tuoresalaatti -tomaatti- sipulisalaatti Kahvi+leivonnainen	Jauhelihaperuna- suikalelaatikko -punajuuri- salaatti -waldorfinsalaatti -lämmin kasvis Hedelmärahka	Maksastroganof -perunat -tuoresalaatti - puolukkahillo -kartanosalaatti Paahtokiisseli	Lihamureke -perunasose -lammin kasvis -punajuurisalaatti Boysenmarjakiisseli
Päiväkahvi	Korppu tai pipari	Pulla	Piirakka	Kuivakakku	Pitko	Kääretorttu	Piirakka
Päivällinen	Kalavuoka Mustikka- vispipuuro	Parsakeitto Pannukakku	Nakit Perunasalaatti	Kaalilaatikko Appelsiinikiisseli	Mannapuuro Mustikkakeitto	Kesäkeitto Puolukkahyve	Riisipuuro Sekahedelmäkiisseli



Päiväkotien ja koulujen kiertävä ruokalista KEVÄT 2012 vko 5, 11,17,

RUOKALISTA MUUTOKSET MAHDOLLISIA

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	RUOKALISTA VIIKKO:
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutale-puuro	Murot	Ohrahiutale-puuro	Päiväkodeissa ja kouluissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> myös marja- tai hedelmäsosetta ja vihanneksia Hoitolaitoksissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> kahvi tai tee, puuro, marja- tai hedelmäsosetta leikkele ja mehu <u>Iltapalalla</u> kahvi tai tee, voileipä tai viili tai jogurtti ja mehu tai hedelmä.
Lounas	Makkarakastike -perunat -tuoresalaatti	Pinaattiohukaiset (päiväkodeissa myös perunasose) -puolukkahillo -kinkkusalaatti	Lihamakaroni-laatikko -juuresraaste	Kalakeitto -pehmeäleipä Vispipuuro	Jauhelihapihvi -kermaperunat -lämmin kasvis -tuoresalaatti	
Välipala	Vaniljakiisseli	Mustikkarahka	Ruusunmarjakiisseli	Pizza	Jogurtti	

Vanhusten,- hoitolaitosten- ja työpaikkaruokailun kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutalepuuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutalepuuro	Mannavelli	Helmivelli
Lounas	Makkarakastike -perunat -lämmin kasvis -tuoresalaatti -tomaatti-sipulisalaatti Vaniljakiisseli	Kaalikärryleet -perunat -kastike -puolukkahillo -kinkkusalaatti -lämmin kasvis Mustikkarahka	Lihamakaroni-laatikko -juuresraaste -lämmin kasvis -anjovissalaatti Ruusunmarjakiisseli	Kalakeitto -pehmeäleipä -vihannesleikkeleväti Puolukka-vispipuuro	Jauhelihapihvi -kermaperunat -tuoresalaatti -keittiömestarin-salaatti Luumuhyve	Janssoninkiusaus -pikkuporkkanat -punajuurisalaatti -tuoresalaatti Rusinakeitto	Rosepippuri-porsas -perunasose -lämminkasvis -tuoresalaatti Appelsiiniiriisi
Päiväkahvi	Korppu tai pipari	Pulla	Piirakka	Kuivakakku	Pitko	Kääretorttu	Piirakka
Päivällinen	Kukkakaalikeitto Omenapaistos	Pinaattiohukkaat Hedelmäkiisseli	Omena-riisipuro Lihapiirakka	Makkarapihvi Perunasose Hedelmä	Kasviskeitto Mansikkakiisseli	Makaronivelli Pizzapala	Riisipuuro Mehukeitto



Päiväkotien ja koulujen kiertävä ruokalista KEVÄT 2012 vko 6,12,18, RUOKALISTA MUUTOKSET MAHDOLLISIA

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	RUOKALISTA VIIKKO:
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutale-puuro	Kauramurot	Kaakao	Päiväkodeissa ja kouluissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> myös marja- tai hedelmäsosetta ja vihanneksia Hoitolaitoksissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> kahvi tai tee, puuro, marja- tai hedelmäsosetta leikkele ja mehu <u>Iltapalalla</u> kahvi tai tee, voileipä tai viili tai jogurtti ja mehu tai hedelmä
Lounas	Nakkikeitto -pehmeäleipä Suklaakiisseli	Yrttikala -perunasose -porkkanaraaste	Nuudeli- broilerivuoka -kaali-persikka-salaatti	Naudanlihakastike -perunat -tuoresalaatti	Jauhelihamureke -kastike -perunat -kukkakaalisalaatti	
Välipala	Lihapiirakka	Samettipuuro	Mansikkakiisseli	Marjarahka	Kerroskiisseli	

Vanhusten-, hoitolaitosten- ja työpaikkaruokailun kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutalepuuro	Mannavelli	Helmivelli
Lounas	Nakkikeitto -pehmeäleipä -vihannes- leikkelevati Suklaakiisseli	Yrttikala -perunasose -porkkanaraaste -smetana-punajuuret -broilerisalaatti Samettipuuro	Broilerikiusaus -herukkahillo -pekonipapu -kaali-persikka-salaatti -katkarapu-juusto-salaatti Mansikkakiisseli	Naudanliha-kastike -perunat -tuoresalaatti -fetasalaatti -lämmin kasvis Marjarahka	Jauhelihamureke -kastike -perunat kesäkurpitsa-wokki -kukkakaalisalaatti -perunasalaatti Kerroskiisseli	Kaalilaatikko -perunat -hunajaporkkanat -muna ja silli -puolukkahillo Persikkarahka	Karjalanpaisti -perunasose -tuoresalaatti -lanttukuutiot tai survos Karpalokiisseli
Päiväkahvi	Korppu tai pipari	Pulla	Piirakka	Kuivakakku	Pitko	Kääretorttu	Piirakka
Päivällinen	Kasviskiusaus Hedelmä	Pyttipannu Vanukas	Juureskeitto Omena- pannukakku	Mustamakkara Perunasose Puolukkahillo	Maitopuuro Rusinakeitto	Pinaattikeitto Kaurapaistos ja vaniljakastike	Riisipuuro Mustikkakeitto



Päiväkotien ja koulujen kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

vko 1,7,13,19,

RUOKALISTA MUUTOKSET MAHDOLLISIA

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	RUOKALISTA VIIKKO:
Aamupala	Kaurapuuro	Murot	Vehnähiutalepuuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutalepuuro	Päiväkodeissa ja kouluissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> myös marja- tai hedelmäsosetta ja vihanneksia Hoitolaitoksissa: Leipä, levite ja ruokajuoma <u>aterioilla</u> . <u>Aamupalalla</u> kahvi tai tee, puuro, marja- tai hedelmäsosetta leikkele ja mehu <u>Iltapalalla</u> kahvi tai tee, voileipä tai viili tai jogurtti ja mehu tai hedelmä
Lounas	Jauhelihakastike -spagetti -vihersalaatti	Kasvissosekeitto - pehmeäleipä Grahamliha- piirakka	Tonnikala - lasagnette -salaatti -punajuuri	Uunimakkara -perunasose -salaatti	Talontapaan päivä	
Välipala	Karjalanpiirakka	Marjakiisseli	Hedelmärahka	Banaani	Talontapaan	

Vanhusten -, hoitolaitosten- ja työpaikkaruokailun kiertävä ruokalista KEVÄT 2012

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Kaurapuuro	Ruishiutale-puuro	Vehnähiutalepuuro	4-viljanpuuro	Ohrahiutalepuuro	Mannavelli	Helmivelli
Lounas	Jauhelihakastike -perunat - spagetti -vihersalaatti -tonnikalasalaatti -lämminkasvis Appelsiiniiriisi	Kaalikeitto -pehmeäleipä -leikkele - ja vihannesvati Marjakiisseli	Silakkalaatikko -porkkanaraaste -kalkkunasalaatti -lämminkasvis Hedelmärahka	Uunimakkara -perunasose -paistettusipuli -tuoresalaatti -kinkku-pastasalaatti Pannacotta	Talontapaan päivä	Lihakeitto -vihannes- ja leikkelevati -tuoreleipä Pannukakku+hillo	Paistettu kirjolohi -perunat -lämminkasvis -tuoresalaatti -maustekurkku Jäätelö
Päiväkahvi	Korppu tai pipari	Pulla	Piirakka	Kuivakakku	Talontapaan	Kääretorttu	Piirakka
Päivällinen	Kinkkumunakas Hedelmäsalaatti	Lihaperunasose- laatikko Keksi	Ohrapuuro Hillo	Kalakeitto Raparperiikiisseli	Talontapaan	Maksalaatikko -puolukkahillo Mandariinipaloja	Riisipuuro Mansikkakeitto