

## Menu 09.06. - 15.06.

### Maanantai

|                                                                                   |      |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Paistettua kampelaa, sitruunamajoneesia ja tilliperunoita                         | L    |                                                                                     |
| Härkis-nuudeliwokkia ja seesam-soijakastiketta                                    | G, M |  |
| Hedelmäsmoothie (Banaani,mango,mansikka,vesimeloni)                               | G, M |                                                                                     |
| Kahvi ja tee                                                                      | G, M |                                                                                     |
| Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta | L    |                                                                                     |

### Tiistai

|                                                                                   |      |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Butter Chicken, basmatiriisiä, mangochutneya, mintturaiata ja naanleipää          | G, L |  |
| Vihreä curry tofusta ja basmatiriisiä                                             | G, M |                                                                                     |
| Kookoskiisseliä                                                                   | G, M |                                                                                     |
| Kahvi ja tee                                                                      | G, M |                                                                                     |
| Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta | L    |                                                                                     |

### Keskiviikko

|                                                                                   |      |                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Safiirin pastabaari: Serrano-halloumi- ja kermanen katkarapupasta                 |      |   |
| Safiirin pastabaari: Avocadopasta                                                 | L    |  |
| Persikkarahkaa                                                                    | G, L |                                                                                      |
| Kahvi ja tee                                                                      | G, M |                                                                                      |
| Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta | G, L |                                                                                      |

### Torstai

|                                                                                   |       |                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Riistakiusausta, maustekurkkua ja punajuuria                                      | G, L  |  |
| Lohikeittoa, luomuruisleipää (sis gluteenia) ja voita                             | G, L  |  |
| Sienirisottoa                                                                     | G, VL |                                                                                       |
| Lettubuffet, valitsemillasi lisukkeilla                                           | L     |                                                                                       |
| Kahvi ja tee                                                                      | G, M  |                                                                                       |
| Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta | G, L  |                                                                                       |

### Perjantai

|                                                                                       |      |                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Southern fried chicken, bataattiranskalaisia, coleslaw ja ranch-kastiketta            | M    |  |
| Paahdettua parsakaalia ja tofua, punajuuricremeä ja paahdettuja auringonkukansiemeniä | G, M |  |
| Raparperipaistosta ja vaniljakastiketta                                               | L    |                                                                                       |
| Kahvi ja tee                                                                          | G, M |                                                                                       |
| Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta     | G, 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