esperi

LISTA 1	AAMUPALA	LOUNAS	PÄIVÄKAHVI	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MAANANTAI	4VILJANPUURO+SOSE	NAKKIKASTIKE, PASTA / PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	BROILERIKIUSAUS JOGURTTI	MUSTIKKAKEITTO
TIISTAI	KAURAPUURO+MARJAT	JUUSTOINEN LOHI, PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	METSÄSIENIKEITTO, MANSIKKAKEITTO	VANILJAJOGURTTIRAHKA
KESKIVIIKKO	RIISIPUURO+HILLO KANAMUNA (SILLI) TUOREMEHU	KASVISPIHVI, MUUSI KERMAVIILIKASTIKE	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	JAUHELIHA- PERUNAVUOKA HEDELMÄ	VIILI KAAKAO+MAITO TUORE HEDELMÄ
TORSTAI	4VILJANPUURO+KEITTO	BROILERIPAPRIKAKASTIKE RIISI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	HERNEKEITTO, OHUKAISET+HILLO	HEDELMÄKIISSELI TUORE HEDELMÄ
PERJANTAI	RUISPUURO+HILLO	KINKKUKIUSAUS	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	HAMPPARI+RANUT MARJAKIISSELI	OMENARAHKA
LAUANTAI	MUROT MEHUKEITTO	LIHA-MAKARONILAATIKKO	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	BROILERKEITTO JUGURTTI	MUSTAHERUKKA- GRAHAMPUURO BANAANI
SUNNUNTAI	MYSLI, JOGURTTI, TUOREMEHU	LIHAKEITTO	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	TONNIKALA- PASTAVUOKA APRIKOOSIRAHKA	JOGURTTI KAAKAO+MAITO

Lisäksi:

Aamu- ja iltapalalla tarjolla leipä, leikkele/juusto, kurkku/tomaatti/paprika sekä vaihtelevasti eri hedelmiä. Aamupalalla ruokajuomana tarjolla kahvi, tee ja maito, iltapalalla tee ja maito.

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla vaihtelevasti salaattia/lämpöisiä kasviksia. Lounalla ja päivällisellä ruokajuomana tarjolla maito ja piimä sekä viikonloppuisin kotikalja.

Ruokalista muutokset mahdollisia.

esperi

LISTA 2	AAMUPALA	LOUNAS	PÄIVÄKAHVI	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MAANANTAI	4VILJANPUURO+SOSE	KANANUGETIT MUUSI MAJONEESI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KAALILAATIKKO JOGURTTI	MANSIKKAKEITTO
TIISTAI	KAURAPUURO+MARJAT	RIISTAKIUSAUS	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PORKKANASOSEKEITTO PERSIKKARAHKA	JOGURTTI
KESKIVIIKKO	MANNAPUURO TUOREMEHU	SEIKASTIKE PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	JAUHELIHAKEITTO, HEDELMÄKIISSELI	KAAKAO+MAITO APRIKOOSI- PUNAHERUKKAPUURO
TORSTAI	4VILJANPUURO+KEITTO	BROILERKASTIKE, RIISI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KASVISKIUSAUS, MANSIKKAKIISSELI	JOGURTTI BANAANI
PERJANTAI	RUISPUURO+HILLO	KASVISKASTIKE RIISI/PASTA	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	NACHOPELTI MANGORAHKA	MARJAKIISSELI RIISIPIIRAKKA MUNAVOI TAI KANAMUNA
LAUANTAI	MUROT MEHUKEITTO	NAKKIKEITTO	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	BROILERI-PASTA HEDELMÄSALAATTI	KERROSVIILI HEDELMÄ
SUNNUNTAI	MYSLI JOGURTTI TUOREMEHU	YLIKYPSÄPOSSU PERUNAMUUSI PIPPURIKASTIKE	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PINAATTIKEITTO KANAMUNA MARJAKIISSELI	JUGURTTI KAAKAO+MAITO

Lisäksi:

Aamu- ja iltapalalla tarjolla leipä, leikkele/juusto, kurkku/tomaatti/paprika sekä vaihtelevasti eri hedelmiä. Aamupalalla ruokajuomana tarjolla kahvi, tee ja maito, iltapalalla tee ja maito.

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla vaihtelevasti salaattia/lämpöisiä kasviksia. Lounalla ja päivällisellä ruokajuomana tarjolla maito ja piimä sekä viikonloppuisin kotikalja.

Ruokalista muutokset mahdollisia.

Käyntiosoite
Mannerheimintie 164

Osoite
PL 11, 00301, Helsinki

Puhelin
010 4088 000

Verkkosivut
www.esperi.fi

Y-tunnus
2017532-6

esperi

LISTA 3	AAMUPALA	LOUNAS	PÄIVÄKAHVI	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MAANANTAI	4VILJANPUURO +SOSE	JAUHELIHAKASTIKE PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KAHDENKALAN-KEITTO MARJARAHKA	VADELMAKEITTO
TIISTAI	KAURAPUURO +MARJAT	BROILER-TOMAATTIKASTIKE PASTA/RIISI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	LINSSIPASTA HEDELMÄ	JOGURTTI
KESKIVIIKKO	HELMIPUURO+HILLO TUOREMEHU	KALAPUIKOT MUUSI KERMAVIILI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	BROILERKIUSAUS MARJAT+VANILJAKA STIKE	RUUSUNMARJA-KEITTO KAAKAO+MAITO BANAANI
TORSTAI	4VILJANPUURO +KEITTO KANANMUNA(SILLI)	KASVISKASTIKE PASTA	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	TOMAATTINEN LIHAKEITTO HEDELMÄSALAATTI	JOGURTTI
PERJANTAI	RUISPUURO+HILLO	JAUHELIHA-LASAGNETTE	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	LIHIS+NAKIT MUSTIKKAKEITTO	MANSIKKAJUGURTTI -RAHKA
LAUANTAI	MUROT MEHUKEITTO	KANAKEITTO	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	LOHIKIUSAUS SUKLAAMOUSSE	PÄÄRYNÄPUURO TUORE HEDELMÄ
SUNNUNTAI	MYSLI JOGURTTI TUOREMEHU	MERIMIESPATA	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KASVISSOSEKEITTO JÄÄTELÖ	JUGURTTI KAAKAO+MAITO

Lisäksi:

Aamu- ja iltapalalla tarjolla leipä, leikkele/juusto, kurkku/tomaatti/paprika sekä vaihtelevasti eri hedelmiä. Aamupalalla ruokajuomana tarjolla kahvi, tee ja maito, iltapalalla tee ja maito.

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla vaihtelevasti salaattia/lämpöisiä kasviksia. Lounalla ja päivällisellä ruokajuomana tarjolla maito ja piimä sekä viikonloppuisin kotikalja.

Ruokalista muutokset mahdollisia.

Käyntiosoite Mannerheimintie 164

Osoite PL 11, 00301, Helsinki

Puhelin 010 4088 000

Verkkosivut www.esperi.fi

Y-tunnus 2017532-6

esperi

LISTA 4	AAMUPALA	LOUNAS	PÄIVÄKAHVI	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MAANANTAI	4VILJANPUURO+SOSE	MAKEA BROILERKASTIKE RIISI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KASVISLASAGNETTE MARJARAHKA	JOGURTTI
TIISTAI	KAURAPUURO+MARJAT	UUNIMAKKARA MUUSI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	VUOHENUUSTO-TOMAATTIKEITTO HEDELMÄ	MANGO-KOOKOS-MANNAVANUKAS RIISIPIIRAKKA MUNAVOI
KESKIVIIKKO	RIISIPUURO+HILLO TUOREMEHU	BROILER-NUUDELI	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	LIHAPULLAKEITTO JOGURTTI	APRIKOOSIKIISSELI KAAKAO+MAITO TUORE HEDELMÄ
TORSTAI	4VILJANPUURO+KEITTO	KALAPIHVI, MUUSI KERMAVIILIKASTIKE	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KEBABKIUSAUS MARJAKIISSELI	VIILI
PERJANTAI	RUISPUURO+HILLO	TOFU-CURRYKASTIKE RIISI KASVISKASTIKE	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PIZZA VANILJAJUGURTTIRAHKA	MARJAKIISSELI
LAUANTAI	MUROT MEHUKEITTO	JANSSONINKIUSAUS	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PYTTIPANNU SUKLAAMOUSSE	RUUSUNMARJAKEITTO
SUNNUNTAI	MYSLI JOGURTTI, TUOREMEHU	LIHAJUURESPATA KERMAPERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PORKKANASOSEKEITTO, HEDELMÄ	JOGURTTI KAAKAO+MAITO

Lisäksi:

Aamu- ja iltapalalla tarjolla leipä, leikkele/juusto, kurkku/tomaatti/paprika sekä vaihtelevasti eri hedelmiä. Aamupalalla ruokajuomana tarjolla kahvi, tee ja maito, iltapalalla tee ja maito.

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla vaihtelevasti salaattia/lämpöisiä kasviksia. Lounalla ja päivällisellä ruokajuomana tarjolla maito ja piimä sekä viikonloppuisin kotikalja.

Ruokalista muutokset mahdollisia.

Käyntiosoite Mannerheimintie 164

Osoite PL 11, 00301, Helsinki

Puhelin 010 4088 000

Verkkosivut www.esperi.fi

Y-tunnus 2017532-6

esperi

LISTA 5	AAMUPALA	LOUNAS	PÄIVÄKAHVI	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MAANANTAI	4-VILJANPUURO+SOSE	SEIKASTIKE PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	RIISTAKEITTO HEDELMÄ	MUSTAHERUKKA- MANSIKKAKEITTO
TIISTAI	KAURAPUURO+MARJAT	LIHAPULLAKASTIKE PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	HERNEKEITTO MANSIKKAJOGURTTI- RAHKA	JOGURTTI
KESKIVIIKKO	MANNAPUURO TUOREMEHU	APPELSIINIBROILERI- KASVISKASTIKE RIISI / PASTA	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KASVISKIUSAUS SUKLAAVANUKAS	MARJAKIISSELI KAAKAO+MAITO BANAANI
TORSTAI	4VILJANPUURO+KEITTO	JAUHELIHAPIHVIT RUSKEA KASTIKE PERUNAT	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PINAATTIKEITTO KANAMUNA, MANSIKKAKIISSELI	OMENA- RUUSUNMARJAPUURO
PERJANTAI	RUISPUURO+HILLO	BOLOGNESEKASTIKE PASTA	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	PITALEIVÄT JOGURTTI	PERSIKKARAHKA RIISIPIIRAKKA MUNAVOI /KANAMUNA
LAUANTAI	MUROT MEHUKEITTO	KAALILAATIKKO	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	KANAPASTA AURINKOKIISSELI	KERROSVIILI TUORE HEDELMÄ
SUNNUNTAI	MYSLI JOGURTTI TUOREMEHU	LOHIKEITTO	VÄLIPALATUOTE KAHVI/TEE/MEHU	LIHA- PERUNASOSELAATIKKO JÄÄTELÖ	JUGURTTI KAAKAO+MAITO

Lisäksi:

Aamu- ja iltapalalla tarjolla leipä, leikkele/juusto, kurkku/tomaatti/paprika sekä vaihtelevasti eri hedelmiä. Aamupalalla ruokajuomana tarjolla kahvi, tee ja maito, iltapalalla tee ja maito.

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla vaihtelevasti salaattia/lämpöisiä kasviksia. Lounalla ja päivällisellä ruokajuomana tarjolla maito ja piimä sekä viikonloppuisin kotikalja.

Ruokalista muutokset mahdollisia.

Käyntiosoite
Mannerheimintie 164

Osoite
PL 11, 00301, Helsinki

Puhelin
010 4088 000

Verkkosivut
www.esperi.fi

Y-tunnus
2017532-6