

Terveyskeskuksen ruokalista HAAPAJÄRVI

vk 1		Syksy 2023		vko 32,38			
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						Kananmunat+	
Aamupala	Hiutalevelli	Kaurahiutalepuuro	4-viljanhiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Riisipuuro	Vehnähiutalepuuro	Orahiutalepuuro
Lounas	Keltainen broilerikeitto Vaalea vuokasiivu Paprika	Lihapyörykkäkastike Perunat Porkkanaraaste	Tonnikalapasta Punajuuri-omena- salaatti	Palvilapakiusaus Rapea-retiisi-kurkku- salaatti	Jauhelihakeitto Ruisleipä Tomaatti	Pulledpork-kiusaus Salaatti	Kieviläinen kana Perunasose Salaatti
Päivällinen	<i>Lapinukonkeitto</i> Omenakiisseli	<i>Kinkkukeitto</i> Suklaakiisseli	Possukeitto Kuningatarkiisseli	<i>Kalakeitto</i> Hedelmäinen vispipuuro	<i>Maitoperunat+piirakka</i> Sekamarjakiisseli	<i>Siskonmakkarakeitto</i> Hedelmäsalaatti	<i>Mannapuuro</i> Mehukeitto

vk 2		Syksy 2023		vko 33, 39			
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						Kananmunat+	
Aamupala	Kaurahiutalepuuro	Helmipuuro	4-viljanhiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrapuuro	Kaurapuuro	Vehnähiutalepuuro
Lounas	Kebabkiusaus Rapea-mandariini- salaatti	Jauhelihakastike Perunat Kreikkalainen salaatti	Kalapat Perunasose Punajuuri-omenasalaatti Raejuusto	Jauhelihapuikko Kermaperunat Porkkana-ananasraaste	Minestronekeitto Kauraleipä Tuorekurkku	Poro-kasviskuisaus Salaatti	Californiakanaleike Lohkoperunat Salaatti
Päivällinen	<i>Kalkkunakeitto</i> Raparperikiisseli	<i>Nakkikeitto</i> Graham-mustikkapuuro	Broilerikeitto Aurinkokiisseli	<i>Lihakeitto</i> Boysenmarjakiisseli	<i>Porkkanasosekeitto</i> Rusinasoppa	<i>Lihapullakeitto</i> Rahka talon tapaan	<i>Riisipuuro</i> Mehukeitto

vk 3		Syksy 2023		vko 34, 40			
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						Kananmunat+	
Aamupala	Hiutalevelli	Kaurahiutalepuuro	4-viljanhiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Mannapuuro	Orahiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro
Lounas	Chupe-Perulainen kalakeitto Ruisleipä Herkkukurkku	Broileria Sitruunakastikkeessa Perunat/riisi Salaatti	Kaalilaatikko Porkkanaraaste Puolukkasose	Makkarapihvi/ uunimakkara Perunasose Rapea-retiisi- cantaloupesalaatti	Texmex-jauheliha perunakiusaus Salaatti	Palapaisti Perunat Salaatti	Appelsiini- chilikala Perunasose Salaatti
Päivällinen	<i>Jauhelihakeitto</i> Mustikkakiisseli	<i>Makkarakeitto</i> Maitokiisseli+hillo	Ohrapuuro Mangokiisseli	<i>Pinaattikeitto+muna</i> Ruismarjapuuro	<i>Kalkkunakeitto</i> Aprikoosikiisseli	<i>Broiler-currykeitto</i> Ohukaiset+hillo	<i>Helmipuuro</i> Mehukeitto

Terveyskeskuksen ruokalista HAAPAJÄRVI

vk 4		Syksy 2023		vko 35,41			
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						Kananmunat+	
Aamupala	Kaurahiutalepuuro	Mannapuuro	4-viljanhiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Riisipuuro	Orahiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro
Lounas	Juusto-jauhelihaperuna- laatikko Rapea-persikkasalaatti	Lihakeitto Sämpylä Paprika	Makkarakastike Perunat Porkkana-lantturaaste	Taco-broilerlasagnette Salaatti	Lohikeitto Ruisleipä Tuorekurkku	Broiler-kasvis- kiusaus Salaatti	Koskenlaskija jauhelihapihvi Perunasose Salaatti
Päivällinen	<i>Nakkikeitto</i> Persikkakiisseli	<i>Kahdenkalankeitto</i> Omenapaistos+kastike	Kasvissosekeitto Marjarahka	<i>Kaalikeitto</i> Päärynäkiisseli	<i>Kinkkukeitto</i> Vadelmakiisseli	<i>Jauhelihakeitto</i> Kahvikiisseli	<i>Ohrapuuro</i> Mehukeitto

vk 5		Syksy 2023		vko 36,42			
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						Kananmunat+	
Aamupala	Hiutaleveli	Kaurahiutalepuuro	4-viljanhiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Helmipuuro	Vehnähiutalepuuro	Orahiutalepuuro
Lounas	Makkarakkeitto Rieska Tomaatti	Makaronilaatikko Porkkanaraaste	Uunikala kastikkeessa Perunat Punajuuriviipale	Kanapyörykät/ Kanapuikot Perunasose Rapea-melonisalaatti	Nakki-pekoni- stroganoff Perunat Salaatti	Uunikala Perunasose Salaatti	Lohkoperunat Kaslerleike Salaatti
Päivällinen	<i>Sipulisosekeitto</i> Ananaskiisseli	<i>Kalkkunakeitto</i> Vispipuuro	Siskonmakkarakkeitto Aurinkokiisseli	<i>Lihakeitto</i> Mansikkakiisseli	<i>Kesäkeitto+piirakka</i> Mustikkakiisseli	<i>Jauhelihakeitto</i> Hyve	<i>Riisipuuro</i> Mehukeitto

vk 6		Syksy 2023		vko 37,43			
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						Kananmunat+	
Aamupala	Kaurahiutalepuuro	Helmipuuro	4-viljanhiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Riisipuuro	Vehnähiutalepuuro	Orahiutalepuuro
Lounas	Pyttipannu/ Merimiespihviuoka Rapea-ananassalaatti	Kalkkuna-kasvis- kastike Peruna/riisi Salaatti	Hernekeitto Rieska Tuorekurkku	Jauhelihapihvit/ Lindströminpihvit Perunasose Porkkanaraaste	Cappelli-kanavuoka Salaatti	Kaalikääryle Perunasose Salaatti	Aurakermaperunat Kalapihvi Salaatti
Päivällinen	<i>Pinaattikeitto+muna</i> Herukkakiisseli	<i>Possukeitto</i> Ruusunmarjakiisseli	Bataatti-kesäkurpitsak. Ohukaiset+hillo	<i>Nakkikeitto</i> Rahka talon tapaan	<i>Kahdenkalankeitto</i> Luumukiisseli	<i>Kalkkunakeitto</i> Marjat+kastike	<i>Mannapuuro</i> Mehukeitto