

Menu 13.10. - 19.10.

Maanantai

Uuniperunaa BBQ-maustetulla luomutofutäytteellä
Lihapullia Arrabiatta-kastikkeessa (7kpl/ ann.) ja pastaa
Pintopapu-herkkusienipaellaa ja aiolia
Inkivääri-porkkanasekeittoa ja 2 x Napas
Kana-atonki
Broiler-taco Take Away salaatti
Cappucino mousse

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

Tiistai

Chilipaahdettua myskikurpitsaa, luomupapuja ja riisiä, hummusta
luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä
Broilerilasagnetta
Pinaattihukaisia (7kpl/ ann.), puolukkahilloa ja perunaa
Bataatti-palsternakasekeittoa ja 2 x Napas
Tonnikalapatonki
Kana-taco Take Away salaatti
Cappuccino mousse

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

Keskiviikko

Kukkakaali-mungpapucurrya, aasialaista kaali-porkkanasalaattia ja
basmatiriisiä
Savukirjolohimurekepihvejä (2kpl/ ann.), sinappi-kermaviilikastiketta ja
pinaatti-perunamuusia
Yrttipaahdettua broileria (1 kpl/ ann.), paprikakastiketta ja paahdettua
perunaa
Parsakaalisosekeittoa ja 2 x Napas
Kana-atonki
Kana-taco Take Away salaatti
Mansikkarahka

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

Torstai

Panko-seesampaneroituja soija-kasvispihvejä (2kpl/ ann.), omenaista
currykastiketta ja perunaa
Hernekeittoa ja pannukakkua ja hilloa (1kpl/ ann.)
Juustoista broilerpataa ja riisiä
Mausteista tomaattikeittoa ja 2 x Napas
Tomaatti-mozzarellapatonki
Kana-taco Take Away salaatti
Mustikkarahkaa

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



Perjantai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurtia ja riisiä

G, M



Rapeaksi paistettua kalaa (3kpl/ ann.), sitruunakermaviiliä ja perunamuusia

L



Harissa-kebab tomaattikastikkeessa, limemarinoitua kaalia ja riisiä

G, M



Juuressosekeittoa ja 2 x Napas

G, M



Tomaatti-mozzarella patonki



Kana-taco Take Away salaatti

G, M



Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

L



Lauantai

Linssi-Kasviskusausta

M



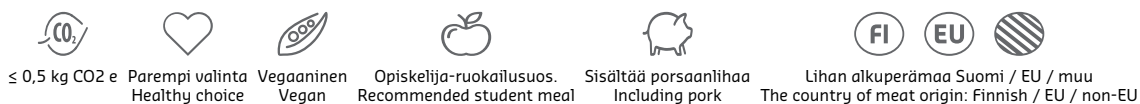
Jauhelihapihvejä (2kpl/ann.) Mustapippurikastiketta ja Paahdettua perunaa

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

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