

Menu 11.08. - 17.08.

Maanantai

Koskenlaskijan kalkkunapataa ja perunoita, lämmin kasvis	G, L	
Seesami-valkosipulitofua, basmatiriisiä ja fermentoitua kaalisalaattia	G, M	
Pinaattikeittoa ja keitetty kananmuna	G, L	
Salad bar		
Hunajapaahdettua vuohenjuustoa, appelsiini-fenkolisalaattia, rucolaöljyä ja pähkinää	G, VL	
Aprikoosi-banaanirahkaa	G, VL	

Tiistai

Haudutettua turskaa ja kananmunakastiketta, tilliperunat	G, L	
Tryffelipolenta-ratatouillevuokaa	G, L	
Peruna-rucolasosekeittoa	G, L	
Salad bar		
Porsaanleike ja Bearnaise kastiketta, frittiperunat	L	
Moccamoussea ja keksimuraa	L	

Keskiviikko

Marokko-teema: Lammaspyörykät tomaatti-minttukastikkeessa ja bulguria	M	
Marokko-teema: Kikherne-saksanpähkinä taginea ja couscousia (pähkinätön keittiöstä)	M	
Marokko-teema: Paprika-papukeittoa	G, M	
Salad bar		
Marokko-teema: Sitruunakanaa, Ras el Hanout-kasviksia ja hummusta tortillassa	M	
Puolukka-kaura-mantelipaistosta ja vaniljakastiketta	VL	

Torstai

Juurakon Lasagne	L	
Sitrusmarinoituja juureksia ja kvinoa, falafel pyörykät ja kurkkujogurtia	G, L	
Parsakaalisosekeittoa	G, L	
Salad bar		
Tattirisottoa ja kananrintaa Cremolata	G, VL	
Punaherukkavispipuroa (M) ja vaniljakastike (L,G)	M	

Perjantai

Teriyaki broileria, wokattuja kasviksia ja riisiä (gluton vaihtoehto keittiöstä)	M	
Härkäpapua ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa, paahdettua perunaa ja bataattia	G, M	
Kasvissekeittoa	G, L	
Salad bar		

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



Pizza Pinsa Bianca lämminsavulohi-mozzarella
mansikka smoothie

VL
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



