

Menu 04.08. - 10.08.

Maanantai

Häränmurekepihviä, kermaista pekonisipulikastiketta ja paistettuja perunoita		
Seesami paahdettua tofua makeassa soijakastikkeessa	G, M	
Broileria makeassa soijakastikkeessa, basmatiriisiä	G, M	
Pinaattikeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Mansikkarahka	G, L	
Kahvi ja tee	L	

Tiistai

Grillattua broilerinrintaa, bearnaisekastiketta ja riisiä		
Linssi-kidneypapu pihviä, pico de gallo salsaa ja yrtti tattaria	G, M	
Lihapataa ja persiljaperunoita		
Porkkanasekeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Omenapiirakkaa ja vaniljakastiketta	L	
Kahvi ja tee	M, G	

Keskiviikko

Wokattua härkää ja kasviksia chilikastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Wokattua nyhtökauraa ja kasviksia chilikastikkeessa ja basmatiriisiä	M	
Broileri-vuohenjuustopasta ja pecorinoa	VL	
Herkkusienikeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Crepe brule	G, L	
Kahvi ja tee	L, G	

Torstai

Naudanliha bolognese, pastaa ja parmesania	L	
Vegaaninen kantarelli-kasvislasagne	M	
Tandooripaistettua turskaa ja tilliperunoita	G, L	
Punajuurisekeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Eton mess		
Kahvi ja tee	M, G	

Perjantai

Ylikypsää possunniskaa, paistinkastiketta ja paahdettuja yrttiperunoita	G, L	 
Intialainen kukkakaali-kikhernecurry ja basmatiriisiä	G, M	
Myrskyn lohimurekepihvit, tartarkastiketta ja Perunamuusia		
Fenkoli-juuressosekeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		

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



Mustikkarahka
Kahvi ja tee

G, L
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