



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIKKO 15

8.4.-14.4.2019

Maanantai

Jauhelihakastike L, pasta/perunat, lämmin kasvis, salaatti
Puolukkakiisseli M, G, vaniljavaahto
Pyttipannu L, G, kananmuna

2. Pyttipannu L, G, kananmuna, salaatti

Tiistai

Uunisilakat L, G, perunasose L, G, punajuuri, salaatti
Aprikoosikiisseli
Ohrasuurimopuuro, marjat

2. Ohrasuurimopuuro, marjat

Keskiviikko

Makkarakeitto M, G
Ohukaiset L, tuoremarjahillo
Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti

2. Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti

Torstai

Possukastike M, perunat, keitetty kasvis, salaatti
Hedelmärahka L
Provencen lihakeitto

2. Provencen lihakeitto

Perjantai

Kasvispihvi L, kermaviilikastike L, G, perunat, salaatti
Boysenmarjakiisseli
Kalastajakeitto L, G

2. Kalastajakeitto L, G

Lauantai

Jauhelihakasviskiusaus L, G, salaatti
Suklaakiisseli L, G
Kinkkumunakas L, G, salaatti

Sunnuntai

Aurinkoinen uunibroileri L, G, perunat, salaatti
Mansikka-raparperikiisseli M, G
Ruismarjapuuro M, kananmuna, silli

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.

* Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIIKKO 16

15.4.-21.4.2019

Maanantai

Piparjuuriliha L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Appelsiinikiisseli
Bataattiperunasosekeitto L, G, raejuusto L, G, salaatti

2. Bataattiperunasosekeitto L, G, raejuusto L, G, salaatti

Tiistai

Savukalavuoka L, G punajuuri, salaatti
Mustikkakiisseli
Kasvispihvit, perunat, kastike

2. Kasvispihvit, perunat, salaatti

Keskiviikko

Kaalikeitto
Suklaamannapuuro
Italianpata, salaatti

2. Italianpata, salaatti

Torstai

Broileri-parmesaanileike, perunat, riisi, currykastike, lämmin kasvis
Mangorahka
Pajalanpuuro M, juusto, kurkku

2. Lounassalaatti

Perjantai

Pitkäperjantai

Lammaspyörökät M, G, perunasose, minttuyltistikastike, salaatti
Mämmi, kerma
Porkkanasosekeitto L, G

2. Ei vaihtoehtolounasta

Lauantai

Kahden kalankeitto L, G
Marjapiirakka L, vaniljakastike L, G
Kasvispyörökkäkastike, perunasose, maustekurkku

Sunnuntai

Lapin juustoinen lihapata L, perunasose L, punajuuri
Luumukiisseli M, G, kermavaahto L, G
Riisipuuro, kanelisokeri, kananmuna

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.

* Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIIKKO 17

22.4.-28.4.2019

Maanantai

Toinen Pääsiäispäivä

**Kuorrutettu kala, perunasose, lämmin kasvis, salaatti
Mämmi, kerma
Juusto-parsakaalikeitto**

2. Ei vaihtoehtolounasta

Tiistai

**Siskonmakkarakeitto M, G
Pannukakku L, tuoremarjahillo
Uunimunakas, salaatti**

2. Uunimunakas, salaatti

Keskiviikko

**Lihamakaronilaatikko, maustekurkku, salaatti
Raparperikiisseli
Kermainen Kalakeitto**

2. Kermainen Kalakeitto

Torstai

**Hunajapossupata L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Marjarahka L, G
Porkkanasosekeitto, riisipiirakka**

2. Porkkanasosekeitto, riisipiirakka

Perjantai

**Kaalikäärlyle M, G, kastike L, G perunat, puolukkasurvos, salaatti
Hedelmäsalaatti M, G
Kalifornian kanakeitto L, G, salaatti**

2. Kalifornian kanakeitto L, G, salaatti

Lauantai

**Juustoinen kalkkunakeitto L
Ruusunmarjavahto L, G
Mannapuuro, hillo, kinkkutahna**

Sunnuntai

**Uunilohi L, G, juuressose L, G, salaatti
Mansikkakiisseli L, G
Luomupuuro, mehukeitto**

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.

* Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIIKKO 18

29.4.-5.5.2019

Maanantai

Jauhelihakastike, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Porkkana-sitruunakiisseli
Pinaattikeitto, kananmuna, salaatti

2. Pinaattikeitto, kananmuna, salaatti

Tiistai

Kirkas kalakeitto
Ohukainen, tuoremarjahillo, kermavaahto
Nakit, perunasose, perunasalaatti

2. Nakit, kermaperunat, perunasalaatti, salaatti

Keskiviikko
Vappu

Lihamureke M, G, perunasose, kastike L, G, lämmin kasvis, salaatti
Persikkakiisseli M, G
Juusto-parsakaalikeitto L, G, leikkele

2. Ei vaihtoehtolounasta

Torstai

Savunmakuinen kalkkunakastike L, perunat/riisi, lämmin kasvis, salaatti
Mansikkajogurtti L, G
Tonnikalavuoka, tomaattikuutio

2. Tonnikalavuoka, salaatti

Perjantai

Jauhemaksapihvit, kastike L, G, perunasose, puolukkasurvos, salaatti
Päärynäkiisseli M, G
Juuressosekeitto L, G

2. Juuressosekeitto L, G

Lauantai

Lihakeitto M, G
Ruismarjapaistos L, vaniljakastike L, G
Kasviskiusaus, maustekurkku

Sunnuntai

Uunibroileri L, G, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Mustaherukkakiisseli, M, G
Helmipuuro G, hillo, muna-riisipasteija L

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.

* Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIIKKO 19	6.5.-12.5.2019
Maanantai	Kalakastike L, G, perunat, lämmin kasvis, salaatti Kuningatarkiisseli M, G Jauheliha-kukkakaalilaatikko, tomaattikuutio 2. Jauheliha-kukkakaalilaatikko, salaatti
Tiistai	Lihapullat M, G, perunasose L, kastike, lämmin kasvis, salaatti Pitsikiisseli L, G Bataattikeitto, salaatti 2. Bataattikeitto, salaatti
Keskiviikko	Karjalanpaisti L, G, perunat, puolukkasurvos, salaatti Mango-jogurttivanukas Kirjolahikeitto L, G 2. Kirjolahikeitto L, G
Torstai	Hernekeitto M, G Pannukakku L, tuoremarjahillo, kermavaahto L, G Aurinkoinen moussaka L, G, salaatti 2. Aurinkoinen moussaka L, G, salaatti
Perjantai	Kinkkukiusaus L, G, salaatti Omena-kanelikiisseli L, G Kalapihvit, perunasose, kermaviilikastike 2. Kalapihvit, perunasose, kylmäkastike
Lauantai	Juustoinen kanakeitto L, G Mustikkahyve L Lapskoj, lämmin kasvis, puolukkasurvos
Sunnuntai	Stroganoff L, perunat, lämmin kasvis, salaatti Maitokiisseli L, G, tuoremarjahillo Ohrasuurimopuuro, mehukeitto

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* **Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.**

* **Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.**

* **Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.**

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIKKO 20

13.5.-19.5.2019

Maanantai

Curry-possukastike L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Ananas-persikkakiisseli M, G
Hollantilainen broilerikeitto, salaatti
2. Hollantilainen broilerikeitto, salaatti

Tiistai

Uunimakkara, perunasose, salaatti
Mansikkakiisseli M, G
Kukkakaalikeitto L

2. Kukkakaalikeitto L

Keskiviikko

Jauhelihakeitto M, G
Omenapaistos L, vaniljakastike L, G
Sukijaki L, riisi/perunat, salaatti
2. Sukijaki L, riisi/perunat, salaatti

Torstai

Kaalilaatikko L, G, puolukkasurvos, salaatti
Marjakiisseli, keksi
Pasta Carbonara

2. Pasta Carbonara

Perjantai

Lohimurekepihvi L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Jogurttivahto L, G
Jauhelihakeitto

2. Jauhelihakeitto

Lauantai

Broilerikiusaus L, G, maustekurkku
Kahvikiisseli G
Makaronivelli, leikkele

Sunnuntai

Kuorrutettu kala L, perunasose, salaatti
Mangokiisseli M, G
Riisipuuro, kanelisokeri

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.

* Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIIKKO 21

20.5.-26.5.2019

Maanantai

**Jauhelihakastike L, pasta/perunat, lämmin kasvis, salaatti
Puolukkakiisseli M, G, vaniljavaahto
Pyttipannu L, G, kananmuna, salaatti**

2. Pyttipannu L, G, kananmuna, salaatti

Tiistai

**Silakkapihvit, kastike L, G, perunasose L, G, punajuuri, salaatti
Aprikoosikiisseli
Ohrasuurimopuuro**

2. Ohrasuurimopuuro

Keskiviikko

**Makkarakeitto M, G
Ohukaiset L, tuoremarjahillo
Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti**

2. Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti

Torstai

**Possukastike M, perunat, keitetty kasvis, salaatti
Hedelmärahka L
Provencen lihakeitto**

2. Provencen lihakeitto

Perjantai

**Kasvispihvi L, kermaviilikastike L, G, perunat, salaatti
Boysenmarjakiisseli
Kalastjankeitto L, G**

2. Kalastjankeitto L, G

Lauantai

**Jauhelihakasviskiusaus L, G, salaatti
Suklaakiisseli L, G
Kinkkumunakas L, G, salaatti**

Sunnuntai

**Aurinkoinen uunibroileri L, G, perunat, salaatti
Mansikka-raparperikiisseli M, G
Ruismarjapuuro M, kananmuna, silli**

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Viikonloppuisin Vuorikeskuksessa vain asukkaiden ruokailu.

* Ruukinkartanossa ja Vuorikeskuksessa vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !