

Menu 05.05. - 11.05.

Maanantai

Kasvis-Arrabiattaa ja pastaa
 Pasta Bolognese broilerista
 Juurespyöryköitä, munakoiso-tsatsikia, paahdettua ohraa ja kasviksia
 Palsternakkasekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Broilerpatonki
 Kreikkalainen salaatti
 Mansikkarahkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Grillattua broileria, chilipaahdettuja kasviksia ja limejogurttia

M
 M
 L
 G, M
 G, L
 M
 G, L
 G, L
 L
 M
 G, L

Tiistai

Pesto-perunapeltipizzaa
 Paahdettua broileria ja omenaa, viherpippurikastiketta ja täysjyväkauraa
 Kinkkukiusausta
 Mustajuurisekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 BBQ-kalkkunapatonki
 Lämminsavulohisalaatti
 Persikkajogurttia
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Grillattua halloumia, lehtikaalipestoa ja paahdettua peruna-kasvissalaattia

M
 L
 G, L
 G, M
 G, L
 M
 G, M
 G, L
 L
 M
 G

Keskiviikko

Lindströmin pihvit soijasta, herne-perunasurvosta ja tahini-punajuuricremeä
 Kalapuikkoja, tilli-kermaviiliä ja perunamuusia
 Tandooripossua ja perunaa
 Punajuurisekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tonnikalapatonki
 Tomaatti-mozzarellapastasalaattia
 Cappuccino moussea
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Kievin kanaa, currymajoneesia ja paahdettua perunaa

G, M
 L
 G, M
 G, M
 G, L
 M
 VL
 G, L
 L
 M
 VL

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

Torstai

Linssi-munakoiso kormaa, perunaa ja paahdettuja soijapapuja
 Pyttipannua, paistettua kananmunaa ja ketsuppia
 Broileria makeassa tomaatti-paprikakastikkeessa ja murskattuja nachoja, kasvisriisiä
 Bataattisosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Kreikkalainen juusto-patonki
 Tonnikalasalaatti
 Mustikka-kermaviili- ja piirakkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

G, M   
 G, M   
 G, M 
 G, M  
 G, L 
 L 
 G, M 
 L 
 L  

Perjantai

Aurinkokuivattutomaatti-soijapastakastiketta ja pastaa
 Sitruuna-lohivuokaa
 Butter tofua luomutofusta ja basmatiriisiä
 Parsakeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tomaatti-mozzarellapatonki
 Kana-tacosalaatti
 Banaani-marjasmoothie
 Pizza perjantai

M   
 L  
 G, M  
 M  
 G, L 
 VL 
 G, M 
 G, L
 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