

VIIKKO 4	2019	POTILASAAMUPALA	POTILASLOUNAS	HENKILÖKUNTALOUNAS	POTILASPÄIVÄLLINEN	MINILOUNAS	POTILASILTAPALA
Maanantai	21.1.	Kaurapuuro, kaurapaahtoleipä, kinkku, salaatinlehti	Sianliha-yrttiäpata M, G, riisi, kukkakaali, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+maissi	Sianliha-yrttiäpata M, G, riisi, kukkakaali; Vadelmakiisseli M, G	Kasvis-papukroketit M, G, perunamuhennos L, kiinakaali+rucola+tomaatti	Tonnikalasalaatti M, G; Neljänviljan-mustikkapuuro M	Ruispuikula, juusto, mandariini, kevytjogurtti
Tiistai	22.1.	Vehnähiutalepuuro, Chia -paahtoleipä, keitetty kananmuna, tuore kurkku	Lihamureke M, G, perunat, sienimuhennos L, uunijuurekset, jäävuorisalaatti+ kesäkurpitsa+paprika	Lihamureke M, G, perunat, sienimuhennos L, uunijuurekset; Hedelmäsalaaatti M, G	Broileri-perunalaatikko L, G, porkkanaraaste+mandariini; Mustikkavispipuuro M	Miestroneikko M	Juussämpylä, kinkku, banaani, viili
Keskiviikko	23.1.	Terveyspuuro, moniviljapaahtoleipä, juusto, tomaatti	Kaalilaatikko M, G, perunat, maissi, puolukkahillo, kiinakaali+Vihreä salaattimix+tomaatti	Kaalilaatikko M, G, perunat, maissi, puolukkahillo; Mansikka-mustikkajogurtti L, G	Täyteläinen kalakeitto L, G, Rosé -salaattimix+tuore kurkku+persikka; Ohukaiset L, hillo	Juusspihvit M, G, Tzatziki L, G	Kaurapala, kalkkunaleike, kiivi, proteiinijogurtti
Torstai	24.1.	Ruishitalepuuro, täysjyväpaahtoleipä, kinkku, tuore kurkku	Silakkapihvit M, perunat, pinaattimuhennos L, herne-maissi-paprika, valkokaali+porkkanaraaste+pikkelsi	Silakkapihvit M, perunat, pinaattimuhennos L, herne-maissi-paprika; Jäätelö	Kasvissoseikko L, G, jäävuorisalaatti+ananas+ persilja; Suklaamannapuuro L	Broileri-pastalaatikko L	Kaurapaahtoleipä, juusto, päärynä, kevytjogurtti
Perjantai	25.1.	Ohrahiutalepuuro, kuitsämpylä, kalkkunaleike, salaatinlehti	Broileri-ananaspata M, G, riisi, porkkanat, jäävuorisalaatti+ kesäkurpitsa+tomaatti	Broileri-ananaspata M, G, riisi, porkkanat; Puolukkakiisseli M, G, vispikerma L, G	Lasagnette L, Vihreä salaattimix+tuore kurkku+maissi; Karhunvatukkakiisseli M, G	Tomaatti-mozzarellaikko L, G	Ruispuikula, maksamakkara, mandariini, viili
Lauantai	26.1.	Marjaviili, kokojyväpaahtoleipä, juusto, tomaatti	Liha-currypata L, perunat, parsakaali; Kääretorttu M, vaniljakstike G	Liha-currypata L, perunat, parsakaali, kiinakaarli+rucola+paprika; Kääretorttu M, vaniljakstike G	Kukkakaali-kinkkugratiini L, G, perunat, porkkanaraaste+persikka+ raejuusto		Ruissämpylä, kalkkunaleike, omena, proteiinijogurtti
Sunnuntai	27.1.	Viili, moniviljasämpylä, pippurihärkä, tuore kurkku	Wienerleike M, perunasose L, G, Paola -vihanekset, jäävuorisalaatti+kesäkurpitsa+ ananas	Wienerleike M, perunasose L, G, Paola -vihanekset, jäävuorisalaatti+kesäkurpitsa+ ananas; Rahkavahto L, G	Lohikeitto L, G, punakaali+Rosé salaattimix+tomaatti; Omenakiisseli M, G		Moniviljaleipä, juusto, banaani, kevytjogurtti

VIKKO 5	2019	POTILASAAMUPALA	POTILASLOUNAS	HENKILÖKUNTALOUNAS	POTILASPÄIVÄLLINEN	MINILOUNAS	POTILASILTAPALA
Maanantai	28.1.	Kaurapuuro, ruispaahtoleipä, kinkku, salaatinlehti	Jauhelihakastike M, G, spagetti, porkkanat, jäävuori-salaatti+maiss+salaattisiemenet	Jauhelihakastike M, G, spagetti, porkkanat; Maizena L, G, hillo	Porkkana-linssikeitto M, G, kiinankaali+rucola+ tuore kurkku; Puolukkahyve L	Punajuuri-juureskiausaus L, G	Ruispuikula, juusto, mandariini, kevytjogurtti
Tiistai	29.1.	Vehnähiutalepuuro, Chia-paahtoleipä, keitetty kananmuna, tuore kurkku	Broileria tomaattichutneyssä M, G, riisi, parsakaali, jäävuori-salaatti+meloni+paprika	Broileria tomaattichutneyssä M, G, riisi, parsakaali; Kahvi, keksi	Makkara-perunasose-laatikko L, G, porkkanaraaste+ ananas+rusinat; Hedelmä	Lihakeitto M, G, sämpylä	Juressämpylä, kinkku, banaani, viili
Keskiviikko	30.1.	Terveyspuuro, moniviljapaahtoleipä, juusto, tomaatti	Mantelika M, perunasose L, G, maissi, kiinankaali+ Vihreä salaattimix+oliivit	Mantelikala M, perunasose L, G, maissi; Mustikkakiisseli M, G	Kalkkuna-tomaattikeitto M, G, jäävuorisalaatti+ tuore kurkku+persikka; Omena-kanelijogurtti L, G	Kinkkukiausaus L, G	Kaurapala, kalkkunaleike, kiivi, proteiinijogurtti
Torstai	31.1.	Ruishitalepuuro, täysjyväpaahtoleipä, kinkku, tuore kurkku	Unkarilainen lihapata L, G, perunat, Vihannesmix, valkokaali+ Rosé -salaattimix+pikkelsi	Unkarilainen lihapata L, G, perunat, vihannesmix, Ananasrahka L, G	Porkkanapihvit M, G, perunasose L, G, jäävuorisalaatti+paprika+ maissi	Kanasalaatti M, G; Aprikoosi-vehnähiutalepuuro M	Kaurapaahtoleipä, juusto, päärynä, kevytjogurtti
Perjantai	1.2.	Ohrahiutalepuuro, kuitusämpylä, kalkkunaleike, salaatinlehti	Broileripyörökät M, G, perunat, juusto-yrttikastike L, G, Aurinkokasvikset, jäävuorisalaatti+ kesäkurpitsa+tomaatti	Broileripyörökät M, G, perunat, juusto-yrttikastike L, G, Aurinkokasvikset; Juustokiisseli L, G, hillo	Janssonin kiausaus L, G, porkkanaraaste+persikka; Hedelmä-salaatti M, G	Täyteläinen kalakeitto L, G	Ruispuikula, maksamakkara, mandariini, viili
Lauantai	2.2.	Marjaviili, kokojyväpaahtoleipä, juusto, tomaatti	Pedron lihapata M, G, perunat, kukkakaali, Lakritsirahka L, G	Pedron lihapata M, G, perunat, kukkakaali, valkokaali+ ananas+persilja; Lakritsirahka L, G	Broileri-riisilaatikko L, G, Vihreä salaattimix+tomaatti; Punaherukka-vadelmakiisseli M, G		Ruissämpylä, kalkkunaleike, omena, proteiinijogurtti
Sunnuntai	3.2.	Viili, moniviljasämpylä, pippurihärkä, tuore kurkku	Kala Balaton L, G, perunat, Festivaalivihannes; Säilykepäärynä, raejuustokerma L, G	Kala Balaton L, G, perunat, Festivaalivihannes, kiinankaali+rucola+paprika+ viinirypäleet; Säilykepäärynä, raejuustokerma L, G	Minestronekeitto M, Rosé -salaattimix+ tuore kurkku+kesäkurpitsa; Persikkakiisseli M, G		Moniviljaleipä, juusto, banaani, kevytjogurtti

VIKKO 6	2019	POTILASAMUPALA	POTILASLOUNAS	HENKILÖKUNTALOUNAS	POTILASPÄIVÄLLINEN	MINILOUNAS	POTILASILTAPALA
Maanantai	4.2.	Kaurapuuro, kaurapaahtoleipä, kinkku, salaatinlehti	Chili con Carne M, G, riisi, maissi, jäävuorisalaatti+ tuore kurkku+kesäkurpitsa	Chili con Carne M, G, riisi, maissi; Karviaisrahka L, G	Välimeren broilerivuoka L, G, kiinakaali+jäävuorisalaatti+ tomaatti	Kinkku-mozzrellasalaatti G; Kaurapuuro M, hillo	Ruispala, juusto, mandariini, kevytjogurtti
Tiistai	5.2.	Vehnähiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, keitetty kananmuna, tuore kurkku	Kalamureke L, G, perunat, muna-purjokastike L, Romanesco -vihannekset, porkkana-raaste+mandariini; Kahvi, Runebergin torttu M	Kalamureke L, G, perunat, muna-purjokastike L, Romanesco -vihannekset; Kahvi, Runebergin torttu M	Siskonmakkarakeitto M, G, jäävuorisalaatti+paprika+ meloni; Kuningatarkiisseli M, G	Broileri-linssikeitto M, G	Porkkanasämpylä, kinkku, banaani, viili
Keskiviikko	6.2.	Terveyspuuro, grahampahtoleipä, juusto, tomaatti	Lasagne L, porkkanat, kiinankaali+Vihreä salaattimix+paprika	Lasagne L; Rapaperikiisseli M, G	Kasvispuikot M, perunasose L, G, Rosé -salaattimix+ananas	Lohikeitto L, G, sämpylä	Kaurasämpylä, kalkkunaleike, kiivi, proteiinijogurtti
Torstai	7.2.	Ruishiutalepuuro, grahamsämpylä, kinkku, tuore kurkku	Broileri-currykastike M, G, riisi, ruusukaali, valkokaali+maissi+persikka	Broileri-currykastike M, G, riisi, ruusukaali; Mustikkahyve L	Kalaseljanka M, G, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+ salaattisiemenet; Mandariini-appelsiiniikiisseli M, G	Kebabkiusaus L, G	Kaurapaahtoleipä, juusto, päärynä, kevytjogurtti
Perjantai	8.2.	Ohrahiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, kalkkunaleike, salaatinlehti	Itämainen sianlihakastike M, G, riisi, jäävuorisalaatti+kesäkurpitsa+ tomaatti	Itämainen sianlihakastike M, G, riisi; Omenapaistos M, vaniljakastike G	Jauheliha-perunasose-laattikko L, G, porkkanaraaste+rusinat; Jäätelö	Bataattisosekeitto L, G, Karjalan piirakka L	Ruispala, maksamakkara, mandariini, viili
Lauantai	9.2.	Marjaviili, kaurapaahtoleipä, juusto, tomaatti	Jokamiehenkala M, G, perunat, katkarapukastike L, Aurinkokasvikset; Kaamoskiisseli M, G	Jokamiehenkala M, G, perunat, katkarapukastike L, Aurinkokasvikset, kiinankaali+rucola+paprika, Kaamoskiisseli M, G	Punajuurisosekeitto L, G, Vihreä salaattimix, tuore kurkku+tomaatti, Suklaakiisseli L, G		Siemensämpylä, Kalkkunaleike, omena, proteiinijogurtti
Sunnuntai	10.2.	Viili, kaurasämpylä, pippurihärkä, tuore kurkku	Broileri, perunat, appelsiinikastike L, kukkakaali+parsakaali; Meloni	Broileri, perunat, appelsiinikastike L, kukkakaali+parsakaali, Rosé -salaattimix+ananas; Meloni	Merimiespata M, G, punakaali+jäävuorisalaatti+ persikka; Omenariisi M, G		Retkilimppu, juusto, banaani, kevytjogurtti

VIIKKO 7	2019	POTILASAMUPALA	POTILASLOUNAS	HENKILÖKUNTALOUNAS	POTILASPÄIVÄLLINEN	MINILOUNAS	POTILASILTAPALA
Maanantai	11.2.	Kaurapuuro, kaurapaahtoleipä, kinkku, salaatinlehti	Maksapihvit M, G, perunat, ruskeakastike L, G, porkkanat, puolukkahillo, jäävuorisalaatti+meloni+paprika	Maksapihvit M, G, perunat, ruskeakastike L, G, porkkanat, puolukkahillo; Kahvi, pulla	Juusto-kinkkusalaatti L, G; Ruis-puolukkapuuro M	Riisipuuro G, keitetty kananmuna, silli; Rusinakeitto M, G	Ruispala, juusto, mandariini, kevytjogurtti
Tiistai	12.2.	Vehnähiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, keitetty kananmuna, tuore kurkku	Lime-persiljakala M, perunat, kermaviilikastike L, G, Aurinkokasvikset, jäävuorisalaatti+ kesäkurpitsa+tomaatti	Lime-persiljakala M, perunat, kermaviilikastike L, G, Aurinkokasvikset; Aprikoosivispipuuro M	Keltainen broilerkeitto M, G, kiinakaali+rucola+ tuore kurkku; Raparperi kiisseli M, G	Broileri-riisilaatikko L, G	Porkkanasämpylä, kinkku, banaani, viili
Keskiviikko	13.2.	Terveyspuuro, grahampaahtoleipä, juusto, tomaatti	Chicken ala King L, riisi, parsakaali, porkkanaraaste+ananas+rusinat	Chicken ala King L, riisi, parsakaali; Mansikkakiisseli M, G	Lappskojs M, G, Rosé salaattimix+paprika+ tomaatti; Mangorahka L, G	Tonnikalakiusaus L, G	Kaurasämpylä, kalkkunaleike, kiivi, proteiinijogurtti
Torstai	14.2.	Ruishiutalepuuro, grahamsämpylä, kinkku, tuore kurkku	Hernekeitto M, G, valkokaali+Vihreä salaattimix+ persikka; Kahvi, Valentinleivos	Hernekeitto M,G; Kahvi, Valeninleivos	Lohikiusaus L, G, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+ maissi; Hedelmäsalaaatti M, G	Meksikon kasvispihvit M, G, puolukkahillo	Kaurapaahtoleipä, juusto, päärynä, kevytjogurtti
Perjantai	15.2.	Ohrahiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, kalkkunaleike, salaatinlehti	Pyttipannu M, G, jäävuorisalaatti+tomaatti+salaatti- siemenet; Ananaskiisseli M, G	Pyttipannu M, G; Ananaskiisseli M, G	Kasvispihvit L, perunamuhennos L, porkkanaraaste+persikka	Tomaattinen lihakeitto M, G	Ruispala, maksamakkara, mandariini, viili
Lauantai	16.2.	Marjaviili, kaurapaahtoleipä, juusto, tomaatti	Lihamureke M, G, perunat, pippurikastike L, kukkakaali; Riisi ala Malta L, G, hillo	Lihamureke M, G, perunat, pippurikastike L, kukkakaali, punakaali+ananas; Riisi ala Malta L, G, hillo	Pinaattikeitto L, keitetty kananmuna, jäävuorisalaatti+Rosé salaatti- mix, tuore kurkku		Siemensämpylä, Kalkkunaleike, omena, proteiinijogurtti
Sunnuntai	17.2.	Viili, kaurasämpylä, pippurihärkä, tuore kurkku	Kala Bordelaise M, G, perunasose L, G, Paolavihannekset; Mustikkarahka L, G	Kala Bordelaise M, G, perunasose L, G, Paolavihannekset, kiinakaali+ rucola+paprika+viinirypäleet; Mustikkarahka L, G	Maa-artisokkakeitto L, G, Karjalan piirakka L, Vihreä salaattimix+tomaatti+ maissi		Retkilimppu, juusto, banaani, kevytjogurtti

VIIKKO 8	2019	POTILASAAMUPALA	POTILASLOUNAS	HENKILÖKUNTALOUNAS	POTILASPÄIVÄLLINEN	MINILOUNAS	POTILASILTAPALA
Maanantai	18.2.	Kaurapuuro, kaurapaahtoleipä, kinkku, salaatinlehti	Seitiä sitruunakastikkeessa L, G perunat, parsakaali, porkkanaraaste+mandariini	Seitiä sitruunakastikkeessa L, G perunat, parsakaali; Persikkarahka L, G	Lihamakaronilaatikko L, jäävuorisalaatti+kesäkurpitsa+ meloni; Vadelmakiisseli M, G	Pinaattikeitto L, keitetty kananmuna	Ruispala, juusto, mandariini, kevytjogurtti
Tiistai	19.2.	Vehnähiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, keitetty kananmuna, tuore kurkku	Lihakastike M, perunat, paahdettu lanttu M, G, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+maissi	Lihakastike M, perunat, paahdettu lanttu M, G; Lumikkivanukas G, hillo	Kinkku-perunasoselaatikko L, G, kiinankaali+jäävuorisalaatti+ tomaatti; Hedelmä	Lohisalaatti M, G, syyspuuro M	Porkkanasämpylä, kinkku, banaani, viili
Keskiviikko	20.2.	Terveyspuuro, grahampaahtoleipä, juusto, tomaatti	Uunimakkara L, G, perunasose L, G, Paola -vihannekset, kiinanakaali+Vihreä salaattimix+paprika	Uunimakkara L, G, perunasose L, G, Paola -vihannekset; Kahvi, keksi	Broiler-bataattikeitto L, G, Rosé -salaattimix+ananas; Aprikoosirahka L, G	Liha-makaronilaatikko L	Kaurasämpylä, kalkkunaleike, kiivi, proteiinijogurtti
Torstai	21.2.	Ruishiutalepuuro, grahamsämpylä, kinkku, tuore kurkku	Lihapyörökät M, perunat, tomaattikastike M, porkkanat, valkokaali+maissi+ persikka	Lihapyörökät M, perunat, tomaattikastike M, porkkanat; Puolukkahyve L	Tonnikalakiusaus L, G, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+ salaattisiemenet; Omena-ruusunmarjakiisseli M, G	Kreikkalainen laatikko L, G	Kaurapaahtoleipä, juusto, päärynä, kevytjogurtti
Perjantai	22.2.	Ohrahiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, kalkkunaleike, salaatinlehti	Broileria mangokastikkeessa L, G, riisi, ruuskaali, jäävuorisalaatti+ tomaatti	Broileria mangokastikkeessa L, G, riisi, ruuskaali; Mustaherukkakiisseli M, G	Kasvis-papukroketit M, G, perunasose L, G, porkkanaraaste+ananas+rusinat	Nakkikeitto M, G	Ruispala, maksamakkara, mandariini, viili
Lauantai	23.2.	Marjaviili, kaurapaahtoleipä, juusto, tomaatti	Kala ala Meuniere VL, perunat, kermaviilikastike L, G, herneet, kiinanakaali+ jäävuorisalaatti+paprika	Kala ala Meuniere VL, perunat, kermaviilikastike L, G, herneet, kiinanakaali+ jäävuorisalaatti+paprika; Mango-sitrusmousse L	Juusto-porkkanakeitto L, G, Karjalan piirakka L, punakaali+Vihreä sallaattimix+persikka		Siemensämpylä, Kalkkunaleike, omena, proteiinijogurtti
Sunnuntai	24.2.	Viili, kaurasämpylä, pippurihärkä, tuore kurkku	Jauhelihakääryleet L, perunagratiini L, G, kukkakaali+pavut, Rosé -salaattimix+ tomaatti+maissi	Jauhelihakääryleet L, perunagratiini L, G, kukkakaali+pavut, Rosé -salaattimix+ tomaatti+maissi; Karhunvatukkakiisseli M, G	Kalkkunasalaatti M, G, Neljänviljan-mustikkapuuro M		Retkilimppu, juusto, banaani, kevytjogurtti



Ruokalista Vaasan keskussairaala

MUUTOSOIKEUDET PIDATETAAN

VIIKKO 9	2019	POTILASAAMUPALA	POTILASLOUNAS	HENKILÖKUNTALOUNAS	POTILASPÄIVÄLLINEN	MINILOUNAS	POTILASILTAPALA
Maanantai	25.2.	Kaurapuuro, kaurapaahtoleipä, kinkku, salaatinlehti	Lohimurekepihvit M, G, perunat, juusto-yrttikastike L, G, Vihannemix, jäävuorisalaatti+ tuore kurkku+paprika	Lohimurekepihvit M, G, perunat, juusto-yrttikastike L, G, Vihannemix; Marjarahka L, G	Maalaimunakas L, G, porkkanaraaste+ananas; Hedelmä	Bortschkeitto M, G Smetana L	Ruispala, juusto, mandariini, kevytjogurtti
Tiistai	26.2.	Vehnähiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, keitetty kananmuna, tuore kurkku	Jauhelihakeitto M, G, jäävuorisalaatti+meloni+maissi; Vanukas	Kinkkupizza L, Hedelmä	Kasvis-fetapihvit L, G, perunamuhennos L, Rosé -salaattimix+tomaatti	Jauhelihakeitto M, G	Porkkanasämpylä, kinkku, banaani, viili
Keskiviikko	27.2.	Terveyspuuro, grahampaahtoleipä, juusto, tomaatti	Itämainen broilerkastike M, G, riisi, kiinankaali+ Rosé -salaattimix+tuore kurkku	Itämainen broilerkastike M, G, riisi; Mangorahka L, G	Piparjuuriliha M, perunat, Vihreä -salaattimix+tomaatti+parika; Mandariini-appelsiini kiisseli M, G	Kreikkalainen salaatti L, G, ruishiutalepuuro M, hillo	Kaurasämpylä, kalkkunaleike, kiivi, proteiinijogurtti
Torstai	28.2.	Ruishiutalepuuro, grahamsämpylä, kinkku, tuore kurkku	Lindströmin pihvit M, G, perunat, kermakastike L, G, kukkakaali, punakaali+ pikkelsi+porkkanaraaste	Lindströmin pihvit M, G, perunat, kermakastike L, G, kukkakaali; Kahvi, leivos	Broilerrisotto M, G, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+salaattisiemenet; Säilykeananas, raejuustokerma L, G	Janssonin kiusaus L, G	Kaurapaahtoleipä, juusto, päärynä, kevytjogurtti
Perjantai	1.3.	Ohrahiutalepuuro, siemenpaahtoleipä, kalkkunaleike, salaatinlehti	Nakit M, G, perunasose L, G, porkkanat+pavut, jäävuorisalaatti+kesäkurpitsa+tomaatti	Nakit M, G, perunasose L, G, porkkanat+pavut; Ruusunmarjakiisseli M, G	Kirkas kalakeitto M, G, porkkanaraaste+persikka; Rahkapikari L, G	Kasvisosekeitto L, G, sämpylä	Ruispala, maksamakkara, mandariini, viili
Lauantai	2.3.	Marjaviihi, kaurapaahtoleipä, juusto, tomaatti	Aprikoosibroileri L, G, riisi, parsakaali; Mustikkakiisseli M, G	Aprikoosibroileri L, G, riisi, parsakaali, jäävuorisalaatti+tuore kurkku+meloni; Mustikkakiisseli M, G	Uunisilakat L, G, perunasose L, G, punakaali+maissi+ananas		Siemensämpylä, Kalkkunaleike, omena, proteiinijogurtti
Sunnuntai	3.3.	Viili, kaurasämpylä, pippurihärkä, tuore kurkku	Paisti M, G, lohkoperunat, Rosépippurikastike L, kiinanakaali+ruccola+paprika+ viinirypäleet	Paisti M, G, lohkoperunat, Rosépippurikastike L, kiinanakaali+ruccola+paprika+ viinirypäleet; Vanukas	Keltainen broilerikeitto M, G, Vihreä salaattimix+tomaatti+ kesäkurpitsa; Mansikkakiisseli M, G		Retkilimppu, juusto, banaani, kevytjogurtti