



Ruukinkartano, Vuorikeskus

Ruokalista

VIIKKO 36

31.8.-6.9.2020

Maanantai

Palapaisti L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Appelsiinikiisseli M, G
Pinaattikeitto, kananmuna

2. Pinaattikeitto, kananmuna, salaatti

Tiistai

Savukalavuoka L, G, punajuuri, salaatti
Mustikkakiisseli M, G
Kasvispihvit, perunat, kermaviilikastike

2. Kasvispihvit, perunat, kermaviilikastike L, G, salaatti

Keskiviikko

Broilerikeitto L, G
Suklaamannapuuro L
Jauhelihakastike M, pasta, salaatti

2. Jauhelihakastike M, pasta, salaatti

Torstai

Makkarakastike L, M, perunasose L, G, lämmin kasvis, salaatti
Marjajogurtti L, G
Pajalanpuuro L, M

2. Broilersalaatti, salaatti

Perjantai

Lindströminpihvi, perunat, kermakastike, lämmin kasvis, salaatti
Mangokiisseli
Kesäkeitto

2. Kesäkeitto L, G, kinkkupiirakka L

Lauantai

Kahden kalankeitto L, G
Marjapiirakka L, vaniljakastike L, G
Jauhelihaperunasoselaatikko, maustekurkku

Sunnuntai

Lapin lihapata L, perunasose L, G, punajuuri
Luumukiisseli M, G, kermavaahto L, 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 37

7.9.-13.9.2020

Maanantai

Broilerikastike M, riisi, lämmin kasvis, salaatti
Kesämarjakiisseli M, G
Jauheliha-kasviskiusaus L, G, salaatti

2. Jauheliha-kasviskiusaus L, G, salaatti

Tiistai

Siskonmakkarakeitto M, G
Pullavanukas L, vaniljakastike L, G
Kinkkumunakas L, G, salaatti

2. Kinkkumunakas L, G, salaatti

Keskiviikko

Lihamureke M, G, perunasose L, tomaattikastike L, G, lämmin kasvis, salaatti
Persikkakiisseli M, G
Kermainen kalakeitto L, G

2. Kermainen kalakeitto L, G

Torstai

Sinappinen possukastike M, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Mansikkarahka L, G
Kalifornian kanakeitto L, G

2. Lihakeitto M, G, salaatti

Perjantai

Kaalikääryle M, G, kastike L, G, perunat, puolukkasurvos, salaatti
Hedelmäsalatti M, G
Lihakeitto M, G

Lauantai

Juustoinen kalkkunakeitto L, G
Ruusunmarjavaahto L, G
Mannapuuro, hillo

Sunnuntai

Uunilohi L, G, juuressose L, G
Mansikkakiisseli M, 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

VIKKO 38

14.9.-20.9.2020

Maanantai

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

2. Pinaattikeitto, kananmuna, salaatti

Tiistai

Kirkas kalakeitto
Ohukainen L, tuoremarjahillo, kermavaahto L, G
Nakkikastike M, perunasose L, G, puolukkasurvos

2. Nakkikastike M, perunat, salaatti

Keskiviikko

Savunmakuinen kalkkunakastike L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Mansikkajogurtti L, G
Kirjolahikiusaus L, G, tomaattikuutio

2. Kirjolahikiusaus L, G, salaatti

Torstai

Lihamakaronilaatikko, maustekurkku, salaatti
Raparperikiisseli M, G
Kesäkeitto L, G

2. Borssikeitto M, smetana L

Perjantai

Maksakastike L, perunat, puolukkasurvos, salaatti
Päärynäkiisseli M, G
Siskonmakkarakeitto M, G

2. Juuressosekeitto L, G, liha-riisipasteija

Lauantai

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

Sunnuntai

Broileri-Parmesanleike L, perunat, currykastike L, lämmin kasvis, salaatti
Mustaherukkakiisseli
Helmipuuro, hillo, leikkele

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

VIKKO39

21.9.-27.9.2020

Maanantai

Curry-kalakastike L, G, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Kuningatarkiisseli M, G
Kinkku-kukkakaalilaatikko L, G, tomaattikuutio

2. Kinkku-kukkakaalilaatikko L, G salaatti

Tiistai

Lihapyörykät L, G, perunasose L, G, kastike L, G, lämmin kasvis, salaatti
Pitsikiisseli
Makaronivelli, muna-riisipasteija

2. Bataattikeitto L, G, salaatti

Keskiviikko

Jauheliha-perunakiusaus L, G, salaatti
Omena-kanelikiisseli M, G
Appelsiini-sitruunakalaleike L, M, perunasose L, G kermaviilikastike L, G

2. Lohimurekepihvi M, kermaviilikastike L, G perunasose L, G, salaatti

Torstai

Hernekeitto
Pannukakku L, tuoremarjahillo, kermavaahto L, G
Aurinkoinen moussaka L, G

2. Aurinkoinen moussaka L, G, salaatti

Perjantai

Kasvispihvi, perunat, juustoyrttikastike, salaatti
Mango-jogurttivanukas
Kirjolahikeitto L, G

2. Kirjolahikeitto L, G, salaatti

Lauantai

Juustoinen broilerikeitto L, G
Mustikkahyve L
Lapskoj, lämmin kasvislisäke, puolukkasurvos

Sunnuntai

Stroganoff L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Vaniljakiisseli L, G, tuoremarjahillo
Ohrapuuro, mehukeitto, leikkele

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 40

28.9.-4.10.2020

Maanantai	Currypossukastike, perunat, lämmin kasvis, salaatti Ananas-persikkakiisseli Hollantilainen broilerikeitto M
	2. Hollantilainen broilerikeitto M, salaatti
Tiistai	Uunimakkara L, G, perunasose L, G, salaatti Mansikkakiisseli M, G Kukkakaalikeitto L, G, riisipiirakka
	2. Kukkakaalikeitto L, G, riisipiirakka, salaatti
Keskiviikko	Jauhelihaakeitto M, G Omenapaistos L, vaniljakastike L, G Possun suikalelihakastike L, perunasose L, G
	2. Possunsuikalelihakastike L, täysjyväriisi, salaatti
Torstai	Kaalilaatikko L, G, puolukkasurvos, salaatti Marjakiisseli M, G, keksi Pasta Carbonara L
	2. Pasta Carbonara L, salaatti
Perjantai	Lohimurekepihvi L, G, perunat, tillikastike, lämmin kasvis, salaatti Jogurttivahto L, G Nakkikeitto M, G
	2. Nakkikeitto M, G, salaatti
Lauantai	Broilerikiusaus L, G, maustekurkku Kahvikiisseli G Makaronivelli, leikkele
Sunnuntai	Talon mantelikala M, perunasose L, G, 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 41	5.10.-11.10.2020
Maanantai	Jauhelihakastike L, pasta, lämmin kasvis, salaatti Puolukkakiisseli M, G, vaniljavaahto L, G Makkara-perunapannu L, G, kananmuna 2. Makkara-perunapannu L, G, kananmuna, salaatti
Tiistai	Silakkapihvi M, perunasose L, G, tillikastike, punajuuri, salaatti Aprikoosi-appelsiini kiisseli M, G Ohrapuuro, tuoremarjahillo 2. Ohrapuuro, tuoremarjahillo
Keskiviikko	Makkarakeitto M, G Ohukaiset L, tuoremarjahillo Kukkakaali-jauhelihalaatikko L, salaatti 2. Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti
Torstai	Hunajainen possukastike L, perunat, lämmin kasvis, salaatti Hedelmärahka L Provencen lihakeitto M 2. Provencen lihakeitto M, salaatti
Perjantai	Kasvispihvi L, juustoyrttikastike L, perunat, salaatti Boysenmarjakiisseli M, G Kalastajankeitto L, G 2. Kalastajan keitto L, G
Lauantai	Italialainen jauhelihavuoka M, 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 !