

Menu 08.09. - 14.09.

Maanantai

Silakkapihvejä(M), perunaa(M,G) ja tillikermaviiliä(L,G)

Palak Paneer(G) ja basmatiriisiä(M,G)

Kevätkääryleitä(M), Sataybroileria(M,G), Kasvis-nuudeleita(M), riisiä(M,G), Sweet and sour-kastiketta(M,G)

FI

Broileria ja kasviksia hot sweet chilikastikkeessa, Tai soijasuikaleita ja kasviksia hot sweet chilikastikkeessa, basmatiriisiä

FI

Kesäkurpitsa-vuohenjuustokeittoa(VL,G)

Kilosalaatti

G, L

Tiistai

International kebab day: kana- ja härkäkebab(M,G), riisiä(M,G), pitaleipää(M), tomaattikastiketta(M,G), kermaviilikastiketta(L,G)

FI

Espanjalainen tortilla perunamunakas(M,G) ja grillattuja välimerenkasviksia (M,G,V)

Broilerinfilettä(M,G), Paahdettua kirjolohta(M,G), paahdettua kaalia(M,G) ja yrtti-perunapyrettä(L,G), Bataattisosekeittoa(L,G)

FI

Valkosipulihärkää, wokattuja kasviksia ja riisiä (M) tai Valkosipulifua, wokattuja kasviksia ja riisiä(M,V)

FI

Bataattisosekeitto(L,G)

Kilosalaatti

G, L

Keskiviikko

Broilerinrintafilettä tomaattikastikkeessa (M,G) ja vuohenjuusto-kernaaperunaa(VL,G)

FI

Kasvisbolognesea(M,G,V), Spaghetia (M,V) ja parmesanjuustoa (VL,G)

Härän briskettiä, Possua, mac&cheese(L), paahdettua bataattia(M,G), coleslaw(M,G), Ranch kastiketta(L,G), Parsakaalikeittoa

FI EU

Red curry broileriwok ja nuudeleita(M) tai Red curry soijawok ja nuudeleita(M)

FI

Parsakaalikeitto(L,G)

Kilosalaatti

G, L

Torstai

Lihapullia pippurikastikkeessa(L,G) ja perunaa(M,G)

FI

Perunafalafelit(M,G,V), Riisiä(M,G,V), Hummusta(M,G,V) ja soijajogurtti tzatsikia(M,G,V)

Jauheliha täytteiset kremit, Grillattua kalkkunafilettä(M,G), Vuohenjuustoperunaa(LG), Paahdettuja kasviksia, Yrttikermaviiliä

FI

Vietnamilainen kirjolohi bowl(M,G) Tai Vietnamilainen tofu bowl(M,G)

Juuressosekeitto (M,G)

Kilosalaatti

G, L

Perjantai

Paahdettua kirjolohta(M,G), tillimuhennettua perunaa(M,G) ja sitruunamajoneesia (M,G)

Uuniperunaa, texmex papuchiliä(M,G,V), kermaviiliä(L,G) ja jalapenoja (M,G)

CO2

BBQ Beef(L)/ Broileri-Aurinkokuivattutomaatti(L)/Feta-paprika-oliivi(L)

FI

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



Paprika-tuorejuustokeittoa(L,G)
Kilosalaatti

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