

Menu 15.09. - 21.09.

Maanantai

Luomupapu-saksanpähkinätaginea ja perunaa

G, M



Lihapullia M (7kpl/pc ann.) Arrabiatta-kastikkeessa ja pastaa M

M



Kebab-perunavuokaa

G, L



Inkivääri-porkkanaseikeittoa ja 2 x Napas

G, M



Kinkku-metwursti patonki

M



Kana-taco-salaatti

M



Mustikka-vaniljarahka

G, L



Tiistai

Tortillaa Vebab-täytteellä M (2kpl ann), mangosalsaa M,G ja riisiä M,G

M



Lohimurekepihvejä M (2kpl ann), tillikermaviilikastiketta L,G ja perunaa M,G

L



Broileria sitruunakastikkeessa L,G (1kpl ann/pc) ja linssi-täysjyväriisiä

G, L



Goalainen kasviskeitto ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki

M



Päivän Take Away salaatti

G, M



Marjajogurttia

G, L



Keskiviikko

Korealaista Seesam kasvis-tofua, riisiä ja punakaalikimchiä

M



Broilerilasagnettoa

L



Juustoisia tortilloja (2kpl/ann.), salsaa luomupavuista ja ranskankermää

L

Parsakaalisosekeittoa ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki

M



Päivän Take Away salaatti

G, M



Chili-appelsiini pannacottaa

G, L



Torstai

Chilipaahdettua myskikurpitsaa, luomupapuja ja riisiä, hummusta luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä

G, M



Hernekeittoa M,G ja pannukakkua L (1kpl/ann.)

L



Broilerin koipinuijia (3kpl/ann.), chilimajoneesia ja paahdettuja perunoita

G, M



Mausteista tomaattikeittoa ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki

M



Päivän Take Away salaatti

VL

Mustikkarahkaa

G, L



Perjantai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurtia ja paahdettuja peruna- ja bataattilohkoja

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



Paneroitua kampelaa (1kpl/ ann.), piparjuuri-kermaviilikastiketta ja perunamuusia

Pinaattilettuja (7kpl/ ann.), puolukkahilloa ja perunaa

Juuressosekeittoa ja 2 x Napas

Lounaspatonki

Päivän Take Away salaatti

Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

L



L



G, M



L



VL

VL



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