

Palvelukeskusten ruokalista viikoille 12-16

Sydänmerkki-aterioita tarjotaan 3-5 kertaa viikossa. Muutokset mahdollisia raaka-aine saatavuuksista johtuen.

Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
vk 12	16.3. Lounas: Kasvispihvejä, perunoita ja juustokastiketta, Sekamarjakiisseliä. Päivällinen: Broilerikeittoa.	17.3. Lounas: Siskonmakkarakeittoa, Puolukkavispipuuroa. Päivällinen: Samettista kurpitsakeittoa.	18.3. Lounas: Merimieslaatikkoa, Trooppista hedelmäkiisseliä. Päivällinen: Lempeää savulohikeittoa.	19.3. Lounas: Kaalipataa, perunoita ja maitokiisseliä hillolla. Päivällinen: Nakkikeittoa.	20.3. Lounas: Ceddar kalaa, pinaatti-perunasosetta ja ruusunmarjamansikkakiisseliä. Päivällinen: Jauhelihakeittoa.	21.3. Lounas: Talon tapaan. Päivällinen: Mannapuuroa.	22.3. Lounas: Jauhelihakiusausta, jäätelöä. Päivällinen: Riisipuuroa, sekahedelmäkeittoa.
vk 13	23.3. Lounas: Currybroilerikastiketta, perunoita ja kuningatar-kiisseliä. Päivällinen: Sei-vihanneskeittoa.	24.3. Lounas: Hernekeittoa, pannukakkua hillolla. Päivällinen: Makkarakeittoa.	25.3. Lounas: Lohi-pastavuokaa, mansikka-raparperi-kiisseliä. Päivällinen: Juustoista jauhelihakeittoa.	26.3. Lounas: Riistakäristystä, Perunasosetta ja tyrni-appelsiini-kiisseliä. Päivällinen: Maitoperunat.	27.3. Lounas: Uunimakkaraa, perunasosetta ja sekamarjakiisseliä. Päivällinen: Lapinkeittoa.	28.3. Lounas: Seikeittoa, rahkaa. Päivällinen: Mannapuuroa.	29.3. Lounas: Broileri-kasvisvuokaa, marjat ja kastiketta. Päivällinen: Riisipuuroa, rusinasoppaa.
vk 14	30.3. Lounas: Jokamiehen kalaa, perunoita ja persikka-vadelmakiisseliä. Päivällinen: Rössykeittoa.	31.3. Lounas: Lapinkeittoa, marjahyvettä. Päivällinen: Kasvisnakkikeittoa.	1.4. Lounas: Lasagnettea, mango-ananaskiisseliä. Päivällinen: Kesäkeittoa.	2.4. Lounas: Porkkanaohukaiset, Perunasosetta ja vadelmakiisseliä. Päivällinen: Samettista kalakeittoa.	3.4. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita ja sitrus-porkkanakiisseliä. Päivällinen: Talon tapaan.	4.4. Lounas: Riistakeittoa, marjat ja kastiketta. Päivällinen: Mannapuuroa.	5.4. Palmusunnuntai. Lounas: Liha-kasvisvuokaa, hedelmäsalattia. Päivällinen: Riisipuuroa, luumusoppaa.
vk 15	6.4. Malkamaanantai. Lounas: Makkarakastiketta, perunoita ja hedelmäkiisseliä. Päivällinen: Kolmen kalan keittoa.	7.4. Tikutiistai. Lounas: Jauhelihakeittoa, pääsiäisrahkaa. Päivällinen: Bataattikeittoa.	8.4. Kellokeskiviikko. Lounas: Broilerikiusausta, mustikkakiisseliä. Päivällinen: Talontapaan.	9.4. Kiirastorstai. Lounas: Lammaspyörköitä, perunasosetta ja mansikkakiisseliä. Päivällinen: Säilykelihakeittoa.	10.4. Pitkäperjantai. Lounas: Karjalanpaistia karitsalla, mämmiä. Päivällinen: Pinaattikeittoa kananmunalla.	11.4. lankalauantai. Lounas: Lohikeittoa, hedelmäsalattia. Päivällinen: Mannapuuroa.	12.4. Pääsiäispäivä. Lounas: Currybroilerikastiketta, perunasosetta, pashaa. Päivällinen: Riisipuuroa, Aprikoosikiisseliä.
vk 16	13.4. Lounas: Valkosipuli-ryttilammaspihvejä, perunasosetta ja mämmiä. Päivällinen: Lihakeittoa.	14.4. Lounas: Lohikeittoa, hedelmävahtoa. Päivällinen: Kasvisosekeittoa.	15.4. Lounas: Kinkkukiusausta, mansikkakiisseliä. Päivällinen: Helmiäispuuroa.	16.4. Lounas: Broileripihvejä, Perunoita ja Omena-kanelikiisseliä. Päivällinen: Jauhelihakeittoa.	17.4. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita ja marjoja ja kastiketta. Päivällinen: Kesäkeittoa.	18.4. Lounas: Broileri-kasviskeittoa, tyrnikiisseliä. Päivällinen: Mannapuuroa.	19.4. Lounas: Riistakiusausta, hedelmäsalattia. Päivällinen: Riisipuuroa, rusinasoppaa.