

Menu 09.06. - 15.06.

Maanantai

Kaurapuuroa tarjolla 7.45-9.15
Talon kasvispihvejä, sitruuna-kermaviilikastiketta ja perunamuusia
Lihapyöryköitä kermakastikkeessa ja perunamuusia(PG,PM)
Rapeaa kampelafilettä, yrtti-kermaviilikastiketta ja perunamuusia
Kilosalaatti, päivän proteiinit kilohinnalla
Palsternakkasosekeittoa ja raejuustoa
Domino-keksirahkaa
Kahvipöytä

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



Tiistai

Ruispuuroa tarjolla 7.45-9.15
Linssi-munakoiso kormaa ja riisiä
Makkarastroganoffia ja perunaa
Paahdettua Teriyaki-kanaa, kasviksia ja riisiä (PG)
Kilosalaatti, päivän proteiinit kilohinnalla
Porkkana-savujuustoseikeitto ja krutonkeja
Ruusunmarja-suklaa mousse
Kahvipöytä

M
G, M
L
M
M
L
L



Keskiviikko

Mannapuuroa tarjolla klo 7.45-9.15
Uunifetapasta
Broiler-aurakiusausta
Seitiä mie de pain, paahdettua perunaa ja remouladekastiketta
Kilosalaatti, päivän proteiinit kilohinnalla
Punajuurisosekeittoa ja ranskankermää
Raparperiisseliä ja kermavaahtoa
Kahvipöytä

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



Torstai

Neljänviljanpuuroa tarjolla klo 7.45-9.15
Kasvis-kevätkääryleitä, härkäpapu-riisiä ja sweet & sour kastiketta
Kermakastikkeessa haudutetut kaalikääryleet, puolukkahilloa ja persiljaperunoita
Kebabkastiketta, valkosipuli jogurtia , jalapenoja ja riisiä
Kilosalaatti, päivän proteiinit kilohinnalla
Hernesosekeittoa ja raejuustoa
Suklaavanukasta
Kahvipöytä

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



Perjantai

Riisipuuroa tarjolla klo 7.45-9.15
Papugragua, jeera paahdettua porkkanaa ja tahinijogurtia

G, L
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



Broileria punaisessa thai-currykastikkeessa ja riisiä
Possunleikettä, keittiömestarin kastiketta ja paahdettuja perunoita(PG)
Kilosalaatti, päivän proteiinit kilohinnalla
Juustoista kukkakaalisosekeittoa ja krutonkeja
Passion-ananas kookosmoussea
Kahvipöytä

G, M
M
L
L
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  Opiskelija-ruokailusuos.
Recommended student meal  Sisältää porsaanlihaa
Including pork    Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU