

Hämeenkyrön terveyskeskus / ruokapalvelut
18-24.10.2021

	Lounas	Päivällinen
Ma 18.10.2021	Lihakeitto (L,G) Köyhät ritarit (L)	Juustomunakas (L,G) Mustikkakiisseli
Ti 19.10.2021	Kebabkiusaus (L,G) Lämmin kasvis Marjakiisseli	Nakkikeitto (L,G) Karviaiskiisseli
Ke 20.10.2021	Bolognesekastike (L,G), spagetti, lämmin kasvis, salaatti Aprikoosikiisseli	Kookos-bataattikeitto (L,G) -Leikkele Omena-riisipuuro (L,G)
To 21.10.2021	Ylensyöjän silakat (L), pinaatti-perunasose (L,G), lämmin kasvis, salaatti Mansikka-raparperikiisseli	Broilerin jauhelihakeitto (L, G) Sekahedelmäkiisseli
Pe 22.10.2021	Pyttipannu (L,G), paistettu kananmuna, lämmin kasvis, salaatti Ruusunmarjakiisseli	Juusto-vihanneskeitto (L, G) -leikkele Jogurttirahka (L,G)
La 23.10.2021	Kanakastike (L, G), perunat, lämmin kasvis, salaatti Mustaherukkakiisseli	Jauhelihakeitto (L,G) Mangokiisseli
Su 24.10.2021	Karjalanpaisti (L,G), perunat, lämminkasvis, salaatti Omenasosekiisseli	Makkarakeitto (L, G) Vadelmakiisseli

Ruokavaliot: Laktoositon L, vähälaktoosinen VL, maidoton M, gluteeniton G

Hämeenkyrön terveyskeskus / ruokapalvelut
25-31.10.2021

	Lounas	Päivällinen
Ma 25.10.2021	Mustamakkara (L), perunasose (L,G),lämminkasvis, puolukka salaatti Marjakiisseli	Pinaattikeitto (L, G) - kananmuna. leikkele Hedelmäriisi (L,G)
Ti 26.10.2021	Kalakeitto (L,G), salaatti Tosca-omenapaistos ja vaniljakastike (L)	Keltainen kasvislaatikko(L,G) -Leikkele Vispipuuro (L)
Ke 27.10.2021	Broileripasta (L), lämmin kasvis, salaatti Punaherukkakiisseli	Kesäkeitto (L, G) - leikkele Vanukas (L,G)
To 28.10.2021	Maksapekonikastike (L,G), perunat, puolukka, lämmin kasvis, salaatti Mansikkakiisseli (L,G)	Riistakeitto (L,G) Kookoskiisseli ja hillo
Pe 29.10.2021 HALLOWEN	Jauheliha-perunasoselaatikko (L,G), lämmin kasvis, salaatti HK:lle tortillat Mousse (L,G)	Kanakeitto (L,G) Vadelmakiisseli
La 30.10.2021	Piparjuuriliha (L,G), perunat, lämminkasvis , salaatti Appelsiiniikiisseli	Kaalikeitto (L, G) Mustaherukkakiisseli
Su 31.10.2021	Lihapyörykät (L, G), perunat, kermakastike, lämmin kasvis, salaatti Karviaiskiisseli	Siskonmakkarakeitto (L, G) Aprikoosikiisseli

Ruokavaliot: Laktoositon L, vähälaktoosinen VL, maidoton M, gluteeniton G

Hämeenkyrön terveyskeskus / ruokapalvelut
1-7.11.2021

	Lounas	Päivällinen
Ma 1.11.2021	Keltainen kanakeitto (L,G) salaatti Mustikkapaistos (L)	Punajuurikiusaus (L, G) - leikkele Herukkakiisseli
Ti 2.11.2021	Silakkalaatikko (L,G), lämmin kasvis, salaatti Hedelmäsalaatti	Lihakeitto (L, G) Marjakiisseli
Ke 3.11.2021	Lihamureke (L,G), pippurikastike (L,G), perunat, lämminkasvis, salaatti Puolukkakiisseli	Kukkakaalirouhekeitto (L,G) - karjalanpiirakka (L) Mansikka vispipuuro (L)
To 4.11.2021	Sianlihalanttupata (L,G), perunat (L,G), lämmin kasvis, salaatti Appelsiini-mandariinikiisseli	Nakkikeitto (L, G) Karpalokiisseli + kermavaahto
Pe 5.11.2021	Uunibroileri, riisi, lämmin kasvis, salaatti Maissikiisseli ja hillo (L,G)	Jauhelihakeitto (L,G) Mustaherukka-vadelmakiisseli
La 6.11.2021 PYHÄINPÄIVÄ	Tumma tilliliha (L, G), kermaperunat (L,G), lämmin kasvis, salaatti Mousse (L,G)	Kasvissosekeitto (L, G), Pasteija (VL) Mangokiisseli
Su 7.11.2021	Merimiespihvi (L,G), lämmin kasvis, salaatti Päärynäsosekiisseli	Kalakeitto (L, G) Puolukkakiisseli

Ruokavaliot: Laktoositon L, vähälaktoosinen VL, maidoton M, gluteeniton G

Hämeenkyrön terveyskeskus / ruokapalvelut
8-14.11.2021

	Lounas	Päivällinen
Ma 8.11.2021	Lindströminpihvit(L,G), perunat, lämmin kasvis, salaatti Sitruunakiisseli ja kermavaahto	Kalkkuna-kasviskeitto (L,G) Marjakiisseli
Ti 9.11.2021	Juustovihanneskeitto (L,G) , salaatti Puolukkakukka + vaniljakastike (L)	Janssoninkiusaus (L,G) - punajuuri Mansikkakiisseli
Ke 10.11.2021	Aprikoosibroileri (L,G), riisi, lämmin kasvis, salaatti Ananaskiisseli	Purjo-perunasosekeitto (L, G) - karjalanpiirakka (L) Vanukas (L,G)
To 11.11.2021	Tomaattinen uunikala (L,G), perunat, lämmin kasvis, salaatti Herukkakiisseli	Makkarakeitto (L,G) Viillis (L,G)
Pe 12.11.2021	Kaalikääryleet (L,G),perunat, lämmin kasvis, puolukka, salaatti Ruusunmarjakiisseli	Juliennekeitto (L,G) - leikkele Melanderinpuuro (L,G)
La 13.11.2021	Kanaviilokki (L,G), perunat, lämmin kasvis, salaatti Karviaiskiisseli	Palvilihakeitto (L, G) Omena-kanelikiisseli
Su 14.11.2021 ISÄNPÄIVÄ	Riistakiusaus (L, G), lämmin kasvis, salaatti Leivos (L)	Jauhelihakeitto (L, G) Tropiikin hedelmäkiisseli

Ruokavaliot: Laktoositon L, vähälaktoosinen VL, maidoton M, gluteeniton G

Hämeenkyrön terveyskeskus / ruokapalvelut
15-21.11.2021

	Lounas	Päivällinen
Ma 15.11.2021	Paneroitu kala, perunasose lämmin kasvis, salaatti Persikkakiisseli	Pinaattikeitto (L, G) -kananmuna, leikkele Mansikka-vispipuuro (L)
Ti 16.11.2021	Lasagne (L), lämmin kasvis, salaatti Mustaherukka-banaanikiisseli	Lihakeitto (L,G,M) Karpalokiisseli
Ke 17.11.2021	Nakkistroganoff (L,G), perunat, lämmin kasvis, salaatti Raparperi-mansikkakiisseli	Kasvisseikeitto (L,G) Grahampiiirakka (L) Talkkunahyve (L)
To 18.11.2021	Borssikeitto (L,G), salaatti Kaurarouhepuuro ja mehukeitto (L,G)	Jauheliha-perunaviipalelaatikko (L,G) - punajuuri Sitruunakiisseli
Pe 19.11.2021	Sinappinen possukastike (L,G), perunat, lämminkasvis, salaatti Appelsiini-banaanikiisseli	Kalakeitto (L, G) Sekahedelmäkiisseli (L,G)
La 20.11.2021	Jauhemaksapihvit (L,G),peruna, lämmin kasvis, puolukka, salaatti Aprikoosikiisseli	Kaalikeitto (L, G) Vadelmakiisseli
Su 21.11.2021	Kanapata (L, G), perunat, lämmin kasvis, salaatti Mustikkakiisseli	Makkarakeitto (L, G) Mangokiisseli

Ruokavaliot: Laktoositon L, vähälaktoosinen VL, maidoton M, gluteeniton G

Hämeenkyrön terveyskeskus / ruokapalvelut
22-28.11.2021

	Lounas	Päivällinen
Ma 22.11.2021	Kirjolohikiusaus (L,G), lämmin kasvis, salaatti Mansikkakiisseli	Jauhelihakeitto(L,G) Ananaskiisseli
Ti 23.11.2021	Mandariinibroileri (L,G), riisi, lämmin kasvis, salaatti Karviaiskiisseli	Juustoinen parsakaalirouhekeitto (L, G) -leikkele Raparpeririisipuuro (L,G)
Ke 24.11.2021	Lihakeitto (L, G), salaatti Hedelmärahka (L,G)	Makaronilaatikko (L) Appelsiinikiisseli
To 25.11.2021	Limekala (L,G), perunat, lämmin kasvis , salaatti Persikkakiisseli (L,G)	Kanakeitto (L,G) Mustikkakiisseli (L,G)
Pe 26.11.2021	Kreikkalainen uunimakkara (L,G), perunasose, lämminkasvis, salaatti Suklaakiisseli (L,G)	Minestronekeitto (L) Mangokiisseli
La 27.11.2021	Maksalaatikko (L,G), lämmin kasvis, salaatti Puolukkakiisseli	Lohikeitto (L, G) Mustaherukka-vadelmakiisseli
Su 28.11.2021	Jauhelihapihvit (L, G), perunat, kastike, lämmin kasvis, salaatti Omenakiisseli	Kasvissosekeitto (L,G) - pasteija Vanukas (L,G)

Ruokavaliot: Laktoositon L, vähälaktoosinen VL, maidoton M, gluteeniton G