

Sairaalan ja palvelukeskusten osastojen ruokalista viikoille 42 - 46

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

Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
vk 42	17.10. Lounas: Kalastajan pyöryköitä, perunoita. Päivällinen: Aurinkoista broilerikeittoa ja per- sikka-vadelmakiisseliä.	18.10. Lounas: Possu-juureskeittoa ja Jäätelöä. Päivällinen: Bataatti- keittoa ja marjahyvettä.	19.10. Lounas: Lasagnetta Päivällinen: Samettista kalakeittoa ja mango-ananaskiisse- liä.	20.10. Lounas: Veriohukaisia, perunasosetta. Päivällinen: Jauheliha- keittoa ja mustikkakiis- seliä.	21.10. Lounas: Curry broilerikastiketta, perunoita. Päivällinen: Makkara- keittoa ja sitrus-porkka- nakiisseliä.	22.10. Lounas: Lohi-perunalaatikkoa. Päivällinen: Mannapuuroa, seka- marjakiisseliä.	23.10. Lounas: Palapaistia, perunasosetta ja hedel- mäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa ja mansikkakiisseliä.
vk 43	24.10. Lounas: Jauhelihakastiketta, pe- runoita. Päivällinen: Pehmeää broilerikeittoa ja raparperiikiisseliä.	25.10. Lounas: Lihakeittoa ja marjarah- kaa. Päivällinen: Kala-juureskeittoa ja hedelmää.	26.10. Lounas: Broilerikiusausta. Päivällinen: Rössykeittoa ja vadel- makiisseliä.	27.10. Lounas: Silakkapihvejä, peruna- sosetta. Päivällinen: Juustoista jauhelihakeittoa ja ruu- sunmarjakiisseliä.	28.10. Lounas: Possun lihakastiketta, perunoita. Päivällinen: Pinaattikeit- toa kananmunalla ja appelsiiniikiisseliä.	29.10. Lounas: Jauheliha-peruna- soselaatikkoa. Päivällinen: Mannapuuroa ja kunin- gatarkiisseliä.	30.10. Lounas: Rosee broilerikastiketta, perunasosetta ja jääte- löä. Päivällinen: Riisipuuroa ja luomusoppaa.
vk 44	31.10. Lounas: Lihamureketta, peruna- sosetta. Päivällinen: Kasvissekeittoa ja mansikkakiisseliä.	1.11. Lounas: Lohikeittoa ja hedelmävahtoa. Päivällinen: Possu-juureskeittoa ja hedelmää.	2.11. Lounas: Kebabkiusausta. Päivällinen: 4-viljan puuroa ja vadelma-päärynäkiisse- liä.	3.11. Lounas: Broileripyöryköitä, pe- runoita. Päivällinen: Siskonmakkarakittoa ja omina-kanelikiisseliä.	4.11. Lounas: Härkää pippurikastik- keessa, perunoita. Päivällinen: Seikeittoa ja marjat ja kastiketta.	5.11. Lounas: Broileri-kasviskiusausta. Päivällinen: Mannapuuroa ja tyrniikiisseliä.	6.11. Lounas: Karjalan- paistia, perunasosetta ja hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa ja rusinasoppaa.
vk 45	7.11. Lounas: Mantelikalaa, pinaatti- perunasosetta. Päivällinen: Possu-juureskeittoa ja ruusunmarja-mansik- kakiisseliä.	8.11. Lounas: Pehmeää broilerikeit- toa ja mustikka-gra- hampuroa. Päivällinen: Samettista kurpitsakeittoa ja he- delmää.	9.11. Lounas: Juustoista lihavuokaa. Päivällinen: Lempeää savulohikeittoa ja mango-appelsiini- kiisseliä.	10.11. Lounas: Kasvispihvejä, peru- noita. Päivällinen: Kalkkuna-currykeittoa ja sekamarjakiisseliä.	11.11. Lounas: Kaalipataa, perunoita. Päivällinen: Nakkikeit- toa ja vaniljakiisseliä hillolla.	12.11. Lounas: Kasviskiusausta. Päivällinen: Manna- puuroa ja marjat.	13.11. Lounas: Lihakastiketta, peruna- sosetta ja jäätelöä. Päivällinen: Riisipuu- roa ja sekahedelmä- keittoa.
vk 46	14.11. Lounas: Broileri-kasviskasti- ketta, perunoita. Päivällinen: Sei-vihanneskeittoa ja kuningatarkiisseliä.	15.11. Lounas: Hernekeittoa ja pan- nukakkua hillolla. Päivällinen: Makkara- keittoa ja hedelmä.	16.11. Lounas: Lohi-pastavuokaa. Päivällinen: Veh- näpuuroa maitoon ja mansikka-raparperi- kiisseliä.	17.11. Lounas: Karja- lanpaistia, peruna- sosetta. Päivällinen: Kolmen ka- lan keittoa ja tyrni-appelsiini- kiisseliä.	18.11. Lounas: Uunimakkaraa, juures- sosetta. Päivällinen: Juustoista jauhelihakeittoa ja se- kamarjakiisseliä.	19.11. Lounas: Tonnikalakiusausta. Päivällinen: Mannapuuroa ja ruu- sunmarjakiisseliä.	20.11. Lounas: Rosee broilerikasti- ketta, perunasosetta ja marjat ja kastiketta. Päivällinen: Riisipuu- roa ja aprikoosikiisse- liä.