

eRuokalistan käyttöohje

2023

ESPOO ► CATERING



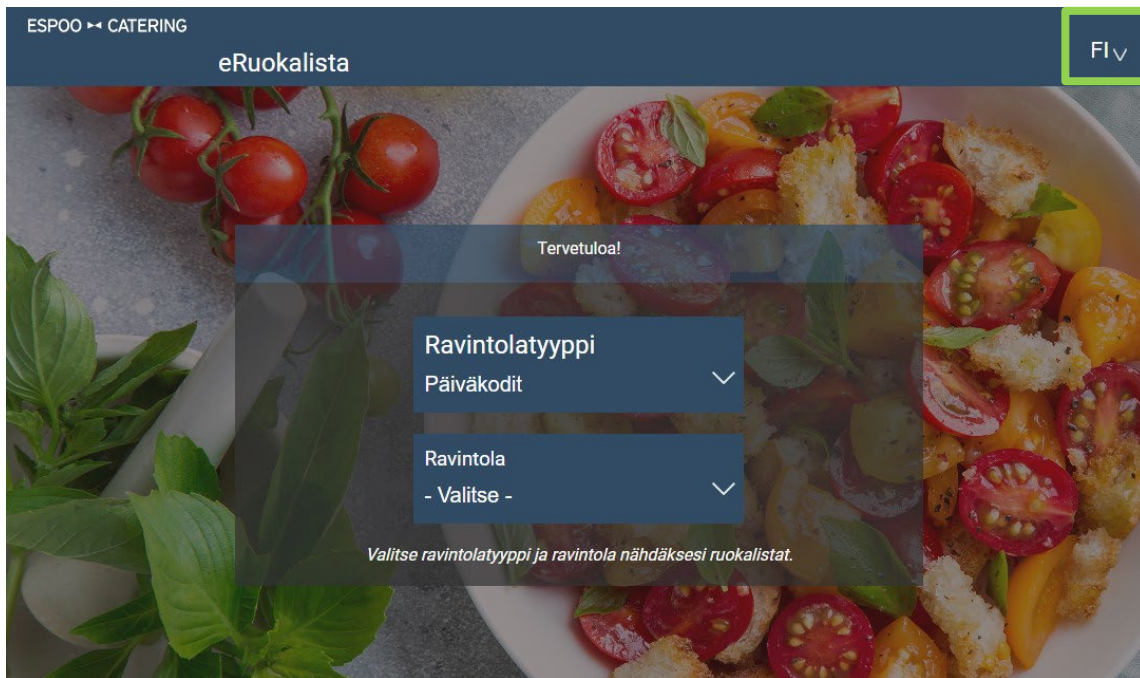
Aloituspäätelmä

Mene ruokalistan nettisivulle:

[Espoo Catering eRuokalista](#)

Valitse pudotusvalikoista ensin ravintolatyyppi, esimerkiksi päiväkodit, ja sen jälkeen ravintola.

Kielivalinnan voit tehdä oikeasta yläkulmasta.



ESPOO CATERING

Ruokalistanäkymä

Ensimmäiseksi sivulla tulee näkyviin kuluva päivä. Valitse välilehdiltä haluamasi viikko. Mobiilinäkymässä nämä ovat pudotusvalikossa.

Ruokien ravintosisällöt ja ainesosat saat näkyviin painamalla i- eli infopainiketta kyseisen ruoan kohdalla.

ESPOO ► CATERING

Filttereiden käyttö ja päiväkotien kasvisruokavaihtoehto

Filttereiden avulla voit rajata näkyviin vain tietyn ruokavalion ateriat.

Päiväkodeissa saat kasvisruoan näkyviin käyttämällä K- eli kasvisruokavaliotilteeriä.

Muista tyhjentää filteerit käytön jälkeen.

TÄNÄÄN

TÄMÄ VIIKKO

SEURAAVA VIIKKO

Kolmas viikko

Neljäs viikko

- Valitse - ^

L

G

M

MU

K

VEGA

Tyhjennä filteerit

Huom! Vain sopivat ateriat näytetään valittujen ruokavalioiden perusteella

ma 12.6.2023

Aamupala

Ohrahiutalepuuro luomuhiutaleista L, MU, K

Lounas

Soijapyörykkäkastike L, G, M, MU, K, VEGA   , Spagetti L, M, MU, K, VEGA 

Lyhenteiden merkitykset

Lyhenteiden ja kuvakkeiden merkitykset
löydät ruokalistan alapuolelta.

Lisätiedot

L - Laktoositon
G - Gluteeniton
M - Maitoallergia
MU - Kananmuna-allergia
K - Kasvis+maito+muna
VEGA - Vegaani
 - Sisältää satokauden tuotteita

 Sydänmerkki

 Kala

 Sika

 Siipikarja

 Nauta

 Kasvis

Ruokalistan tallennus ja tulostaminen

1. Viikon ruokalista

Valitse ensin haluamasi viikko. Sen jälkeen tallenna viikon ruokalista PDF-muodossa painamalla PDF-kohtaa. Avaa tiedosto ja tulosta.

2. Päivän ruokalista

Tulostimen kuvaa painamalla avautuu sivu, jolta voit tallentaa haluamasi päivän listan tuoteselosteet ja ravintoarvotiedot.

Päiväkodeista ei saa tulostettua päivän kasvisruoan tuoteselostetta. Näet ruoan tiedot ruokalistasivulta infopainikkeen takaa.

TÄNÄÄN TÄMÄ VIIKKO SEURAAVA VIIKKO Kolmas viikko Neljäs viikko - Valitse - ^

L G M MU K VEGA

Tyhjennä filtrit

Huom! Vain sopivat ateriat näytetään valittujen ruokavalioiden perusteella

ma 5.6.2023

Lounas

Linssikiusaus L, MU, K

ti 6.6.2023

Lounas

Tofu curry-kookoskeitto L, G, M, MU, K, VEGA

