

Ateriapäivä: 16.1.2012 - 11.3.2012

**RUOKALISTA 4 henkilökunta**

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

**Maanantai 16.1.2012    Tiistai 17.1.2012    Keskiviikko 18.1.2012    Torstai 19.1.2012    Perjantai 20.1.2012    Lauantai 21.1.2012    Sunnuntai 22.1.2012**

| Lounas  | Lounas  | Lounas   | Lounas   | Lounas   | Lounas  | Lounas  |
|---|---|--|--|--|---|---|
| Lihapyörykkä<br>Tomaattinen kastike<br>Peruna<br>Puutarhurin kasvikset<br>Varsiselleri-melonisalaatti | Broiler-ananaspata<br>Peruna<br>Aurinkokasvikset<br>Amerikkalainen salaatti | Mantelikala<br>Sitruunakastike<br>Peruna<br>Pikkuporkkana<br>Italialainen salaatti | Kasvispyörykkä<br>Juustoinen kastike<br>Peruna<br>Papu<br>Jenkkisalaatti | Suikalepaisti verona<br>Peruna<br>Kukkakaali<br>Suvisalaatti | Riistakiusaus<br>Parsakaali<br>Mehevä kaalisalaatti | Appelsiinilohi<br>Tillikastike<br>Peruna<br>Amerikansekoitus<br>Kaali-herukkasalaatti |

| Lounas 2   | Lounas 2                                 | Lounas 2                                 | Lounas 2                       | Lounas 2                   |
|--|--|--|--------------------------------|----------------------------|
| Kasvissosekeitto<br>Palvikinkku<br>Varsiselleri-melonisalaatti | Kinkkukiusaus<br>Amerikkalainen salaatti | Jauhelihakeitto<br>Italialainen salaatti | Merimiespata<br>Jenkkisalaatti | Kalakeitto<br>Suvisalaatti |

| Lounas 3        | Lounas 3          | Lounas 3                 | Lounas 3                  | Lounas 3                 |
|-----------------|-------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Broilersalaatti | Kirjolohisalaatti | Amerikan löytäjän kinkku | Kadetin tonnikalasalaatti | Hedelmäinen aurasalaatti |

| Jälkiruoka      | Jälkiruoka           | Jälkiruoka       | Jälkiruoka                | Jälkiruoka             | Jälkiruoka              | Jälkiruoka               |
|-----------------|----------------------|------------------|---------------------------|------------------------|-------------------------|--------------------------|
| Päärynäkiisseli | Mustaherukkakiisseli | Mansikkakiisseli | Mango-appelsiiniikiisseli | Pähkinävaahto<br>Hillo | Aprikoosi-punaherukkaki | Karpalo-mustikkakiisseli |

## RUOKALISTA 4 henkilökunta

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 23.1.2012                     | Tiistai 24.1.2012   | Keskiviikko 25.1.2012   | Torstai 26.1.2012  | Perjantai 27.1.2012   | Lauantai 28.1.2012   | Sunnuntai 29.1.2012   |
|---|---|---|--|---|--|---|
| Lounas                                  | Lounas  | Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas   | Lounas  |
| Musaka<br>Paola<br>Kepeä kevätsalaatti  | Lihamureke<br>Ruskea kastike<br>Peruna<br>Herne<br>Appelsiini-purjosalaatti | Silakkamurekepihvi<br>Pinaattikastike<br>Peruna<br>Puutarhurin kasvikset<br>Tyrolilainen salaatti * | Kalifornian lihapata<br>Peruna<br>Kukkakaali<br>Meloni-vihersalaatti | Lammaspyörykkä<br>Sienikastike<br>Peruna<br>Vihannesmix<br>Annikin salaatti * | Lihakeitto<br>Raastettu vihannessalaa<br>Marja-hedelmäkiisseli | Kookosbroiler<br>Peruna<br>Pikkuporkkana<br>Ruotsalainen salaatti |
| Lounas 2                                | Lounas 2  | Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  |  |   |
| Curry-kalakeitto<br>Kepeä kevätsalaatti | Broilerkiusaus<br>Appelsiini-purjosalaatti                                  | Juusto-jauhelihakeitto<br>Tyrolilainen salaatti *   | Janssoninkiusaus<br>Meloni-vihersalaatti<br>Etikkapunajuuri          | Kalkkuna-kasviskeitto<br>Annikin salaatti *                                   |  |   |
| Lounas 3                                | Lounas 3  | Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  |  |   |
| Feta-kasvissalaatti                     | Savukirjolahisalaatti   | Broiler-melonisalaatti  | Kinkku-pastasalaatti   | Välimeren tonnikalasalaatti   |  |   |
| Jälkiruoka                              | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  |
| Vadelmakiisseli                         | Ruusunmarjakiisseli   | Mansikka-raparperikiisse  | Mustikkarahka  | Boysenmarjakiisseli   | Marja-hedelmäkiisseli  | Mansikka-mangokiisseli  |

## RUOKALISTA 4 henkilökunta

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 30.1.2012  | Tiistai 31.1.2012   | Keskiviikko 1.2.2012   | Torstai 2.2.2012  | Perjantai 3.2.2012                               | Lauantai 4.2.2012   | Sunnuntai 5.2.2012  |
|--|---|--|---|--|---|---|
| Lounas   | Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas  |
| Lindströminpihvi<br>Lihaliemikastike<br>Peruna<br>Kasvissuikaleet<br>Maukas salaatti * | Siskonmakkarakeitto<br>Suvisalaatti<br>Ohukaiset<br>Hillo | Nauta-juureskärjistys<br>Perunasose<br>Parsakaali<br>Värikäs aprikoosisalaatti | Broilerpyörykkä<br>Currykastike<br>Peruna<br>Kasvissekoitus<br>Iloinen salaatti | Uunilohi<br>Peruna<br>Papu-mix<br>Kasvissalaatti | Kinkkukiusaus<br>Porkkanasuikale<br>Tyrolilainen salaatti * | Sianlihapalapaisti<br>Peruna<br>Puutarhurin kasvikset<br>Kesäsalaatti |
| Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2   |   |   |
| Purjo-perunasosekeitto<br>Palvikinkku<br>Maukas salaatti *                             | Kalkkunahoukutus<br>Suvisalaatti                          | Kalakeitto<br>Värikäs aprikoosisalaatti  | Kinkkulaatikko<br>Iloinen salaatti  | Jauheliha-juureskeitto<br>Kasvissalaatti         |   |   |
| Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3   |   |   |
| Katkarapusaalaatti 2   | Feta-kalasaalaatti  | Kinkkusalaatti   | Nizzan kalasaalaatti  | Broiler-perunasalaatti                           |   |   |
| Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka                                       | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  |
| Appelsiini kiisseli  | Ohukaiset<br>Hillo  | Omenakiisseli  | Puolukkakiisseli  | Aurinkoinen aprikoosikiis                        | Punaherukka-vadelmakii                                      | Kuningatarrahka   |

## RUOKALISTA 4 henkilökunta

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 6.2.2012   | Tiistai 7.2.2012  | Keskiviikko 8.2.2012   | Torstai 9.2.2012  | Perjantai 10.2.2012  | Lauantai 11.2.2012   | Sunnuntai 12.2.2012   |
|--|---|--|---|--|--|---|
| Lounas   | Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas   | Lounas   | Lounas  |
| Kalatäytepihvi<br>Sitruunakastike<br>Peruna<br>Porkkanasekoitus<br>Kaali-hedelmäsalaaatti* | Stroganoff<br>Peruna<br>Amerikansekoitus<br>Värikäs kevätsalaatti | Uunimakkara<br>Kermainen kastike<br>Juuessose<br>Herne<br>Hertan vihersalaatti | Jauhelihapihvi<br>Ruskea kastike<br>Peruna<br>Vihannesmix<br>Kaali-puolukkasalaatti | Smetanabroiler<br>Peruna<br>Kasvissuikaleet<br>Seinen salaatti | Janssoninkiusaus<br>Porkkanasuikale<br>Punajuurisalaatti** | Burgundin lihapata<br>Peruna<br>Kukkakaaligratiini<br>Tomaatti-sipulisalaatti * |
| Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2   |  |   |
| Merimieskeitto<br>Kaali-hedelmäsalaaatti*  | Liha-makaronipaistos<br>Värikäs kevätsalaatti                     | Pinaattikeitto<br>Kananmuna<br>Hertan vihersalaatti                            | Lohilaatikko<br>Kaali-puolukkasalaatti  | Tomaattinen lihakeitto<br>Seinen salaatti                      |  |   |
| Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3   |  |   |
| Fetasalaatti   | Kylmäsavulohisalaatti   | Broiler-hedelmäsalaaatti   | Värikäs juusto-katkarapu  | Tonnikalasalaatti  |  |   |
| Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  |
| Mustikkakiisseli   | Mango-ananasrahka   | Raparperi-vadelmakiisse  | Aurinkokiisseli   | Sitruuna-hedelmäkiisseli                                       | Boysenmarjakiisseli  | Aprikoosikiisseli   |

**RUOKALISTA 4 henkilökunta**

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 13.2.2012                            | Tiistai 14.2.2012  | Keskiviikko 15.2.2012  | Torstai 16.2.2012                                       | Perjantai 17.2.2012   | Lauantai 18.2.2012                                | Sunnuntai 19.2.2012   |
|--|--|--|---|---|---|---|
| Lounas   | Lounas   | Lounas   | Lounas  | Lounas  | Lounas  | Lounas  |
| Lasagne<br>Amerikansekoitus<br>Merjan salaatti | Tomaattisilakat<br>Tomaattinen kastike<br>Peruna<br>Puutarhurin kasvikset<br>Hedelmäinen vihersalaatti | Jauhemaksapihvi<br>Kermakastike<br>Perunasose<br>Kasvissekoitus<br>Ruotsalainen salaatti | Kananpojankeitto<br>Vihersalaatti<br>Ohukaiset<br>Hillo | Lindströminpihvi<br>Kermanen kastike<br>Peruna<br>Kahden kaalinsekoitus<br>Päivänpaistesalaatti | Broilerkiusaus<br>Herne<br>Raikkain salaattikulho | Kalamureke<br>Sitruunakastike<br>Peruna<br>Pikkuporkkana<br>Amerikkalainen salaatti |
| Lounas 2                                       | Lounas 2   | Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2  |   |   |
| Nopea nakkikeitto<br>Merjan salaatti           | Jauheliropaistos<br>Hedelmäinen vihersalaatti  | Curry-kalakeitto<br>Ruotsalainen salaatti  | Merimiespihviuoka<br>Vihersalaatti                      | Minestronekeitto<br>Päivänpaistesalaatti  |   |   |
| Lounas 3                                       | Lounas 3   | Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3  |   |   |
| Savukala-perunasalaatti                        | Marinoitu broilersalaatti  | Hedelmäinen aurasalaatti   | Keltainen tonnikalasalaa                                | Broilersalaatti   |   |   |
| Jälkiruoka                                     | Jälkiruoka   | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  |
| Kuningatarkiisseli                             | Persikkakiisseli   | Sekahedelmäkiisseli  | Ohukaiset<br>Hillo                                      | Mansikka-mangokiisseli  | Mustaherukkakiisseli                              | Vadelmakiisseli   |

## RUOKALISTA 4 henkilökunta

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 20.2.2012   | Tiistai 21.2.2012  | Keskiviikko 22.2.2012   | Torstai 23.2.2012                                      | Perjantai 24.2.2012   | Lauantai 25.2.2012  | Sunnuntai 26.2.2012   |
|---|--|---|--|---|---|---|
| Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas  | Lounas  |
| Juurespihvi<br>Juustokastike<br>Peruna<br>Exotic-kasvissekoitus<br>Jenkkisalaatti | Pekoninen kalkkunapata<br>Riisi<br>Parsakaali<br>Kurkku-amerikansalaatti | Siikapihvi<br>Sitruuna-pinaattikastike<br>Peruna<br>Amerikansekoitus<br>Värikäs vihersalaatti | Lihakeitto<br>Waldorfinsalaatti<br>Pannukakku<br>Hillo | Puolukkainen lihapata<br>Perunasose<br>Puutarhurin kasvikset<br>Kirpeä salaatti | Jauheliha-kasviskiausaus<br>Papu<br>Persikkainen salaatti | Broilermureke<br>Currykastike<br>Peruna<br>Porkkanasekoitus<br>Satusalaatti |
| Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  |   |   |
| Kalakeitto<br>Jenkkisalaatti  | Hernekeitto<br>Kurkku-amerikansalaatti                                   | Broiler-vihanneskeitto<br>Värikäs vihersalaatti   | Kalakiusaus<br>Waldorfinsalaatti                       | Kalakeitto<br>Kirpeä salaatti   |   |   |
| Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  |   |   |
| Kinkku-pastasalaatti  | Kadetin tonnikalasalaatti  | Broiler-melonisalaatti  | Feta-kasvissalaatti                                    | Katkarapu-melonisalaatti  |   |   |
| Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  |
| Karviaisrahka   | Laskiaispulla  | Ruusunmarja-rusinakiiss   | Pannukakku<br>Hillo                                    | Mango-ananaskiisseli  | Raparperi-vadelmakiisse                                   | Suklaamousse  |

## RUOKALISTA 4 henkilökunta

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 27.2.2012  | Tiistai 28.2.2012   | Keskiviikko 29.2.2012   | Torstai 1.3.2012   | Perjantai 2.3.2012  | Lauantai 3.3.2012   | Sunnuntai 4.3.2012  |
|--|---|---|--|---|---|---|
| Lounas   | Lounas  | Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas  | Lounas  |
| Häränjauhelihapihvi<br>Sienikastike<br>Peruna<br>Kukkakaali<br>Kurpitsainen salaatti | Uunikala lemon<br>Peruna<br>Puutarhurin kasvikset<br>Heleä jenkkisalaatti | Tirripaisti<br>Perunasose<br>Parsakaali<br>Maukas vihersalaatti | Nakkikastike<br>Peruna<br>Uunikasvikset<br>Maukas salaatti * | Persikka-kalkkunapaisto<br>Peruna<br>Amerikansekoitus<br>Mandariinisalaatti | Lihamakaronilaatikko<br>Porkkanasuikale<br>Tomaatti-purjosalaatti | Currykala<br>Peruna<br>Aurinkokasvikset<br>Melonisalaatti |
| Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  |   |   |
| Purjo-perunasosekeitto<br>Palvikinkku<br>Kurpitsainen salaatti                       | Broilerkiusaus<br>Heleä jenkkisalaatti                                    | Tomaattinen jauhelihake<br>Maukas vihersalaatti                 | Kirjolohilaatikko<br>Maukas salaatti *                       | Lihakeitto<br>Mandariinisalaatti  |   |   |
| Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  |   |   |
| Broiler-caesarsalaatti   | Fetasalaatti  | Kylmäsavulohisalaatti   | Broiler-perunasalaatti                                       | Välimeren tonnikalasalaatti   |   |   |
| Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  |
| Päärynäkiisseli  | Aurinko app.kiisseli  | Hedelmäsalaatti   | Marjarahka   | Mansikkakiisseli  | Mango-aprikoosikiisseli   | Luumukiisseli   |

**RUOKALISTA 4 henkilökunta**

Ajalle: 16.1.2012 - 11.3.2012

| Maanantai 5.3.2012  | Tiistai 6.3.2012   | Keskiviikko 7.3.2012                                  | Torstai 8.3.2012  | Perjantai 9.3.2012  | Lauantai 10.3.2012                                | Sunnuntai 11.3.2012  |
|---|--|---|---|---|---|--|
| Lounas  | Lounas   | Lounas  | Lounas  | Lounas  | Lounas  | Lounas   |
| Lihamureke<br>Kermanen kastike<br>Peruna<br>Vihannesmix<br>Punakaali-appelsiinisalaatti | Sinappisilakat<br>Sinappi-tillikastike<br>Peruna<br>Porkkanasekoitus<br>Yrttitarhurin salaatti | Lapskoussi<br>Tyrolilainen salaatti *<br>Maustekurkku | Broilerpihvi<br>Currykastike<br>Peruna<br>Exotic-kasvissekoitus<br>Kesäsalaatti | Suikalepaisti<br>Peruna<br>Kasvissekoitus<br>Hertan vihersalaatti | Kalkkunahoukutus<br>Parsakaali<br>Herukkasalaatti | Maukas karjalanpaisti<br>Peruna<br>Kahden kaalinsekoitus<br>Vihreä tuoresalaatti |
| Lounas 2  | Lounas 2   | Lounas 2  | Lounas 2  | Lounas 2  |   |  |
| Siskonmakkarakeitto<br>Punakaali-appelsiinisalaatti                                     | Jauheliha-perunavuoka<br>Yrttitarhurin salaatti  | Lohikeitto<br>Tyrolilainen salaatti *                 | Merimiespihvi<br>Kesäsalaatti   | Nakkikeitto<br>Hertan vihersalaatti                               |   |  |
| Lounas 3  | Lounas 3   | Lounas 3  | Lounas 3  | Lounas 3  |   |  |
| Savukirjolahisalaatti   | Katkarapu-melonisalaatti   | Broiler-hedelmäsalaatti                               | Nizzan kalasalaatti   | Kirjolahisalaatti   |   |  |
| Jälkiruoka  | Jälkiruoka   | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka  | Jälkiruoka   |
| Punaherukka-vadelmakii  | Aprikoosi-mandariini kiiss   | Topseilvellinki                                       | Sitruuna-hedelmäkiisseli  | Mansikka-raparperikiisse  | Kuningatarkiisseli                                | Hedelmähoukutus  |

Sivuja yhteensä: 8