

## Menu 09.06. - 15.06.

### Maanantai

Lounasbuffa sisältää lämpimien ruokien lisäksi, alkukeiton, smoothie shotin, runsaan salaattipöydän, leivän, levitteen, jälkiruuan & kahvin. 13,10€

Butter Chicken, basmatiriisiä ja hedelmächutney

Avocadopastaa ja parmesanjuustoa

Fenkolisosekeittoa

Grillistä: Porsaanulkofileepihvi, pippurikastiketta, lohkoperunoita ja marinoituja kasviksia

Grillistä: Tofu-kasviscurry ja basmatiriisiä

Hedelmäsalaattia

Kahvilassa: Lämmin savulohisalaatti

L

G, L



L

G, L



G, L



G, M

G, M

G, VL

### Tiistai

Lounasbuffa sisältää lämpimien ruokien lisäksi, alkukeiton, smoothie shotin, runsaan salaattipöydän, leivän, levitteen, jälkiruuan & kahvin. 13,10€

Savulohimurekepihvejä, kanttarellikastiketta sekä paahdettuja perunoita

Yrttipaahdettua palsternakkaa, vegaanista juustoa ja sienikastiketta

Tomaatti-vuohenjuustokeittoa

Grillistä: Broileri-chorizopaellaa ja aiolia

Grillistä: Skagentäytteinen uuniperuna

Mustikkajogurttia

Kahvilassa: Lämmin broilerisalaatti / Fetasalaatti

L

G, L

G, M



G, VL

G, M



G, L

G, L

G, L



### Keskiviikko

Lounasbuffa sisältää lämpimien ruokien lisäksi, alkukeiton, smoothie shotin, runsaan salaattipöydän, leivän, levitteen, jälkiruuan & kahvin. 13,10€

Blackened chicken, Tabouleh-salaattia ja Arrabiata-kastiketta

Kasvispyöryköitä, currykastiketta ja riisiä

Punajuurisosekeittoa

Grillistä: Härän brisket, mac & cheese, lime-korianteri creme fraiche ja pico de gallo

Grillistä: Rapeaa Quornfilettä, vegaaninen BBQ ja pico de gallo

Porkkanakääretorttua

Kahvilassa: Lämmin halloumisalaatti / Katkarapusalaatti

L

M



M



G, L



L



L

L

L

G

### Torstai

Lounasbuffa sisältää lämpimien ruokien lisäksi, alkukeiton, smoothie shotin, runsaan salaattipöydän, leivän, levitteen, jälkiruuan & kahvin. 13,10€

Beef chili nachos, cheddar-kastike guacamole, salsaa, ranskankermaa ja riisiä

Sieni-viikunarisottoa

Porkkanasosekeittoa

Grillistä: Grillatuja ribsejä, coleslaw, spicy mayonaise, papumuhennos, maissia ja paahdettuja perunoita

Grillistä: Sticky tofua, kasviksia, aiolia, maissia ja riisiä

Vadelmakiisseliä ja vaniljakastiketta

L

L



G, L



G, L



L



G, M



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



≤ 0,5 kg CO2 e



Parempi valinta  
Healthy choice



Vegaaninen  
Vegan



Opiskelijajäsenruokailusuos.  
Recommended student meal



Sisältää porsaanlihaa  
Including pork



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



Kahvilassa. Lämmin vuohenjuustosalaatti / Paahtopaistisalaatti

G, M

### Perjantai

Lounasbuffa sisältää lämpimien ruokien lisäksi, alkukeiton, smoothie shotin, runsaan salaattipöydän, leivän, levitteen, jälkiruuan & kahvin. 13,10€

L

Lammaspyöryköitä timjamikastikkeessa, paahdettujaperunoita ja kasviksia

G, L, M

Cajunsoijaa ja pinaattia, aiolia sekä paahdettua perunaa

G, M

Kesäkurpitsakeittoa

G, L

Grillistä: Pariloitua broilerinfileettä, bearnaisekastiketta, ranskalaisia ja wokkivihannekset

G, L

Pähkinäinen brie ja päärynä salaatti

G

Mokkapala

L

Kahvilassa:

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 CO<sub>2</sub> 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