

Menu 29.04. - 05.05.

Maanantai

Luomupapu-saksanpähkinätaginea ja perunaa

G, M   

Broileria (1 kpl/annos) sitruunakastikkeessa ja täysjyväohraa (gluteeniton vaihtoehto saatavana)

L 

Härkää Arrabiatta-kastikkeessa (G,M) ja pastaa (M)

M  

Inkivääri-porkkanasosekeittoa (annos sisältää 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M   

Tomaatti-mozzarellapatonki

VL 

Tonnikalasalaatti

G, M

Mangosmoothie

G, VL 

Juusto- tai Halloumihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L 

Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M  

Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

L  

Tiistai

Tortillat (1 kpl/annos) Vebab-täytteellä, mangosalsaa ja kasvisohraa

M   

Uuninakkeja (5 kpl/annos), lämmintä perunasalaattia ja chilimajoneesia

G, L   

Itsetehtyjä kalamurekepihvejä (2 kpl/annos), tillikermaviilikastiketta ja perunaa

L 

Kasvisborssikeittoa (annos sisältää 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M   

Curry-broilerpatonki

M  

Kreikkalainen salaatti

G, L

Vappumunkki ja simaa

L 

Juusto- tai Halloumihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L 

Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M  

Torstai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurtia ja perunaa

G, M   

Juustokgratinoitua makkaraa (1 kpl/annos), riisiä ja mangosalsaa

G, L  

Hernekeittoa ja mustikkarahkaa (1 kpl/annos) jälkiruoaksi

L    

Mausteista tomaattikeittoa (annos sisältää 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M   

Tonnikalapatonki

M 

Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti

VL

Mustikkarahkaa

G, L

Juusto- tai Halloumihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L 

Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M  

Grillattu lohisalaatti

G, L

Perjantai

Chilipaahdettua myskikurpitsaa ja bataattia, luomupapuja ja riisiä, hummusta luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä

G, M   

Muutokset ruokalistoilla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.

G Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose

 ≤ 0,5 kg CO2 e  Parempi valinta
Healthy choice  Vegaaninen
Vegan  Opiskelija-ruokailusuos.
Recommended student meal  Sisältää porsaanlihaa
Including pork  Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU  



Itsetehtyjä pinaattihukaisia (2 kpl/annos) , puolukkaa, perunaa ja kermaviiliä

Paneroitua kalaa (1 kpl/annos), piparjuuri-kermaviilikastiketta ja perunamuusia (gluteeniton vaihtoehto saatavana)

Juuressosekeittoa (annos sisältää 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Kreikkalainen juusto-patonki

Kana-tacosalaatti

Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

Pizzaperjantai

L



L



G, M



L



G, M



VL



L



Muutokset ruokalistoilla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.

G Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose



≤ 0,5 kg CO₂ e



Parempi valinta
Healthy choice



Vegaaninen
Vegan



Opiskelija-ruokailusuos.
Recommended student meal



Sisältää porsaanlihaa
Including pork



Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU