

Menu 13.10. - 19.10.

Maanantai

Uuniperunaa (1-2kpl/hlö) BBQ-maustetulla luomutofutäytteellä
Lihapullia Arrabiatta-kastikkeessa (7kpl/ ann) ja pastaa
Pintopapu-herkkusienipaellaa ja aiolia
Inkivääri-porkkanasekeittoa ja 2x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Caesar salaatti broilerilla Bitistä
Mangosmoothie

M   
M  
G, M 
G, M   
M  

G, VL 

Tiistai

Chilipaahdettua myskikurpitsaa, luomupapuja ja riisiä, hummusta luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä
Broilerilasagnetta
Pinaattihukaisia (8 kpl/ ann.), puolukkahilloa ja perunaa
Paahdettua paprikakeittoa ja 2x Napas
Pekoni-, Nyhtökana- tai Kasvis Burger ja Lohkoperunoita
Lounaspatonki Bitistä
Päivän salaatti Bitistä
Mangosmoothie

G, M   
L   
L 
G, M   
M  
VL  
L 
G, L 

Keskiviikko

Kukkakaali-mungpapucurria, aasialaista kaali-porkkanasalaattia ja basmatiriisiä
Savukirjolohimurekepihvi (2kpl/ ann.), kermaviilikastiketta ja perunamuusia
Paahdettua broileria (1 kpl/ ann.), Sweet chili jogurttia ja Perunaa
Parsakaalisosekeittoa ja 2x Napas
Burgereita Hottiksesta: Broileri-cheddar-, Aurajuusto-Nauta- tai Kasvisburger ja Lohkoperunoita
Lounaspatonki Bitistä
Päivän salaatti Bitistä
Domino Mousse

G, M   
L 
G, L 
G, M   
L 
M  
L 
L

Torstai

Panko-seesampaneroitu soja-kasvispihvi (1kpl/ ann), omenaista currykastiketta ja perunaa
Hernekeittoa ja pannukakkua L (1kpl/ ann.)
Juustoista broilerpataa ja riisiä
Mausteista tomaattikeittoa ja 2x Napas
Burgereita Hottiksesta
Lounaspatonki Bitistä
Päivän salaatti Bitistä

M   
L    
G, L 
G, M   
L
M  
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



Mustikkarahkaa

G, L



Perjantai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurtia ja riisiä

G, M



Rapeaksi paistettua kalaa (1 kpl/ ann.), sitruunakermaviiliä ja perunamuusia

L



Harissa-kebab tomaattikastikkeessa, limemarinoitua kaalia ja riisiä

G, M



Juuressosekeittoa ja 2x Napas

G, M



Burgereita Hottiksesta

L

Lounaspatonki Bitistä

M



Päivän salaatti Bitistä

G, M

Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

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