

Menu 08.09. - 14.09.

Maanantai

Tomaattinen broilerikastike ja riisiä	G, L	
Kasvis kvinoa pihvit, savuista paprikamajoneesia ja riisiä	G, M	
Lihapullia, kermakstiketta ja perunamuussia	G, L	 
Kermaista punajuurikeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Tonnikala M,G, brie juustoa G		
Mangorahka	G, L	
KAHVI ja tee	L	

Tiistai

Kansallinen kebab päivä: Tomaattinen kebabkastike M,G, jogurttia L,G		
Kansallinen kebab päivä: Marokkolaisittain maustettua vebabia M, soijajogurttia M,G		
Kansallinen kebab päivä: Marokkolaisittain maustettua broileri kebabkastiketta	G, M	
Metsäsienikeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Sitrus katkarapuja M,G, salaattijuusto kuutioita L,G		
Mustikkapiirakkaa ja vaniljakastiketta	L	
KAHVI ja tee	L	

Keskiviikko

Lapin ukon keitto	G, L	
Hoisin quorn kasvis wokkia ja riisiä	M	
Marry me chicken, riisiä	G, L	
Kesäkurpitsa-vuohenjuustokeitto	G, VL	
Salaatti lounaan proteiini: BBQ-minilihapyöryköitä M,G, aurajuustoa L,G		 
Grillistä: Makkaraperunat	G, M	 
Pannacotta ja marjoja	G, L	
KAHVI ja tee	L	

Torstai

Karjalanpaistia M,G, perunamuusia L,G ja maustekurkkua M,G		 
Pastaa yrttissä tomaatti-oliivi-vegaanijuusto kastikkeessa	M	
Kermanen lämminsavulohipasta L, pastajuustoa VL,G		
Paahdettu valkosipulikeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Serranon kinkku M,G, halloum G	L	 
Mustikkarahka	G, L	
Kahvi	L	

Perjantai

Possunleike M(PG), Paahdettuja perunoita M, G ja Smetanassa haudutettua pekonia, sipulia ja paprikaa L, G		  
Herkkusieni-kikhernerisottoa	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



Tom Yam -kanakeitto	G, M
Porkkana-savujuustokeitto	G, L
Salaattilounaan proteiini: Lämminsavulohi M, G ja Yrtti-halloum G	
Omena-kanelikaurapaistosta ja vaniljakastiketta	L
Kahvi	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


FI


EU


Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU