

Sairaalan osastojen ruokalista viikoille 12-16

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 12	16.3. Lounas: Kasvispihvejä, perunoita ja juustokastiketta. Päivällinen: Broilerikeittoa, Sekamarjakiisseliä.	17.3. Lounas: Siskonmakkarakeittoa, Puolukkavispipuuroa. Päivällinen: Samettista kurpitsakeittoa, hedelmää.	18.3. Lounas: Merimieslaatikkoa. Päivällinen: Lempeää savulohikeittoa, troopista hedelmäkiisseliä.	19.3. Lounas: Kaalipataa, perunoita. Päivällinen: Nakkikeittoa, maitokiisseliä hillolla.	20.3. Lounas: Ceddar-kalaa, pinaatti-perunasosetta. Päivällinen: Kalkkuna-currykeittoa, ruusunmarja-mansikkakiisseliä.	21.3. Lounas: Kasviskuisausta. Päivällinen: Lapinkeittoa, hedelmäsalaattia.	22.3. Lounas: Lihakastiketta, perunasosetta, jäätelöä. Päivällinen: Riisipuuroa, sekahedelmäkeittoa.
vk 13	23.3. Lounas: Currybroilerikastiketta, perunoita. Päivällinen: Sei-vihanneskeittoa, kuningatarkiisseliä.	24.3. Lounas: Hernekeittoa, pannukakkua hillolla. Päivällinen: Makkara-keittoa, hedelmä.	25.3. Lounas: Lohi-pastavuokaa. Päivällinen: Juustoista jauheliuhakeittoa, mansikka-raparperiikiisseliä.	26.3. Lounas: Riistakäristystä, perunasosetta. Päivällinen: Mannapuuroa, tyrni-appelsiiniikiisseliä.	27.3. Lounas: Uunimakkaraa, perunasosetta. Päivällinen: Puutarhurin kasviskeittoa, sekamarjakiisseliä.	28.3. Lounas: Lohikuisausta. Päivällinen: Jauheliuhakeittoa, rahkaa.	29.3. Lounas: Roseebroilerikastiketta, perunasosetta Marjat ja kastiketta. Päivällinen: Riisipuuroa, rusinasoppaa.
vk 14	30.3. Lounas: Jokamiehen kalaa, perunoita. Päivällinen: Rössykeittoa, persikka-vadelma-kiisseliä.	31.3. Lounas: Lapinkeittoa, Jäätelöä. Päivällinen: Kasvisnakkikeittoa, marjahyvettä.	1.4. Lounas: Lasagnettea. Päivällinen: Kesäkeittoa, mango-ananaskiisseliä.	2.4. Lounas: Porkkanaohukaiset, Perunasosetta. Päivällinen: Samettista kalakeittoa, vadelma-kiisseliä.	3.4. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita. Päivällinen: Riistakeittoa, sitrus-porkkanakiisseliä.	4.4. Lounas: Lohi-perunalaatikkoa. Päivällinen: Nakkikeittoa, marjat ja kastiketta.	5.4. Palmusunnuntai. Lounas: Palapaistia, perunasosetta, hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa, luumusoppaa.
vk 15	6.4. Malkamaanantai. Lounas: Makkarakastiketta, perunoita. Päivällinen: Kolmen kalan keittoa, Hedelmäkiisseliä.	7.4. Tikkutiistai. Lounas: Jauheliuhakeittoa, pääsiäisrahkaa. Päivällinen: Bataattikeittoa, hedelmää.	8.4. Kellokeskiviikko. Lounas: Broilerikuisausta. Päivällinen: Mannapuuroa, mustikkakiisseliä.	9.4. Kiirastorstai. Lounas: Lammasyöryköitä, perunasosetta. Päivällinen: Seikeittoa, mansikkakiisseliä.	10.4. Pitkäperjantai. Lounas: Karjalanpaistia karitsalla, ja appelsiini-kiisseliä. Päivällinen: Pinaattikeittoa kananmunalla, määmmiä.	11.4. lankalauantai. Lounas: Lohikuisausta, Hedelmäsalaatti. Päivällinen: Possu-juureskeittoa, Mango-passionmousse.	12.4. Pääsiäispäivä. Lounas: Currybroilerikastiketta, perunasosetta, Pashaa. Päivällinen: Riisipuuroa, Aprikoosikiisseliä.
vk 16	13.4. Lounas: Valkosipuli-yrtilammaspihvejä, perunasosetta ja määmmiä. Päivällinen: Lihakeittoa, jogurttia.	14.4. Lounas: Lohikeittoa, hedelmävahtoa. Päivällinen: Kasvisseikeittoa, hedelmää.	15.4. Lounas: Kinkkukuisausta Päivällinen: Mannapuuroa, mansikkakiisseliä.	16.4. Lounas: Broileripihvejä, Perunoita. Päivällinen: Jauheliuhakeittoa, omena-kanelikiisseliä.	17.4. Lounas: Härkää pippurikastikkeessa, perunoita. Päivällinen: Kesäkeittoa, marjat ja kastiketta.	18.4. Lounas: Broileri-kasviskuisausta. Päivällinen: Kahden kalan keittoa, tyrnikiisseliä.	19.4. Lounas: Karjalanpaistia, perunasosetta, hedelmäsalaattia. Päivällinen: Riisipuuroa, rusinasoppaa.