

RUOKALISTA 5 VIIKKOA kiertävä 2025							
Kalajoki ikäihmiset			muutokset mahdollisia				
	LISTA 1			vko: 15, 20, 25			
Ateria	ma	ti	ke	to	pe	la	su
Lounas	Kalakeitto, juusto, tuorekurkku	Kanapyörykkä, perunat, kastike, jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti	Uunimakkara, perunasose kaali-melonisalaatti kurkkusalaatti	Jauheliha-kastike, perunat, raaste-persikkasalaatti	Palvikuutiokeitto, tuorekurkku juusto	Murea nautakiusaus Jäävuori-kurkkutomaattisalaatti	Palapaistikastike perunat, perunasalaatti
Jälkiruoka	Ananaskiisseli	mousse*	Marjat ja vaniljakastike*	Vadelma- vispipuuro	Mansikkakiisseli	Puolukkarahka	Päärynäkiisseli*
Päivällinen	Kinkkukiusaus, punajuurisalaatti	Ohrasuurimopuuro omenalohko kaiserwursti	Kanajauheliha-keitto paprika	Pinaattikeitto, tomaatti	Kirjolohivuoka, kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti,	Jauheliha-keitto, jääsalaatti	Riisipuuro, tuorekurkku leike
Kalajoki ikäihmiset							
Kalajoki ikäihmiset			muutokset mahdollisia				
	LISTA 2			vko:16, 21, 26			
Ateria	ma	ti	ke	to	pe	la	su
Lounas	Lohikeitto, salaatinlehti, juusto	Hernekeitto,juusto, kurkkuviipale sinappi	Jauhelihapihvi perunasose kesäkurpitsa-ananassalaatti	Broilerikastike, perunasose jäävuori persikkasalaatti, mustaherukkahillo	Jauheliha-keitto, tomaatti, juusto	Kinkkukiusaus vihreäsalaattikurkkukuutio	Sianlihakastike perunat, punajuurisalaatti
Jälkiruoka	Ruusunmarjakiisseli	Pannari* ja mansikkahillo*	Aprikoosikiisseli	Marjarahka	Raparperikiisseli	Mousse*	Mansikkajogurtti-rahka*
Päivällinen	Broilerikiusaus, jäävuori- mandariini	Kesäkeitto, kurkku, juusto	Ohrahiutalepuuro hedelmä leikkele	Jauheliha-perunasoselaatikko, jääsalaatti-meloni	Janssonin- kiusaus, punajuuri	Porkkanasose-keitto pasteija, kinkku	Riisipuuro kurkkuviipale lihapasteija

Kalajoki ikäihmiset				muutokset mahdollisia			
	LISTA 3			vko: 17, 22, 27			
Ateria	ma	ti	ke	to	pe	la	su
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto, juusto, paprikasuikale,	Kalapyörykät, perunasose punajuuri-omenasalaatti	Kasviskiusaus, cantalope-kesäkurpitsa, fetakuutio	Palapaisti, perunat, jää-punafrisee-ananaskurpitsa-salaatti	Sianlihakeitto, juusto, tomaattiviipale	Makaroni-laatikko, kaali-kurkku-ananassalaatti	Jauhelihapihvi, kermaperunat, kastike, vihreäsalaatti
Jälkiruoka	Mangokiisseli	Omenakiisseli*	Mansikkavispi puuro	Persikkakiisseli	Hedelmäinen piimävanukas	Omenapiirakka* ja vaniljakastike*	Sekahedelmäkiisseli
Päivällinen	Jauhelihaperunasoselaatikko, tomaatti	Nakkikeitto, sulatejuusto kesäkurpitsa	Possunlihakeitto, paprika,	Kukkakaalisose-keitto, tuorekurkku,	Lohilaatikko punajuurisalaatti	Kanakeitto tuorekurkku	Riisipuuro tomaatti,
Kalajoki ikäihmiset				muutokset mahdollisia: vappu 1.5			
	viikko 13/ 4			vko:18, 23, 28			
Ateria	ma	ti	ke	to	pe	la	su
Lounas	Jauhelihakeitto, edamjuusto, tomaatti,	Uunikala kastikkeessa, perunasose, jäävuori-punafrisee-punajuurikuutio	Kalkkunakastike, perunat, salaattimix-kurkku-ananassalaatti, mustaherukkahillo	Lasagnette, kaali-jäävuori-mandariinisalaatti, ketsuppi	Lohikeitto, tomaatti, edamjuusto	Jauheliha- kiusaus porkkana jäävuori-ananas-tomaattisalaatti	Karjalanpaisti, perunat, sekavihannes, sienisalaatti,
Jälkiruoka	Ohukaiset* ja hillo*	Mangokiisseli	Marjakiisseli	Puolukkamousse*	Hedelmäkiisseli	Puolukkavispi-puuro	Mansikkakiisseli*
Päivällinen	Makkarakieitto tomaatti	Kaalipata puolukkasurvos	Savuporokeitto juusto	Kasvisseosekeitto munapasteija	Murea possukiusaus	Siskonmakkarakieitto, kurkku	Riisipuuro hedelmä leikkele

Kalajoki ikäihmiset				muutokset mahdollisia: pääsiäinen 18.4- 21.4.2025			
	LISTA 5			vko:14, 19, 24, 29			
Ateria	ma	ti	ke	to	pe	la	su
Lounas	Nakkikeitto, juusto tomaatti,	Porkkana/pinaatti ohukaiset, perunasose, puolukka, raejuusto	Nakkikastike, perunat, vihreäsalaatti-tomaatti-ananassalaatti	Lihapyörykät, muusi, kastike, salaattimix-tomaatti-kurkkusalaatti,	Kanajauheliha- keitto juusto, tomaatti	Broilerpasta-vuoka, jäävuori-kurkku tomaatti	Burgundinpata perunat, jääsalaatti-kurkku- persikka
Jälkiruoka	Päärynäkiisseli	Vadelmavispipuuro	Aprikoosikiisseli	HedelmäsMOOTHIE*	Kuningatar- kiisseli	Marjatalkkuna hyve	Riisifrutti*
Päivällinen	Jauheliha-perunaviipale-laatikko tomaatti	Possupata salaatti	Kukkakaalisose-keitto tuorekurkku	Kaurasuurimo- puuro hedelmä saunapalvileikkele	Riistavuoka puolukka banaani	Kasvisosekeitto kananmunat tuorekurkku	Riisipuuro salaatti leikkele