

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2026: 3, 8, 13, 18, 23, 28

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukiisseli, paprika	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Ohrahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukiisseli, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukiisseli, kesäkurpitsa	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti
Lounas	Jauheliinakastike (G,M), perunat, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori-tuorekurkku- persikkasalaatti (kevät), ketsuppi maito, leipä,rasva	Broilerpyörökät (M), kermaperunat (G,L), kermaviilikastike (G,L), porkkanaviipale jäävuori-punafrisee- tomaattisalaatti, maito, leipä,rasva	Kirjolohivuoka (G,L), romaneskokasvis kaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti, punajuurikuutio, maito, leipä,rasva	Uunimakkara (G,M), perunasose (G,L) kaali-rapea- melonisalaatti, sinappi, ketsuppi, kurkkusalaatti, maito, leipä,rasva	Murea nautakiusaus (G,L), paolakasvis, jäävuori-tuorekurkku- tomaattisalaatti, maito, leipä,rasva	Nakkikeitto (G,M), polarjuusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Palapaistikastike (G,L), perunat, pikkuporkkanat, perunasalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, kahvikakku	Kahvi/tee, kääretorttu
Päivällinen	Liha-peruna- viipalelaatikko (G,M), kiinankaali- kurpitsasalaatti, sulatejuusto, maito, leipä, rasva	Palvikuutiokkeitto (G,M), launaimakkara, paprika, maito, leipä, rasva	Lihakeitto (G,L), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Ohrasuurimopuuro (L), gottermakkara, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kanajauheliinakkeitto (G,M), edamjuusto, meloni, maito, leipä, rasva	Janssoninkiusaus (G,L), punajuuri-omenaraaste, edamjuusto, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L), kanelisokeri, sulatejuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva
Jälkiruoka	Ananaskiisseli (G,M)	Aprikoosivipipuuro (M)	Marjat (G,M) (Suomi)ja vaniljakastike (G,L)	Mansikkakiisseli (G,M)	Hedelmämousse (G,L)	Luumurahka (G,L)	Päärynäkiisseli (G,M)
Iltaapala	Jogurtti (G,L), keittokinkku, salaatinlehti, maito, leipä,rasva	Mustaherukkamehu-kiisseli (G,M), raejuusto(G,L), kalkkunaleike, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka (G,L), sulatejuustonappi, tomaatti, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), launaimakkara, paprika maito, leipä, rasva	Puolukka- riishiutalepuuro (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), ylikäypäkinkku, salaatinlehti maito, leipä, rasva

***Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.**

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2026: 4, 9, 14, 19, 24, 29

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 2 /ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukiisseli, paprika	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Ohrahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukiisseli, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukiisseli, kesäkurpitsa	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukiisseli, kesäkurpitsa
Lounas	Broilerikastike (G,L), perunat, jäävuori-kaali- persikkasalaatti, mustaherukkahillo maito, leipä,rasva	Hernekeitto (G,M), edamjuusto, mandariini, perunarieskanen, sinappi, maito, leipä,rasva	Jauhelihapihvit(M), perunasose (G,L) pikkuporkkana, punakaali-kesäkurpitsa- kartanoherkku-salaatti, sinappi, ketsuppi maito, leipä,rasva,	Palapaisti (G,L) perunat, vihannesmix, jää- punafrisee-omena- kurpitsasalaatti, maito, leipä,rasva,	Tonnikalapasta (L), aurinkokasvis vihreä salaatti- tuorekurkkukuutio- mandariinisalaatti maito, leipä,rasva,	Jauhelihakeitto (G,M), polarjuusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Sianlihakastike (G,M), perunat, porkkanaviipale, punajuurisalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, minimunkki	Kahvi/tee, marjapiirakka
Päivällinen	Jauhelihakeitto (G,M), gottermakkara, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kana-perunasuikalelaatikko (G,L), punakaali- persikkasalaatti, edamjuusto, maito, leipä, rasva	Ohrahiutalepuuro(L), kalkkunaleike, tomaatti, maito, leipä, rasva	Perunahippu-munakas palvirouheella (G,L), jäävuori-melonisalaatti, oltermannijuusto, maito, leipä, rasva	Kesäkeitto (G,L), maksamaakara, meloni, maito, leipä, rasva	Lohikiusaus (G,L), punajuuri-omenaraaste, maito, leipä,rasva	Riisipuuro (G,L) kanelisokeri, paprika, lihapasteija (M) maito, leipä,rasva,
Jälkiruoka	Ruusunmarjakiisseli (G,M)	Pannari (L) ja mansikkahillo (G,M)	Aprikoosikiisseli (G,M)	Marjarahka (G,L)	Mustikkapirtelö (G,L)	Herkkumousse (G,L)	Raparperikiisseli (G,M) ja vaniljakastike (L)
Iltaapala	Jogurtti (G,L), keittokinkku, salaatinlehti, maito, leipä,rasva	Mustaherukamehu-kiisseli (G,M), raejuusto(G,L), kalkkunaleike, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka (G,L), sulatejuustonappi, tomaatti, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), lauantaimakkara, paprika maito, leipä, rasva	Puolukka- riishiutalepuuro (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), ylikäypäkinkku, salaatinlehti maito, leipä, rasva

***Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.**

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2026: 5, 10, 15, 20, 25, 30

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 3 /ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukiisseli, paprika	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Ohrahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukiisseli, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukiisseli, kesäkurpitsa	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti
Lounas	Porkkana- kasvissosekeitto (G,L) raejuusto (G,L) tuorekurkku, maito, leipä,rasva	Kalapyörykät (G,M) perunasose (G,L), jäävuori-tuorekurkku- maissisalaatti, punajuurikuutio maito, leipä,rasva	Makaronilaatikko (L) harlekiini kasvis porkkana-ananasraaste (syksy) ja kaali- kesäkurpitsa- ananassalaatti (kevät), ketsuppi maito, leipä,rasva	Makkarakastike (G,M), perunat, porkkanaviipale, vihreäsalaatti-mandariini- tuorekurkkusalaatti, maito, leipä,rasva	Aurinkoinen broilerikeitto (G,L), oltermannijuusto, omenalohko, maito, leipä,rasva	Minestronekeitto (M), sulatejuusto, tomaatti, maito, leipä,rasva	Lihamureke (G,M) kermaperunat (G,L), kastike (G,M), coleslawsalaatti maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, jäätelöpikari	Kahvi/tee, vadelmatäytepitko
Päivällinen	Broilerikeitto (G,L), kaisewursti, meloni, maito, leipä, rasva	Possukeitto (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Mannapuuro (L), saunapalvileikkele, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kukkakaalisosekeitto (G,L), launaimakkara, paprika, maito, leipä, rasva	Jauheliha- perunasoselaatikko (G,L), puolukkasurvos, oltermannijuusto, maito, leipä, rasva	Lohilaatikko (G,M) punajuurisalaatti, launaimakkara, jääsalaatti, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L) kanelisokeri, keittokinkku, banaani /appelsiinihko, maito, leipä, rasva
Jälkiruoka	Mansikkavispipuuro (M)	Jogurtti (G,L)	Mangokiisseli (G,M)	Omenapaistos (M) ja vaniljakastike (G,L)	Hedelmäinen piimävanukas (G,L)	Kuningatarkiisseli (G,M)	Persikkasosekiisseli (G,M)
Iltaapala	Jogurtti (G,L), keittokinkku, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Mustaherukkamehu-kiisseli (G,M), raejuusto(G,L), kalkkunaleike, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka (G,L), sulatejuustonappi, tomaatti, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), launaimakkara, paprika maito, leipä, rasva	Puolukka- riisihutalepuuro (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), yläkypsäkincku, salaatinlehti maito, leipä, rasva

*Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2026: 6, 11, 16, 21, 26, 31

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 4 / ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehukiisseli, paprika	Ruishiutalepuuro(m) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Ohrahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehukiisseli, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehukiisseli, kesäkurpitsa	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehukiisseli, meloni	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehukiisseli, tomaatti
Lounas	Jauhelihakeitto (G,M) edamjuusto, paprika, maito, leipä,rasva,	Rapea seitipala, perunasose (G,L), tartarkastike (G,L), ruusukaali jäävuori-punafrisee- kesäkurpitsa-salaatti, punajuurikuutio maito, leipä,rasva	Lasagnette (L) kaali-jäävuori- mandariinisalaatti, ketsuppi maito, leipä,rasva	Kalkkunakastike (G, L) perunat, salaattimix-tuorekurkku- ananassalaatti, mustaherukkahillo maito, leipä,rasva	Jauhelihakiusaus (G,L), porkkanasekoitus, jäävuori-ananas- tomaattisalaatti, maito, leipä,rasva	Lihakeitto (G,M), meloni, edamjuusto maito, leipä,rasva	Karjalanpaisti (G,M), perunat, puutarhasekoitus, sienisalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, jäätelöpikari	Kahvi/tee, unelmakääretorttu
Päivällinen	Kaalipata (G,M), puolukkasurvos, sulatejuusto, maito, leipä, rasva	Siskonmakkarakeitto (G,M), polarjuusto, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Helmivelli (G,M), lauantaimakkara, paprika, maito, leipä, rasva	Makkarakeitto (G,M), edamjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Kasvissosekeitto (G,L), munapasteija, omenalohko, maito, leipä,rasva	Possumurealaatikko (G,M), tuorekurkkusuikale, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L) kanelisokeri, polarjuusto, tomaatti, maito, leipä,rasva
Jälkiruoka	Ohukaiset (L) ja hillo (G,M)	Hedelmäkiisseli (G,M)	Marjakiisseli (G,M)	Ananas-passion- hedelmämousse (G,L)	Vatkattu musta- herukkapuuro (M)	Jogurttirahka (G,L)	Appelsiiniikiisseli (G,M)
Iltapala	Jogurtti (G,L), keittokinkku, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Mustaherukkamehu-kiisseli (G,M), raejuusto(G,L), kalkkunaleike, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka (G,L), sulatejuustonappi, tomaatti, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), lauantaimakkara, paprika maito, leipä, rasva	Puolukka- riisihutalepuuro (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), ylilyksäkincku, salaatinlehti maito, leipä, rasva

*Iltapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.

Nivala terveyskeskus akuuttivuodeosasto ruokalista

Kalenteriviikot 2026: 7, 12, 17, 22, 27, 32

G=gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

Ateria	Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe	la	su
Aamupala	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva lauantaimakkara, kahvi/tee, mehuksiisseli, paprika	Ruishiutalepuuro(m) tuoremehu, maito, leipä, rasva, maksapasteija, kahvi/tee, mehuksiisseli, tomaatti	4-viljanpuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kaiserwursti, kahvi/tee, mehuksiisseli, meloni	Ohrahiutalepuuro(L) tuoremehu, maito, leipä, rasva, edamjuusto, kahvi/tee, mehuksiisseli, tuorekurkku	Ruishiutalepuuro(M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, kananmuna, kahvi/tee, mehuksiisseli, kesäkurpitsa	Kaurapuuro(M), tuoremehu, maito, leipä, rasva, kalkkunaleike, kahvi/tee, mehuksiisseli, meloni	Vehnähiutalepuuro (M) tuoremehu, maito, leipä, rasva, keittokinkku, kahvi/tee, mehuksiisseli, tomaatti
Lounas	Nakkikastike (G,M) perunat, vihreäsalaatti-retiisi- ananassalaatti maito, leipä,rasva	Porkkanaohukaiset (L) tai pinaattiohukaiset (L), perunasose (G,L) harleikiinikasvis, jäävuori-punafrisee-paprika- mangosalaatti, puolukka, raejuusto maito, leipä,rasva	Lihapyörykät (M) perunat, kastike (G,M), parsakaali, salaattimix-tomaatti- kurkkusalaatti maito, leipä,rasva	Broilerrisotto (G,L), porkkanaviipale rapea suikale- vesimelonisalaatti maito, leipä,rasva	Lohikeitto (G,L) , keittokinkku, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Jauhelihakeitto (G,M), edamjuusto, paprika, maito, leipä,rasva	Lihasuikalekastike (G,L), perunat, värikäs porkkanasekoitus, italiansalaatti, maito, leipä,rasva
Päiväkahvi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, keksi	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, pitkopulla	Kahvi/tee, jäätelöpikari	Kahvi/tee, mustikkatäytepitko
Päivällinen	Pinaattikeitto (L), kananmunat meloni, maito, leipä, rasva	Jauheliha-perunaviipale- laatikko (G,M), porkkanaraaste (syksy)/ tuorekurkkusuikale (kevät), sulatejuustonappi, maito, leipä, rasva	Kukkakaali- sosekeitto (G,L), kaiserwursti, tuorekurkku, maito, leipä, rasva	Kaurasuurimopuuro (L), saunapalvileikkele, banaani /appelsiini lohko, maito, leipä, rasva	Lihakasvispata (G,M), oltermannijuusto, meloni, maito, leipä, rasva	Broilerikiusaus (G,L), aurinkosalaatti, sulatejuusto, maito, leipä, rasva	Riisipuuro (G,L) kanelisokeri, keittokinkku, tomaatti, maito, leipä, rasva
Jälkiruoka	Vadelmavispipuuro (M)	Mustikkainen piimävanukas (G,M)	Kuningatarkiisseli (G,M)	Päärynäkiisseli (G,M)	HedelmäsMOOTHIE (G,L)	Marja-talkkunahyve (L)	Ruusunmarjakiisseli (G,M)
Iltaapala	Jogurtti (G,L), keittokinkku, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Mustaherukkamehu-kiisseli (G,M), raejuusto(G,L), kalkkunaleike, salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Hedelmäsoserahka (G,L), sulatejuustonappi, tomaatti, maito, leipä, rasva	Riisipiirakka (L), munavoi (G,L), salaatinlehti, maito, leipä, rasva	Marjakiisseli (G,M), rahka (G,L), lauantaimakkara, paprika maito, leipä, rasva	Puolukka- riisihutiutalepuuro (G,M), polarjuusto, tomaatti, maito, leipä, rasva	Jogurttirahka (G,L), yläkypsä kinkku, salaatinlehti maito, leipä, rasva

*Iltaapalalla on ruokalistassa olevien tuotteiden lisäksi aina tarjolla myös kiisseliä tai mehukeittoa, mikäli sitä ei ole ao. päivänä ruokalistalla.