



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 11 (10. – 16.3.25)

Maanantai:

Lounas:

Kaalilaatikkoa M, G
Mustikkakiisseli M, G
Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Makkarakeitto M, G

Tiistai:

Lounas:

Paneroitua kampelaa L
Muusia L, G
Omena-kanelikiisseli M, G
Juustosalaattia L, G

Päivällinen:

Meetwurstikiusausta L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Broileria tomaatti-
mozzarellakastikkeessa L, G
Peruna M, G
Juurekset M, G
Hedelmäinen tuorepuuro L, G

Päivällinen:

Savulohikeitto L, G

Torstai:

Lounas:

Pannupihvejä ja kastiketta L, G
Peruna M, G
Puolukka-kaaliraaste M, G
Aprikoosirahka L, G

Päivällinen:

Tomaattinen kasvis-papukeitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Miilunpolttajan kinkkukastiketta L, G
Peruna M, G
Pitko, piirakka, tms. L
Raaste M, G

Päivällinen:

Yrtti-broilerikeitto M, G

Lauantai:

Lounas:

broileripasta L

Päivällinen:

Jauhelihakeitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Makkarakastiketta L, G
Muusi L, G

Päivällinen:

Koskenlaskijan sosekeittoa L, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 12 (17. – 23.3.25)

Maanantai:

Lounas:

Lihapullia kastikkeessa L, G

Peruna L, G

Kuningatarkiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Mifu-pinaattikiusaus L, G

Tiistai:

Lounas:

Mantelikala L

Muusi L, G

Marjatuorepuuro L, G

Kurpitsa-kaaliraaste M, G

Päivällinen:

Tofu-kookoskeittoa M, G

Keskiviikko:

Lounas:

Pannupihvejä ja kermakastike L, G

Peruna M, G

Juurekset M, G

Marjakiisseli M, G

Päivällinen:

Porkkana-fenkolisosekeittoa L, G

Torstai:

Lounas:

Aasialaista jogurtti broileria L, G

Peruna M, G

Vihersalaatti M, G

Puolukkavispipuuroa M

Päivällinen:

Lihakeitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Smetanaisia uunisolakoita L, G

Muusi L, G

Pitko, piirakka, tms. L

Hedelmäinen raaste M, G

Päivällinen:

Juustoinen savuriistakeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Kinkkukiusaus L, G

Päivällinen:

Kahden kalan keitto L, G

Sunnuntai:

Lounas:

Karjalanpaisti M, G

Muusi L, G

Päivällinen:

Nakkikeitto M, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 13 (24. – 30.3.25)

Maanantai:

Lounas:

Juustoinen uunimakkara L, G

Muusi L, G

Vadelmakiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Maksalaatikko M, G

Tiistai:

Lounas:

Broileri-savujuustokiusaus L, G

Karviaispaistos M

Vaniljakastike L, G

Mustaherukka-punakaaliraaste M, G

Päivällinen:

Lohikeitto L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Kaalikääryleitä L, G

Muusi L, G

Juurekset M, G

Mokkakiisseli L, G

Päivällinen:

Riistakiusaus L, G

Torstai:

Lounas:

Slaavilaista kanapataa L, G

Peruna M, G

Ananas porkkana-lantturaaste M, G

Mustikkatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Jauhelihakeitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Juustomestarin uunisei L, G

Peruna M, G

Vihersalaattia M, G

Vadelmarahka L, G

Päivällinen:

Kermanen kanakeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Savulohi-perunalaatikko L, G

Mansikkakiisseli M, G

Päivällinen:

Siskonmakkara-keitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Kassleria ja

kerma-pippurikastiketta L, G

Pariisinperunat M, G

Herukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Unkarilainen lihakeitto M, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 14 (31.3. – 6.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Pekonista broileripataa L, G

Peruna M, G

Raparperiissiä M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Jauhelihamakaronilaatikko L

Tiistai:

Lounas:

Lihamurekettä ja kermakastiketta L, G

Pariisinperunat M, G

Punaherukkakiisseli M, G

Kaali-puolukkaraaste M, G

Päivällinen:

Kurpitsasosekeitto L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Purjo-juustokastikkeessa haudutettua
seitä L, G

Muusi L, G

Juurekset M, G

Mangotuorepuuro L, G

Päivällinen:

Kinkkukiusaus L, G

Torstai:

Lounas:

Perinteinen jauhelihakastike L, G

Peruna M, G

Kiinankaali-raejuusto-ananas L, G

Kaura-omenapaistos (M, G)

Vaniljakastike L, G

Päivällinen:

Kanakeitto L, G

Perjantai:

Lounas:

Lamminpään lumousta L, G

Peruna M, G

Hedelmäinen porkkanaraaste M, G

Marjarahka L, G

Päivällinen:

Yrttinen kasviskeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Braatvursti-juuresvuoka L, G

Mansikkakiisseli M, G

Päivällinen:

Lihakeitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Kievin kana L

Kermaperunat L, G

Mangomajoneesi M, G

Mustaherukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Kalakeitto L, G



VKO 15 (7. – 13.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Lindströmin pihvit ja sipulikastike L, G

Muusi L, G

Aurinkokiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Janssoninkiusaus L, G

Tiistai:

Lounas:

Broileria pestokastikkeessa L, G

Pariisinperunat M, G

Hedelmäinen lanttu-
porkkanaraaste M, G

Suklaakiisseli L, G

Päivällinen:

Metsäsienikeitto L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Possustroganoffia L, G

Peruna M, G

Uunijuurekset M, G

Karviaiskiisseli M, G

Päivällinen:

Liha-perunasoselaatikko L, G

KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

Torstai:

Lounas:

Silakkapihvit L

kylmä munakastike L, G

Muusi L, G

Kiinankaali-meloni-raejuusto L, G

Sitruunainen mustikkarahka L, G

Päivällinen:

Linssi-tomaattisosekeitto L, G

Perjantai:

Lounas:

Koskenlaskijan lihapata L, G

Peruna M, G

Etikkapunajuuri M, G

Hedelmäinen tuorepuuro L, G

Päivällinen:

Lohikeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Mustamakkara M

Muusi L, G

Herukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Pinaattikeitto L, G ja kananmuna M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Kanapyörykät ja currykastike L, G

Kermaperunat L, G

Karpalokiisseli M, G

Päivällinen:

Broilerin jauhelihakeitto M, G



VKO 16 (14. – 20.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Kaalilaatikko M, G
Mustikkakiisseli M, G
Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Makkarakeitto M, G

Tiistai:

Lounas:

Paneroitua kampelaa L
Kylmäkastike L, G
Muusi L, G
Omena-kanelikiisseli M, G
Cheddar-meloni-kiinankaali L, G

Päivällinen:

Meetvurstikiusaus L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Broileria tomaatti-
mozzarellakastikkeessa L, G
Peruna M, G
Juurekset M, G
Marjatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Savulohikeitto L, G

KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

Torstai:

Lounas:

Miilunpolttajan kinkkukastiketta L, G
Peruna M, G
Ananas-porkkanaraaste M, G
Mustaherukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Basilika-broilerikeitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Valkosipuli-lammaspihvejä L
Bearnaiskastike L, G
Kermaperunat L, G
Punajuurisalaatti M, G
Marjarahka L, G

Päivällinen:

Jauhelihakeitto M, G

Lauantai:

Lounas:

Kermassa haudutettua lohta L, G
Perunat M, G
Uunikasvikset M, G
Sitruunainen persikkarahka L, G

Päivällinen:

Sienikiusaus L, G

Sunnuntai:

Lounas:

Sitruunainen broileri L, G
Pariisinperunat M, G
Sitruunainen persikkarahka L, G

Päivällinen:

Koskenlaskijan kasvisseikeittoa L, G



VKO 17 (21. – 27.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Lammaspyörykät ja madeirakastike

M, G

Muusi L, G

Pasha

Päivällinen:

Kasviskiusaus L, G

Tiistai:

Lounas:

Mantelikala L

Muusi L, G

Mansikkakiisseli M, G

Vihersalaatti M, G

Päivällinen:

Jauhelihakiusaus L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Pannupihvit ja

kerma-sipulikastike L, G

Peruna M, G

Uunijuurekset M, G

Raparperipaistos M

Vaniljakastike L, G

Päivällinen:

Kookos-bataattisosekeitto L, G

KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

Torstai:

Lounas:

Aasialaista jogurtti broileria L, G

Peruna M, G

Mustaherukka-punakaaliraaste M, G

Puolukkatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Juustoinen savuriistakeitto L, G

Perjantai:

Lounas:

Smetana-uunilohi L, G

Muusi L, G

Aprikoosirahka L, G

Hedelmäinen raaste M, G

Päivällinen:

Nakkikeitto M, G

Lauantai:

Lounas:

Jauhelihalasagne L

Mandariinikiisseli M, G

Päivällinen:

Lihakeitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Karjalanpaisti M, G

Muusi L, G

Persikkakiisseli M, G

Päivällinen:

Kahden kalan keitto L, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 18 (28.4. – 4.5.25)

Maanantai:

Lounas:

Juustoinen uunimakkarat L, G

Muusi L, G

Vadelmakiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Maksalaatikko M, G

Tiistai:

Lounas:

Broileri-savujuustokiusaus L, G

Karviaispaistos M

Vaniljakastike L, G

Mustaherukka-punakaaliraaste M, G

Päivällinen:

Lohikeitto L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Kaalikärryleitää L, G

Muusi L, G

Juurekset M, G

Mokkakiisseli L, G

Päivällinen:

Riistakiusaus L, G

Torstai:

Lounas:

Slaavilaista kanapataa L, G

Peruna M, G

Ananas porkkana-lantturaaste M, G

Mustikkatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Jauhelihakeitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Juustomestarin uunisei L, G

Peruna M, G

Vihersalaattia M, G

Vadelmarahka L, G

Päivällinen:

Kermanen kanakeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Savulohi-perunalaatikko L, G

Mansikkakiisseli M, G

Päivällinen:

Siskonmakkara-keitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Kassleria ja

kerma-pippurikastiketta L, G

Pariisinperunat M, G

Herukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Unkarilainen lihakeitto M, G