

Menu 15.09. - 21.09.

Maanantai

Luomupapu-saksanpähkinätaginea ja perunaa

G, M



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

M



Kebab-perunavuokaa

G, L



Inkivääri-porkkanasekeittoa ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki Bitistä

M



Päivän salaatti Bitistä

G, M



Mango smoothie

G, VL



Tiistai

Tortillaa Vebab-täytteellä (2kpl/pc ann.), mangosalsaa ja riisiä

M



Lohimurekepihvejä (2kpl/pc) Tilli kermaviiliä ja perunoita

L



Broileri-Chorizopaellaa ja aiolia

G, M



Kalaton keitto ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki Bitistä

M



Päivän salaatti Bitistä

G, M



Marjajogurtti

G, L



Keskiviikko

Korealaista Seesam kasvis-tofua, riisiä ja punakaalikimchiä

M



Broilerilasagnettoa

L



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

L

Parsakaalisosekeittoa ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki Bitistä

M



Päivän salaatti Bitistä

G, M



Appelsiini-chili panna cotta

G, L



Torstai

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

G, M



Hernekeittoa ja pannukakkua L (1kpl/ pc ann.)

L



Broileri Mac and Cheese ja lämpimiä kasviksia

L



Mausteista tomaattikeittoa ja 2 x Napas

G, M



Lounaspatonki Bitistä

M



Päivän salaatti Bitistä

VL



Mustikkarahka

G, L



Perjantai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurttia 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/ pc ann.), piparjuuri-kermaviilikastiketta ja perunamuusia
Pinaattilettuja (8kpl/ pc ann.), puolukkaa ja perunaa
Juuressosekeittoa ja 2 x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Päivän salaatti Bitistä
TEEMA: Taco Mania Jauheliha- tai paputortillaa, Salsa Pico de gallo ja chiliriisiä+ lisäkkeitä
Kaura-omenapaistos ja vaniljakastike

L  
L 
G, M   
L 
VL 
L 
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