



Helsingin seurakuntien ruokailuja ja ruokajakoja

Kevätkausi 2026



 KIRKKO HELSINGISSÄ
KYRKAN I HELSINGFORS

Kantakaupunki ja Lauttasaari

Agricolan kirkon krypta, Tehtaankatu 23

Diakoniaruokailu tiistaisin klo 12–13. Tarjolla maukasta kotiruokaa hyvässä seurassa. Hinta 1 €. Jaossa hävikkileipää ja muita hävikkituotteita saatavuuden mukaan. Aluksi hartaus.

Annankulman Olohuone, Annankatu 14 D

Keskiviikkoisin klo 11–13 (4.2. alkaen), torstaisin klo 11–14 ja perjantaisin klo 9–12. Tarjolla kahvia ja pientä syötävää, päivän lehti ja yhdessäoloa. Yhteinen hartaus ja vaihtelevasti muuta ohjelmaa. Tarjoilusta vapaaehtoinen maksu. Jos kiinnostuit vapaaehtoisena toimimisesta, ota yhteyttä Erja Ylikoskeen p. 09 2340 6205.

Hyvän toivon kappeli, Länsisatamankatu 26

Yhteisöruokailu maanantaisin klo 17–18.15. Hinta aikuisilta 1 €, alle 18-vuotiaat maksutta. Järjestää Helsingin tuomiokirkkoseurakunta yhdessä Jätkäsaaren asukkaiden ja toimijoiden kanssa. Kuun ensimmäisenä maanantaina myös matalan kynnyksen karaoke! Olet tervetullut mukaan myös vapaaehtoisena. Lisätietoja: hyvatoivo@gmail.com

Waste & Feast Kallio, Kolmas linja 22 (Seurakuntien talo)

Tervetuloa herkuttelemaan hävikkiruokaravintolan lounaalle ma–pe klo 11–13 (sisäänpääsy 12.30 asti). Hinta opiskelijoilta, eläkeläisiltä ja työttömiltä 7 €, työssäkäyviltä 12 €.

Ostamalla ystävälounaan 7 € tarjoat lounaan myös sitä tarvitsevalle.



Kallion seurakunnan kerhotila, Siltasaarenkatu 28

Ruokailu tiistaisin klo 11–13 (alkaen 3.2.) ja iltaruoka (alkaen 4.2.) keskiviikkoisin klo 16–17.45. Ateria sisältää lämpimän ruoan, salaatin, leivän ja kahvit herkkuineen. Kasvisvaihtoehto. Ruoka kokkaillaan hävikistä. Hinta 2,50 €, lapsilta 1 €, käteisellä tai kortilla.

Lauttasaaren kirkko, Myllykallionrinne 1

Kirkkokahvilan lounas ma–pe klo 11–13. Lounaaseen kuuluu keitto ja leipä. Hinta 10 €. Kirkkokahvila on avoinna ma–pe klo 10–14.

Meilahden kirkko, Pihlajatie 16 (sisäänkäynti Jalavatie 6 b)

Yhteinen lounas klo 11.30–13 seuraavina keskiviikkoina: 21.1., 4.2., 18.2., 4.3., 18.3., 15.4. ja 29.4. Hinta aikuiselta 2 € ja alle 12-vuotiaalta 1 €. Aluksi hartaus.

Käteismaksu, varaathan tasarahan. Viiden kerran ateriakortti 10 € ja lapsilta 5 €.

Paavalinkirkko, Sammatintie 5

- Ystävyyden kahvila tiistaisin klo 14–15. Tule viihtymään hyvässä seurassa. Paikalla diakoniatyöntekijöitä ja vapaaehtoisia. Silloin tällöin visailua, vierailijoita ja työpajoja.
- Iltaruoka keskiviikkoisin 4.2.–25.3. klo 16.30–18. Vegaaninen keitto, leipä, juoma, kahvi/tee. Hinta 1 €.

Paavalinkirkon Varustamo, Sammatintie 5

Waste & Feast Café Paavalin lounas ma, ti, to ja pe klo 10.30–13 ja ke klo 13–15. Lounas sisältää lämpimän ruoan, salaatin, leivän, veden ja kahvin. Perushinta 6 € (työssäkäyvät), etuhinta 3 € (eläkeläiset, opiskelijat, työttömät, muut pienituloiset), kannatushinta 10 €, alakouluikäisiltä 1 € , alle kouluikäisiltä 0 €.



Ruskeasuon seurakuntakeskus Rasti, Tenholantie 6

Yhteinen lounas perjantaisin klo 11.20–12.30. Ei: 3.4. ja 1.5. Hinta aikuiselta 2 € ja alle 12-vuotiaalta 1 €. Käteismaksu, varaathan tasarahan. Viiden kerran ateriakortti 10 €. Aluksi hartaus.

Sintti-asukastila, Kalasatamankatu 20

Aamiainen maanantaisin klo 8.30–10. Hinta 3 €. Aamiaisen jälkeen klo 10–12 perheaamu, joka on perheiden yhteisöllinen olohuone. 27.4. asti. Tarjolla kahvia ja paikalla seurakunnan työntekijä. Maksuton.

Töölön kirkko, Topeliuksenkatu 4

Yhteinen lounas tiistaisin klo 12–13. Ei: 31.3. ja 7.4.

Hinta aikuiselta 2 € ja alle 12-vuotiaalta 1 €.

Käteismaksu, varaathan tasarahan.

Viiden kerran ateriakortti 10 €. Aluksi hartaus.



Länsi-Helsinki

Huopalahden kirkko, Vespertie 12

- Hyvän mielen keidas -yhteisöruokailu torstaisin klo 15–16.30. Hinta 2 €. Hartaus ja hävikkiruoan jakoa. Ota oma kannellinen rasia mukaan jakoa varten.
- Teematorstai alkaa kirkossa pidettävällä rukoushetkellä torstaisin klo 12. Seurakunnan vapaaehtoisten valmistama lounas seurakuntasalissa klo 12.15. Hinta 6 €. Lounaan jälkeen klo 13 vaihtuvaa ohjelmaa kirkkosalissa.

Malminkartanon kappeli, Vellikellonpolku 8

Soppaa ja juttuseuraa maanantaisin klo 12–13.30. Ei: 30.3., 6.4. Tervetuloa vaihtamaan kuulumisia! Keittolounas, josta vapaaehtoinen maksu Kannelmäen seurakunnan diakoniatyölle.

Kannelmäki: Klanu, Klaneettitie 6-8 A, 4. krs

Eläkeläisten päivähetki parillisten viikkojen keskiviikkoisin klo 12.30–14. Ei: 1.4. Tervetuloa keittolounaalle ja tapaamaan muita eläkeläisiä! Vapaaehtoinen maksu Kannelmäen seurakunnan diakoniatyölle. Toisinaan työntekijän alustus ja yhteistä keskustelua.

Pitäjänmäen kirkko, Turkismiehenkuja 4

- Aamukellari torstaisin klo 9–10.45. Ei: 5.2., 19.2. 19.3., 2.2., 30.4., 14.5. Maksuton aamupuuro, kahvia ja teetä sekä rentoa yhdessäoloa.
- Kaikenikäisten olkkari keskiviikkoisin 28.1.–29.4. klo 15–18. Monenlaista tekemistä ja pop-up -ohjelmaa. Maksutonta välipalaa ja kahvia klo 15 alkaen. Iltaruokailu klo 17. Vapaaehtoinen maksu, jonka suositus aikuisilta 3 €, lapset ja nuoret syövät maksutta. Käteis- ja korttimaksu. Lopuksi viikkomessu kirkkosalissa klo 18–18.30.



Pohjois-Helsinki

Jakomäen nuorisotalo, Jakomäenpolku 6

Kahvia ja kohtaamista keskiviikkoisin klo 10.15–11.30. El: 18.2. Tarjolla voileipiä ja kahvia, vapaaehtoinen maksu. Hävikkileivän jako klo 10, jos saamme jaettavaa.

Jakomäen ostarilla soppatykki

Torstaisin 19.3., 16.4. ja 21.5. klo 11–13. Mukana LC Suurmetsä ja seurakunnan vapaaehtoisia.

Käpylän kirkko, Metsolantie 14

Iltaruoka keskiviikkoisin klo 16–17.30 (6.5. asti). El: 18.2., 1.4. Tarjolla vegaanista keittoa sekä Stadin safkasta tullutta leipää ja hedelmiä. Vapaaehtoinen maksu Yhteisvastuukeräykseen. Järjestelyistä vastaavat vapaaehtoiset.



Malmin Varustamo, Pekanraitti 16

- Waste & Feast Malmin lounas ma-to klo 11–13. Hinta 3/6 €. Maksamalla ystävähinnan 10 € tarjoat lounaan myös sitä tarvitsevalle.
- Tule perjantaipuurolle kello 10.30–12 joka kuukauden viimeisenä perjantaina: 30.1., 27.2., 27.3., 24.4. ja 29.5. Hinta 3 €. Puuron kera voi olla vaikkapa mehukeittoa, siemeniä, hilloa tms. Lisäksi hintaan kuuluu leipä, vesi ja kahvi/ tee.

Maunulan kirkko, Metsäpurontie 15

Kirkon kahvila torstaisin klo 10–14 (7.5. asti). El: 19.2., 2.4. Tarjolla yleensä pannukakkua, kahvia ja teetä. Vapaaehtoinen maksu Yhteisvastuukeräykseen.

Oulunkylän kirkko, Teinintie 10

Maanantaipuuro klo 9.30–11 (4.5. asti). (El: 16.2., 30.3., 6.4.) Vapaaehtoinen maksu Yhteisvastuukeräykseen. Yhteistyössä Oulunkylän Marttojen kanssa.

Pihlajamäen kirkko, Liusketie 1

- Hävikkileivän jako ti klo 9, jos saamme jaettavaa.
 - Ostarin Onni tiistaisin klo 9–11. Tarjolla puuroa, voileipiä ja hyvää seuraa.
 - Ruoka-aika torstaisin klo 12 (7.5. asti). El: 2.4. Tarjolla kasvisruokaa hintaan 2 €. Ennen ruokailua yhteinen hartaus.
-

Pihlajiston asukastalo Mesta, Salpausseläntie 14

Keittolounas tiistaisin klo 12–13 (5.5. asti). El: 17.2. Tarjolla keittoa ja kahvit. Hinta 3 € käteisellä. Yhteistyössä Pihlajisto-Viikinmäen asukasyhdistyksen kanssa.

Tapulin soppatykki, Maatullinaukio / Maatullinkuja

Kerran kuussa maanantaisin 23.2., 23.2., 27.4. ja 25.5. klo 11–13.

Viikin kirkko, Agronominkatu 5

Iltaruoka keskiviikkoisin klo 17–18.30 (28.3. asti). El: 18.2.

Tarjolla kasvisruokaa. Hinta 1 €. Perheille leikkihetki kerhohuoneessa 17.30–18.30. Iltaehtoollinen klo 18.30–19.



Itä-Helsinki

Itäkeskus: Matteuksenkirkko, Turunlinnantie 3

- Tervetuloa herkuttelemaan Snellu Cafén lounaalle ma–to klo 11–13. Helmi–toukokuussa lounas myös joka kuukauden kahtena viimeisenä perjantaina. Hinta 3/6 €. Maksamalla ystävähinnan 10 € tarjoat lounaan myös sitä tarvitsevalle.
- Afterwork torstaisin klo 17–20 (23.4. asti). Iltaruoka klo 17–18.30, vapaaehtoinen maksu. Lapsille askartelua, pelejä ja leikkejä ohjatusti. Aikuisille rukousta, raamattupiiri, neulekerho, kuoro. Maksuttoman lastenhoidon ansiosta voit myös vaikkapa käydä asioilla tai saada omaa aikaa. (Toiminta ruotsin, englannin ja venäjän kielellä)



Kontula: Mikaelinkirkko, Emännänpolku 1

- Ruokaa, iloa ja valoa -ruokailu torstaisin klo 11–11.45. El: 14.5. Hinta 1 €. Ateriat valmistuvat vapaaehtoisvoimin. Jos sinulla on mahdollisuus tulla keittiötiimiin, ota yhteyttä: susanna.inkovaara@evl.fi, p. 09 2340 4842.
- Tiistairuokailu klo 17.15–18 (28.4. asti). El: 31.3. Vapaaehtoinen maksu. Mahdollisuus jäädä eri-ikäisille tarkoitettuihin raamattupiireihin klo 18–19.

Kulosaaren seurakuntasali, Werner Wirénintie 6

Illtaruoka klo 17–18 seuraavina tiistaina: 3.2., 3.3., 7.4. ja 7.5. Tervetuloa ruokailemaan yhdessä vauvasta vaariin! Tarjolla maukas ja lämmin ateria. Vapaaehtoinen maksu 3 € seurakunnan diakoniatyölle. Ruoan tarjoaa Kirkkovakka ja se valmistetaan Snellu Cafessa Matteuksenkirkolla. Tule ja kutsu kaverisikin!

Laajasalon kirkko, Reposalmentie 13

Illtaruoka torstaisin klo 16.30–18. Sisältää lämpimän ruuan, leivän sekä kahvin/teen. Hinta aikuisilta 3 € , kouluikäisiltä 1 €.

Myllypuron kirkko, Myllynsiipi 10

Illtaruoka torstaisin klo 16–17.30. Hinta aikuisilta 3 € ja lapsilta 1,50 €. Käteinen ja MobilePay. Keittoaterioihin kuuluu leipä, levite, leikkele/juusto, tuorepala. Ruuat ovat laktoosittomia ja gluteenittomia. Kasvisvaihtoehto, pyydettyä vegaaninen. Hartaus klo 15.45. Lasten puuhailta ruokailun yhteydessä kerhotiloissa.

Roihuvuoren kirkko, Tulisuentie 2

- Puurokahvila maanantaisin klo 10–11. Lyhyt aamuhartaus ja maksuton puuro.
- Illtaruoka keskiviikkoisin klo 16.30–18. Sisältää lämpimän ruuan, leivän ja kahvin/teen. Hinta aikuisilta 3 €, kouluikäisiltä 1 €.

Vartiokylän kirkko, Kiviportintie 5

Illtaruoka maanantaisin klo 16.30–18. El: 30.3., 6.4. Hinta 2 € . Muista myös perhekerho klo 17–18.30 iltaruokan yhteydessä.

Vuosaaren kirkko, Satamasaarentie 7

Yhteinen lounas torstaisin klo 11–12. El: 2.4., 1.5. Lämmintä ruokaa ja lounasseuraa sekä hartaus. Ateriaan kuuluu ruoka sekä leipä levitteellä, ruokajuomana vesi. Vapaaehtoinen maksu 2 €, jolla katetaan ruokailun kuluja. Järjestää vapaaehtoisesti toimiva Kriisiryhmä.

Myllypuron elintarvikejakelu, Jauhokuja 3

Liikuntamyllyn päädyssä ti ja pe klo 8–10 jaossa kauppojen lahjoittamia elintarvikkeita. Järj. Herttoniemen srk ja Myllypuron elintarvikeapu ry.

Tervetuloa syömään yhdessä!

Seurakuntien ruokailut ja kahvilat ovat kaikille avoimia. Ruokailut jatkuvat keväällä toukokuun loppupuolelle asti, jos ei muuta ilmoitettu.

Monet ruokailut pyörivät vapaaehtoisvoimin. Voisitko kenties liittyä joukkoon? Katso oman alueesi ruokailun kohdalta, toivotaanko sinne lisää vapaaehtoisia.

helsinginseurakunnat.fi/ruokailut ja seurakuntien nettisivut
Löydät tietoa myös Kirkko ja kaupunki -lehdestä.

Myös muiden toimijoiden ruokailuja ja ruokajakeluja: **ruoka-apu.fi**



**Helsingin seurakuntien
Waste & Feast -ravintoloissa
hyödynnetään hävikkiä ja työllistetään nuoria,
jotka etsivät paikkaansa työelämässä.
Ja sinä nautit maittavan lounaan edullisesti –
kaikki voittavat!**