

Kotipalveluaterian ruokalista viikoille 37-41

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

Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
vk 37	13.9. Lounas: Kasvispyöryköitä, perunoita ja juustokastiketta. Sekamarjakiisseliä.	14.9. Lounas: Rössykeittoa. Puolukkavispipuuroa.	15.9. Lounas: Juustoista lihavuokaa. Mango-appelsiiniikiisseliä.	16.9. Lounas: Kaalikärryleitä, perunoita. Maitokiisseliä hillolla.	17.9. Lounas: Bordelaisen kalaa, pinaatti-perunasosetta. Ruusunmarja-mansikkakiisseliä.	18.9. Lounas: Siskonmakkarakeittoa Mustikkakiisseliä.	19.9. Lounas: Kinkkukiusaus Vanukasta.
vk 38	20.9. Lounas: Broileri-kasviskastiketta, perunoita tai riisiä. Kuningatarkiisseliä.	21.9. Lounas: Hernekeittoa. Pannukakkua hillolla.	22.9. Lounas: Lohi-perunavuokaa. Mansikka-raparperikiisseliä.	23.9. Lounas: Riistakäristystä, perunasosetta. Tyrni-appelsiiniikiisseliä.	24.9. Lounas: Uunimakkaraa, perunasosetta. Sekamarjakiisseliä.	25.9. Lounas: Kolmen kalan keittoa Rahkaa.	26.9. Lounas: Jauhelihapihvejä, kermaperunoita Makuviihiä.
vk 39	27.9. Lounas: Jokamiehen kalaa, perunoita. Persikka-vadelmakiisseliä.	28.9. Lounas: Lapinkeittoa. Marjahyvettä.	29.9. Lounas: Makaronilaatikkaa. Mango-ananaskiisseliä.	30.9. Lounas: Veriohukaisia, Perunasosetta. Mustikkakiisseliä.	1.10. Lounas: Rosee broilerikastiketta, perunoita tai riisiä. Sitrus-porkkanakiisseliä.	2.10. Lounas: Jauhelihakeittoa Vispipuuroa.	3.10. Lounas: Silakkalaatikkaa Jogurttia.
vk 40	4.10. Lounas: Makkarakastiketta, perunoita. Raparperikiisseliä.	5.10. Lounas: Lihakeittoa. Marjarahkaa.	6.10. Lounas: Broilerikiusaus. Vadelmakiisseliä.	7.10. Lounas: Silakkapihvejä, perunasosetta. Ruusunmarjakiisseliä.	8.10. Lounas: Possun lihakastiketta, perunoita. Appelsiiniikiisseliä.	9.10. Lounas: Rössykeittoa Risi fruttia.	10.10. Lounas: Kaalilaatikko Viiliä.
vk 41	11.10. Lounas: Lindströmin pihvejä, perunasosetta. Ruusunmarja-mandariiniikiisseliä.	12.10. Lounas: Lohikeittoa. Hedelmävaahtoa.	13.10. Lounas: Jauhelihakiusausta. Mansikkakiisseliä.	14.10. Lounas: Broilerimurekettä, perunoita. Omena-kanelikiisseliä.	15.10. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita. Marjat ja kastiketta.	16.10. Lounas: Makkarakeittoa Mustikkakiisseliä.	17.10. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta Risi fruttia.

Hyvä kotihoidon asiakas ateriaperuutukset/muutokset tulee tehdä soittamalla oman kotihoidon puhelimeen.

Muussa tapauksessa soita
puh. 040 135 8568 klo 8–13.30 välisenä aikana.