

Kotipalveluaterian ruokalista viikoille 27-31

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

Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
vk 27	29.6. Lounas: Kasvispyöryköitä, perunoita ja juustokastiketta. sekamarjakiisseliä.	30.6. Lounas: Makkarakeittoa. ruis-puolukkapuuroa.	1.7. Lounas: Juustoista lihavuokaa. trooppista hedelmäkiisseliä.	2.7. Lounas: Kaalikääryleitä, perunoita. suklaakiisseliä/vaniljakiisseliä/maitokiisseliä hillolla.	3.7. Lounas: Mantelikalaa, pinaatti-perunasosetta. ruusunmarja-mansikkakiisseliä.	4.7. Lounas: Siskonmakkarakeittoa ja mustikkakiisseliä.	5.7. Lounas: Kaalilaatikkaa ja vanukasta.
vk 28	6.7. Lounas: Currybroilerikastiketta, perunoita. Kuningatarkiisseliä.	7.3. Lounas: Hernekeittoa. Pannukakkua hillolla.	8.7. Lounas: Lohi-pastavuokaa. Mansikka-raparperikiisseliä.	9.7. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta. Tyrni-appelsiiniikiisseliä.	10.7. Lounas: Uunimakkaraa, juuresosetta. Sekamarjakiisseliä.	11.7. Lounas: Kolmen kalan keittoa ja rahkaa.	12.7. Lounas: Jauhelihapihvejä, kermaperunoita ja ruusunmarjakiisseliä.
vk 29	13.7. Lounas: Jokapojan kalaa, perunoita. Persikka-vadelmakiisseliä.	14.7. Lounas: Lapinkeittoa. Marjahyvettä.	15.7. Lounas: Makaronilaatikkaa. Mango-ananaskiisseliä.	16.7. Lounas: Pinaattiohukaisia, Perunasosetta. Vadelmakiisseliä.	17.7. Lounas: Broileri-kasviskastiketta, perunoita tai riisiä. Sitrus-porkkanakiisseliä.	18.7. Lounas: Jauhelihakeittoa ja vispipuuroa.	19.7. Lounas: Silakkalaatikkaa, perunasosetta ja mustikkakiisseliä.
vk 30	20.7. Lounas: Nakkikastiketta, perunoita. raparperikiisseliä.	21.7. Lounas: Lihakeittoa. marjarahkaa.	22.7. Lounas: Broileri-pastavuokaa. Mustikkakiisseliä.	23.7. Lounas: Silakkapihvejä, perunasosetta. ruusunmarja-mandariiniikiisseliä.	24.7. Lounas: Stroganoffia, perunoita. mansikkakiisseliä.	25.7. Lounas: Riistakeittoa ja riisi fruttia.	26.7. Lounas: Jauheliha-perunasoselaatikkaa, tyrni-appelsiiniikiisseliä.
vk 31	27.7. Lounas: Lihapyöryköitä, perunasosetta. mango-appelsiiniikiisseliä.	28.7. Lounas: Lohikeittoa. hedelmävaahtoa.	29.7. Lounas: Kinkkukiusausta. mansikkakiisseliä.	30.7. Lounas: Broilerimurekettä, perunoita. omena-kanelikiisseliä.	31.7. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita. marjat ja kastiketta.	1.8. Lounas: Makkarakeittoa ja kuningatarkiisseliä.	2.8. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta ja jogurttia.

Ruokaa koskevat asiat, ma-pe klo 6-14, puh: 044 439 3790