

Menu 28.07. - 03.08.

Maanantai

Kookos-tofuwokkia, tummaa riisiä ja lämpimiä kasviksia
Pasta Bolognese
Juurespyöryköitä (5kpl/pc ann.) currykastiketta ja perunaa
Palsternakasekeittoa ja 2 x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Lohisalaatti Bitistä
Mansikkarahka

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

Tiistai

Kookos-tofuwokkia, tummaa riisiä ja lämpimiä kasviksia
Lohikeittoa
Jauhelihapihvejä (2kpl/pc ann.), Chilimajoneesi-kastiketta ja perunaa
Bataattisekeittoa ja 2 x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Lohisalaatti
Marjamslijogurtti

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

Keskiviikko

Linssi-soijamuhennoksella täytettyä paprikaa (1kpl/pc ann.), perunaa ja sitruunaista soijagurtia
Savulohipastaa
Kukkakaaliwingsejä, luomupapu-riisiä ja Ranch-kastiketta
Maa-artisokka-perunasosekeittoa ja 2 x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Kana-caesarsalaattia
Marjamslijogurttia

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

Torstai

Pitaleipää ja luomupapu-kasvistäytettä (1kpl/pc ann.) ja riisiä
Nakkistroganoff ja perunaa
Broileria makeassa tomaatti-paprikakastikkeessa (1kpl/pc ann.), nachoja ja riisiä
Punajuurisekeittoa ja 2 x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Kana-caesarsalaatti Bitistä
Mustikka kermaviiliipirakka

M   
L   
G, M 
G, M   
M  
L
L 

Perjantai

Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa, paahdettua perunaa ja soijapapuja

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



sodexo

- Rapeaksi paistettua kalaa (1kpl/ pc ann.), tartar-kastiketta ja perunamuusia
- Broilerikiusausta
- Vihreää parsakeittoa ja 2 x Napas
- Lounaspatonki Bitistä
- Päivän salaatti Bitistä
- Marja-banaani smoothie

L	 
G, L	
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