

Menu 13.10. - 19.10.

Maanantai

Kaura-lesepuuroa, mangososetta, sämpylää ja edamjuustoa, omenamehu, kurkkua	L
Lihapyöryköitä ja sinappikastiketta	L, G
Perunaa	M, G
Hörytettyä kukkakaalia	M, G
Pasta-persikkasalaatti	L
Kaneliässiä	L
Punajuurisosekeitto ja kalkkunaleikkelettä	M, G
Maustekurkkua, ruusunmarjakiisseliä	L
Grahampiiirakkaa	L
Omenaa	M, G

Tiistai

Kaura-lesepuuroa, mangosose, sämpylä, maksamakkaraa, kurkkua ja omenamehua	L
Paneroidut kalapalat ja tilli-kurkkumajoneesia	M
Perunaa	M, G
Paahdettuja lanttukuutiota	M, G
Porkkana-ananasraastetta	L
Kuningatarpiirakkapala	L
Juuressosekeittoa ja raejuustoa	L, G
Tomaattia, ananasrahkaa	L
Kuningatarviiliä, myslä ja leipäviipale	L
Kurkkua	M, G

Keskiviikko

Vehnähiutale-lesepuuroa, mangososetta, sämpylä, maksamakkaraa, kurkkua ja omenamehua	L
Lohikeittoa	L, G
Tomaattia	L
Korvapuusti	L
Kinkkukiusausta	L, G
Etikkapunajuuria, vadelmavispipuuroa	L
Hedelmä smoothieta, leipäviipale	L
Kurkkua	M, G

Torstai

Vehnähiutale-lesepuuroa, mangososetta, sämpylä, edamjuustoa, omenamehua, kurkkua	L
Broiler-kasviskastiketta	M, G
Perunaa	M, G
Paahdettua punajuurta	M, G
Kiinankaali-hernesalaattia	L
Porkkanapiirakkaa	L
Jauhelihalasagnettea	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



sodexo

Tomaattia, omena-lesevispipuuroa	L
Marjakiisseliä, leipäviipale	L
Banaani	M, G

Perjantai

Ruishiutale-lesepuuroa, mangososetta, sämpylä, kalkkunaleikkelettä, omenamehua, kurkkua	L
Smetanaista porsaanlihapatata	L, G
Perunaa	M, G
Höyrytettyä ruusukaalia	M, G
Porkkana-persikkaraastetta	L
Pullapitkoviipale	L
Juustoista kasviskeittoa ja kinkkuleikkelettä	L, G
Kaali-kurkkusalaattiraastetta, luumurahkaa	VL
Graham-mustikkapuuroa	L
Banaani	M, G

Lauantai

Ruishiutale-lesepuuroa, mangososetta, sämpylä, kalkkunaleikkelettä, omenamehua, kurkkua	L
Naudanliha-perunaviipalevuokaa	L, G
Rakuunaporkkanoita	M, G
Kiinankaali-punajuurisalaattia	L
Kahvikakkuviipale	L
Kahden kalan keittoa seistä ja lohesta	L, G
Kurkkua, mansikkavispiipuroa	L
Päärynärahkaa, leipäviipale	L
Mandariini	M, G

Sunnuntai

Ruishiutale-lesepuuroa, mangososetta, sämpylä, edamjuustoa, omenamehua, kurkkua	L
Uunikalaa lohesta tillikastikkeessa	L, G
Perunasose	L, G
Höyrytettyä porkkanaa	M, G
Punakaali-kurpitsaraastetta	L
Vaniljapulla	L
Jauhelihakeittoa	M, G
Tomaattia ja mustikka-raejuustorahkaa	L
Hedelmäjogurttia ja leipäviipale	L
Appelsiinia	M, G

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 CO ₂ 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		