

Menu 15.09. - 21.09.

Maanantai

Paneroitua kampelaa(M), paahdettua rosmariiniperunaa(M,G) ja tartarkastiketta(M,G)

Pinaattilettuja(L), perunoita(M,G), puolukkasurvosta (L,G)ja kermaviiliä(L,G)

Paahdettua broileria(M,G), Sveitsin porsaanelikettä(VL), timjami-valkosipuli perunaa ja juureksia(M,G), Dijon-majoneesia(M,G)



Beef chow mein ja nuudelleita (M) tai Tofu chow mein ja nuudelleita(M)



Juustoista kukkakaalikeittoa

Kilosalaatti

G, L

Tiistai

Taco Mania: Tortillaa, chili con carnea, riisiä ja korianterikermaviiliä



Munakoisolasagne(L)

Smetana kirjolohta(L,G) Lammasyöryköitä(M,G), perunamuusia(L,G), paahdettuja punajuuria(M,G) tzatzikia(L,G) Palsternakkakeittoa



Panang broileriwokkia ja riisiä(M,G) Tai Panang soiija-kasviswokkia ja riisiä(M,G,V)



Palsternakkaseittoa(L,G)

Kilosalaatti

G, L

Keskiviikko

Broileria ja kasviksia Alfredokastikkeessa(L,G) ja penne täysjyväpastaa(M), parmesan-juustoa(VL,G)



Punajuuriyöryköitä(M,G,V), paahdettua perunaa ja fenkolia(M,G), kapriskastiketta(M,G,V)

Seitiflettä(M), Grillattua porsaanifilettä(M,G) Chili paahdettuja kasviksia(M,G), tartarkastiketta(M,G) Kookos-bataattikeittoa



Taco Mania: Chicken tacos



Kookos-bataattiseittoa(L,G)

Kilosalaatti

G, L

Torstai

Sitruunapaahdettua kalkkunaa ja mantelia(M,G), villiriisiä(M,G)



Taco Mania: Fetalla täytettyjä tacotubseja, papu-riisiä(M,G) ja ananassalsaa(M,G)

Seesam paahdettua turskaa(M), Tandooribroileria(L,G), Paahdettuja kasviksia(M,G) ja minttujogurtia(L,G) Herkkusienikeittoa(L,G)



Taco Mania: Fish tacos

Herkkusienikeittoa(L,G)

Kilosalaatti

G, L

Perjantai

Kievin kanaa(VL), riisiä(M,G) ja currymajoneesia(L,G)



Kasvispihvejä(L,G), juusto-perunagratiinia(VL,G) ja kasviksia tomaattikastikkeessa(M,G)

Juustohampurilainen (VL,G) Tai Vegejuustohampurilainen(M,G) ja frittiperunaa(M,G)



Pinaattikeittoa(L) ja keitettyä kananmuna

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



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


FI


EU



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