

## Viikko 5

### KASVISRUOKAVAIHTOEHTO TARJOLLA VAIN KESKUSTAN PALVELUKESKUKSESSA

**Maanantai 30.1.**

**KERMAISTA POSSUPATAA** ,perunaa  
**LOHIPASTAA**

**PUNAHERUKKAKIISSELIÄ**

**Tiistai 31.1.**

**JAUHELIHAMUREKETTA**,  
perunaa, kastike, vihannesta  
**LIHAKEITTOA**

**MANDARIINIKIISSELIÄ**

**Keskiviikko 1.2.**

**BROILERPYÖRYKKÄÄ**,  
perunaa, kastike, maissia  
**SILAKKALAATIKKOA**  
**PAPRIKA-PERUNALAATIKKOA**

**Torstai 2.2.**

**MUSTIKKAKIISSELIÄ**  
**SIANLIHAKASTIKETTA**, perunaa, lanttua  
**JAUHELIHAKEITTOA**

**SUKLAAKIISSELIÄ**

**Perjantai 3.2.**

**KALAMUREKEPIHVIÄ**,  
perunaa, kastike, vihannes  
**KINKKU-JUURESKIUSAUSTA**

**LUUMUKIISSELIÄ**

**Lauantai 4.2.**

**VAIN KESKUSTAN JA TUIRAN**

**METSÄSTÄJÄN LIHAPATAA**, perunaa  
**HERKKUSIENIMUHENNOSTA**  
**SITRUUNAKIISSELIÄ**

**Sunnuntai 5.2.**

**VAIN KESKUSTAN**  
**PALVELUKESKUKSESSA**

**PORSAANLEIKE**, perunaa, kastike, vihannes  
**PUNAJUURIPIHVIÄ**  
**APPELSIINI-ANANASKIISSELIÄ**

---

Ruokia saa laktoosittomina, maidottomana, gluteenittomana ja miedosti maustettuna.

**Ruokalistan muutokset mahdollisia.**

#### Palvelukeskusten lounasajat

Keskustan palvelukeskus	ma-su klo 11-13	Tuiran palvelukeskus	ma-la klo 11-12.30
Höyhtyän palvelukeskus	ma-pe klo 11-12.30	Sara Wacklin-koti	ma-pe klo 11-12.30
		Koskelan Palvelukeskus	ma-pe klo 11.30-13

## Viikko 6

### KASVISRUOKAVAIHTOEHTO TARJOLLA VAIN KESKUSTAN PALVELUKESKUKSESSA

**Maanantai 6.2.**

**JUUSTOISTA LIHAPATAA**, perunaa  
**KANA-JUURESUOKAA**

**VADELMAKIISSELIÄ**

**Tiistai 7.2.**

**SILAKKAPIHVIÄ**, perunaa, kastike, herneet  
**SAVUPOROKIUSAUSTA**  
**APRIKOOSIKIISSELIÄ**

**Keskiviikko 8.2.**

**NAKKEJA**, perunasosetta, vihannes  
**SPAGHETTI-JAUHELHAVUOKAA**

**MANSIKKAKIISSELIÄ**

**Torstai 9.2.**

**SIANLIHAPATAA (KIINALAINEN**  
**KERMAISTA LOHIKEITTOA (VENÄLÄINEN**

**KARVIAISMARJAKIISSELIÄ**

**Perjantai 10.2.**

**JAUHELHAPIHVIÄ**  
perunaa, kastiketta, vihannesta  
**MAKKARAKEITTOA**

**HEDELMÄKIISSELIÄ**

**Lauantai 11.2.**

**VAIN KESKUSTAN JA TUIRAN**  
**PALVELUKESKUKSESSA**

**KUORRUTETTUA KALAA**  
perunasosetta vihannesta  
**TÄYTETTYÄ PAPRIKAA**  
**MANSIKKAKIISSELIÄ**

**Sunnuntai 12.2.**

**VAIN KESKUSTAN**  
**PALVELUKESKUKSESSA**

**PALAPAISTIA**,  
perunaa, vihannesta  
**PORKKANASOSEKEITTOA**  
**MOKKAKIISSELIÄ**

---

Ruokia saa laktoosittomina, maidottomana, gluteenittomana ja miedosti maustettuna.

**Ruokalistan muutokset mahdollisia.**

### Palvelukeskusten lounasajat

Keskustan palvelukeskus	ma-su klo 11-13	Tuiran palvelukeskus	ma-la klo 11-12.30
Höyhtyän palvelukeskus	ma-pe klo 11-12.30	Sara Wacklin-koti	ma-pe klo 11-12.30
		Koskelan Palvelukeskus	ma-pe klo 11.30-13