

Menu 09.06. - 15.06.

Maanantai

Vihreät kasvispihvit (1 kpl/ annos), sitruunasoijagurttia ja riisiä

Lehtikaali-siitakepasta

Lihapullia (8 kpl/ annos), perunamuusia, pippurikastiketta ja puolukkasurvosta

Kahvila Civis: poke bowl Teriyaki broileri

Kahvila Civis: Linssi-nuudeliteitto ja feta sekä tofu

Kahvila Civis: Lounaspatonki Curry-broiler

M    

L   

L 

M 

 

M   

Tiistai

Pohjoisafrikkalainen kasvispata, riisi

Juustotortilla, salsa, jalapeno

Kirjolahipihvi (1 kpl/ annos) , tartarkastike, peruna

Kahvila Civis: poke bowl Tofu-herkkusieni

Kahvila Civis: Bataattisosekeitto ja minilihapulla sekä kikherne

Kahvila Civis: Lounaspatonki Tofu-hummus-avocado

G, M    

L  

G, L  

G, M 

L  

M   

Keskiviikko

Papuragu, paahdetua perunaa ja porkkanaa

Mie Goreng tofu

Kalkkuna limonello pasta

Kahvila Civis: poke bowl Marinoidulla katkaravulla

Kahvila Civis: Parsakaalisosekeitto ja raejuusto sekä soijapyörykkä

Kahvila Civis: Lounaspatonki kirjolohi-tonnikala

G, M    

M  

L   

G, M

G, L

M  

Torstai

Vegepyttipannua

Härkis-makaronilaatikka

Valkosipulitäytteen broileripihvi (1 kpl / annos), currymajoneesia ja paahdettua perunaa

Kahvila Civis: poke bowl Avocado tofu

Kahvila Civis: Kevätsipuli-perunasosekeitto ja fetajuusto sekä härkäpapu

Kahvila Civis: Lounaspatonki Tomaatti-mozzarella

G, M    

L

VL 

G, M   

L  

VL  

Perjantai

Vebab tomaattikastikeessa, basmatiriisi

Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikeessa, riisi

Turskaa mie de pain (1 kpl/ annos) , tomaattikastiketta, perunaa

Kahvila Civis: Poke bowl lohi

Kahvila Civis: Porkkanasosekeitto ja katkarapu sekä seitan

M   

G, M    

M   

G, M

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



Kahvila Civis: Lounaspatonki Feta-tzatziki



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



