

Ateriapäivä: 22.2.2021 - 4.4.2021

PUHDIN RUOKALISTA

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 22.2.2021	Tiistai 23.2.2021	Keskiviikko 24.2.2021	Torstai 25.2.2021	Perjantai 26.2.2021	Lauantai 27.2.2021	Sunnuntai 28.2.2021
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Kinkkumakkara Päärynäsose	Neljänviljanpuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Appelsiinitäysmehu	Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Omenasose	Neljänviljanpuuro Kinkkumakkara Appelsiinitäysmehu
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Makkarasoose m Peruna Uunijuurekset Jääv-kaali-kurpitsa	Silakkapihvi m Vaalea tillikastike Perunasose l,g Pikkuporkkana Jääv-h.meloni-kurkku	Lihamureke m,g Sienikastike l,g Peruna Kukkakaali Jääv-tomaatti-kurkku	Possunlihakast m,g Peruna Lanttulaatikko m,g Jääv-kaali-persikka	Broiler-nuud.vuoka m Porkkanasekoitus Kaali-puolukkasalaatti	Kirjolahikiusaus l,g Puutarhurin kasvikset Punaj-omena-k.kaali	Kookosbroiler l,g Peruna Porkkana-maissisekoitus Jääv-kurkku-paprika
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvikakku	Pitko	Korvapuusti	Pikkuleipä	Pitko	Kääretorttu	Kahvikakku
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Broiler-vih.keit l,g Hedelmärahka l,g	Riistakiusaus l,g Puolukkakiisseli m,g	Nakkikeitto m,g Omena-riisipuuro m,g	Broilerkuisaus l,g Appels.kiisseli m,g	Lihakeitto m,g Mustikkarahka l,g	Jauhel-pekonihei m,g Mansikkakiisseli m,g	Kahden kalankeit l,g Mustik-mustah.puur m
Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala
Maksamakkara Maustekurkku Mallasvuoka	Kotijuusto Tomaatti Perunavuoka	Lauantaimakkara Tuorekurkku Mallasvuoka	Munavoi m,g Riisipiirakka	Gottermakkara Maustekurkku Setsuuri	Kotijuusto Tomaatti Mallasvuoka	Broilerleikkele Tuorekurkku Perunavuoka

PUHDIN RUOKALISTA

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 1.3.2021	Tiistai 2.3.2021	Keskiviikko 3.3.2021	Torstai 4.3.2021	Perjantai 5.3.2021	Lauantai 6.3.2021	Sunnuntai 7.3.2021
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Kinkkumakkara Päärynäsose	Neljänviljanpuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Appelsiinitäysmehu	Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Omenasose	Neljänviljanpuuro Kinkkumakkara Appelsiinitäysmehu
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihabologne m,g Pasta Vihannemix Jääv-k.kaali-ananas	Broilerpyörykkä l Vaalea kastike l,g Peruna Porkkanasuikale Jääv-kurkku-c.meloni	Uunikala lemon l,g Perunasose l,g Parsakaali Jääv-kaali-persikka	Hernekeitto m,g Tuoresalaatti Pannukakku l Hillo	Kaalikääryle l,g Ruskea kastike l,g Peruna Herne Jääv-tomaatti-kurkku	Kinkkukiusaus l,g Porkkanasekoitus Punajuurisal. l,g	Hed-kalkk.pata l,g Peruna Kahden kaalin sekoitus K.kaali-kurkku-papri
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvikakku	Pitko	Korvapuusti	Pikkuleipä	Pitko	Kääretorttu	Kahvikakku
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvisseikeitto l,g Paahtokinkku Kuningatarrahka l,g	Kaali-j.lihalaat l,g Ruusutarhankiiss m,g	Juusto-j.lihakei l,g Vatk.puolukkapuuro m	Kirjolohilaat l,g Etikkapunajuuri	Broilerkeitto m,g Mansikkarahka l,g	Kalakeitto l,g Mustikkakiisseli m,g	Lihakeitto m,g Punaherukkapuuro m
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Maksamakkara Maustekurkku Mallasvuoka	Kotijuusto Tomaatti Perunavuoka	Lauantaimakkara Tuorekurkku Mallasvuoka	Munavoi m,g Riisipiirakka	Gottermakkara Maustekurkku Setsuuri	Kotijuusto Tomaatti Mallasvuoka	Broilerleikkele Tuorekurkku Perunavuoka

PUHDIN RUOKALISTA

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 8.3.2021	Tiistai 9.3.2021	Keskiviikko 10.3.2021	Torstai 11.3.2021	Perjantai 12.3.2021	Lauantai 13.3.2021	Sunnuntai 14.3.2021
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Kinkkumakkara Päärynäsose	Neljänviljanpuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Appelsiinitäysmehu	Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Omenasose	Neljänviljanpuuro Kinkkumakkara Appelsiinitäysmehu
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Nakkistroganoff l Peruna Herne-maissi-porkkana Jääv-kurkku-kesäkurp	J.liha-kasvispizza l Jääv-fr-punasal-mand	Br.-ananas-pata l,g Peruna Herne Jääv-kurkku-paprika	Kasvispyörykkä l,g Juustokastike l,g Peruna Vihannesmix Kurkkuraastesalaatti	Palapaisti l,g Peruna Uunijuurekset Jääv-k.kaali-ananas	Merimiespihvivuo.m,g Lanttukuutiot Kaali-puolukkasalaatti	Currykala l,g Peruna Porkkanaviipaleet Jääv-tomaatti-kurkku
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvikakku	Pitko	Korvapuusti	Pikkuleipä	Pitko	Kääretorttu	Kahvikakku
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kirjolohikeitto l,g Luumukiisseli m,g	Silakkalaatikko l,g Hedelmäsalatti m,g	Jauhelihakeitto l,g Aprikoosirahka l,g	Broiler-riisivuo.l,g Mustah.kiisseli m,g	Makkarakeitto m,g Mans-rapar.kiiss m,g	Kesäkeitto l,g Paahtokinkku Ruis-mustikkapuuro m	Kalkk-kasviskeit l,g Vadelmakiisseli m,g
Ilta-pala	Ilta-pala	Ilta-pala	Ilta-pala	Ilta-pala	Ilta-pala	Ilta-pala
Maksamakkara Maustekurkku Mallasvuoka	Kotijuusto Tomaatti Perunavuoka	Lauantaimakkara Tuorekurkku Mallasvuoka	Munavoi m,g Riisipiirakka	Gotlermakkara Maustekurkku Setsuuri	Kotijuusto Tomaatti Mallasvuoka	Broilerleikkele Tuorekurkku Perunavuoka

PUHDIN RUOKALISTA

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 15.3.2021	Tiistai 16.3.2021	Keskiviikko 17.3.2021	Torstai 18.3.2021	Perjantai 19.3.2021	Lauantai 20.3.2021	Sunnuntai 21.3.2021
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Kinkkumakkara Päärynäsose	Neljänviljanpuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Appelsiinitäysmehu	Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Omenasose	Neljänviljanpuuro Kinkkumakkara Appelsiinitäysmehu
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastike l Peruna Vihannemix Jääv-kurkku-kesäkurp	Uunimakkara l,g Kermakastike l,g Juuresose l,g K.kaali-kurkku-papri	Broilerleike m Mangoraj-ky.kast l,g Peruna Porkkanasuikale Jääv-persikka-kurkku	Antin k.lohikeit l,g Tuoresalaatti Ohukaiset l Hillo	Siikapihvi m,g Sitruunakastike l,g Peruna Porkkanasekoitus Cole slaw sal m,g	Broilerkiusaus l,g Kahden kaalin sekoitus Jääv-fr-punasal-mand	Karjalanpaisti m,g Peruna Porkkanalaatikko l,g Jääv-h.meloni-kurkku
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvikakku	Pitko	Korvapuusti	Pikkuleipä	Pitko	Kääretorttu	Kahvikakku
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Porkkanasosekeit l,g Paahtokinkku Marjarahka l,g	Kirjolohikiusaus l,g Mansikkakiisseli m,g	Lihakeitto m,g Vatk.luumupuuro m	Maksalaatikko m,g Puolukkasurvos	Jauhel-tom.keit m,g Mangorahka l,g	Makkarakeitto m,g Suklaa-vehnäpuuro l	Saaristokalakeit l,g Ruusum.kiisseli m,g
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Maksamakkara Maustekurkku Mallasvuoka	Kotijuusto Tomaatti Perunavuoka	Lauantaimakkara Tuorekurkku Mallasvuoka	Munavoi m,g Riisipiirakka	Gottermakkara Maustekurkku Setsuuri	Kotijuusto Tomaatti Mallasvuoka	Broilerleikkele Tuorekurkku Perunavuoka

PUHDIN RUOKALISTA

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 22.3.2021	Tiistai 23.3.2021	Keskiviikko 24.3.2021	Torstai 25.3.2021	Perjantai 26.3.2021	Lauantai 27.3.2021	Sunnuntai 28.3.2021
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Kinkkumakkara Päärynäsose	Neljänviljanpuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Appelsiinitäysmehu	Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Omenasose	Neljänviljanpuuro Kinkkumakkara Appelsiinitäysmehu
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Br.file curryk l,g Tummariisi Puutarhurin kasvikset Jääv-kaali-kurpitsa	Lihapyörykkä l Kermakastike l,g Peruna Pikkuporkkana Jääv-kurkku-c.meloni	Lapskoussi l,g Punaj-omena-k.kaali	Burg. lihapata m,g Peruna Lanttukuutiot Jääv-tomaatti-kurkku	Lohimurekepihvi m Sitruunakastike l,g Peruna Porkkanasuikale K.kaali-kurkku-papri	Lihamakaronilaat. l Vihannesmix Jääv-fr-punasal-mand	Smetanabroiler l,g Peruna Porkkanasekoitus Jääv-k.kaali-ananas
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvikakku	Pitko	Korvapuusti	Pikkuleipä	Pitko	Kääretorttu	Kahvikakku
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauhel-pekoniemi m,g Puolukkarahka l,g	K.lohi-kasv.laat l,g Marja-hed.kiiss m,g	Pehmeä br.keitto l,g Topseilvellinki m,g	Kinkkukiusaus l,g Hedelmäsaati m,g	Nakkikeitto m,g Karpal-must.kiis m,g	Kalakeitto l,g Appels.kiisseli m,g	Juusto-kasv.keit l,g Luumu-riisipuuro m,g
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Maksamakkara Maustekurkku Mallasvuoka	Kotijuusto Tomaatti Perunavuoka	Lauantaimakkara Tuorekurkku Mallasvuoka	Munavoi m,g Riisipiirakka	Gotlermakkara Maustekurkku Setsuuri	Kotijuusto Tomaatti Mallasvuoka	Broilerleikkele Tuorekurkku Perunavuoka

PUHDIN RUOKALISTA

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 29.3.2021	Tiistai 30.3.2021	Keskiviikko 31.3.2021	Torstai 1.4.2021	Perjantai 2.4.2021	Lauantai 3.4.2021	Sunnuntai 4.4.2021
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Ruishiutalepuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Kinkkumakkara Päärynäsose	Neljänviljanpuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Appelsiinitäysmehu	Mannapuuro Juusto Omenatäysmehu	Kaurapuuro Paahtokinkku Omenasose	Riisipuuro l,g Kinkkumakkara Appelsiinitäysmehu
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Lammaspyörykkä Vaalea kastike l,g Perunasose l,g Herne-maissi-porkkana K.kaali-kurkku-papri	Lihakeitto m,g Tuoresalaatti Mansikkarahka l,g	Kasvispihvi m Juustokastike l,g Peruna Punajuurilisäke Jääv-persikka-kurkku	Broilerkastike l,g Peruna Porkkanaviipaleet Jääv-kurkku-c.meloni	Stroganoff m,g Peruna Porkkanalaatikko l,g Jääv-k.kaali-ananas	Kalk-kasviskius. l,g Kahden kaalin sekoitus Punaj-omena-k.kaali	Uunikirjoloji l,g Peruna Puutarhurin kasvikset Jääv-h.meloni-kurkku
Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi	Päiväkahvi
Kahvikakku	Pitko	Korvapuusti	Pikkuleipä	Kääretorttu	Piirakka	Kahvikakku
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kalkk-kasviskeit l,g Mustah.kiisseli m,g	Janssoninkiusaus l,g Etikkapunajuuri	Kirjolahikeitto l,g Kuningatarkiis m,g	Makkarapata m,g Mokkarahka l,g	Kasvissosekeitto l,g Paahtokinkku Mämmi m	Kinkkukeitto m,g Suklaa-mannapuuro l	Jauheliuhakeitto l,g Hedelmärahka l,g
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Maksamakkara Maustekurkku Mallasvuoka	Kotijuusto Tomaatti Perunavuoka	Lauantaimakkara Tuorekurkku Mallasvuoka	Munavoi m,g Riisipiirakka	Gotlermakkara Maustekurkku Setsuuri	Kotijuusto Tomaatti Mallasvuoka	Broilerleikkele Tuorekurkku Perunavuoka