

Menu 20.10. - 26.10.

Maanantai

Tofu-kasvisrisottoa
 Broileripyöryköitä 8 kpl/annos , paprikakastiketta ja perunaa
 Rosepippuriporsasta ja riisiä*
 Juuressosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 BBQ-kalkkunapatonki
 Lämminsavulohisalaatti
 Mansikkarahkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

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

Tiistai

Linssi-kasviskuisausta (sis gluteeniton kauravalmiste)
 Jauhelihapihvit 2 kpl/annos, BBQ-kastiketta ja perunaa
 Broilerilasagnetta G*
 Hernesosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tonnikalapatonki
 Tomaatti-mozzarelasalaatti
 Persikkajogurttia
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Kalkkunan fileepihvi, chili-tomaattikastike ja basmartiriisiä

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

Keskiviikko

Soija-kasviswokkia (G,M) ja täysjyväkauraa (gluteeniton kaura)
 Pasta Bolognesea (kastike G,M) G*
 Kirjolohikuisausta
 Kevätsipuli-perunasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Kreikkalainen juusto-patonki
 Caesarsalaatti broilerista
 Cappuccino moussea
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Kievin kana, currymajoneesia ja paahdettua perunaa & sipulia

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

 ≤ 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  

Torstai

Kasvismoussakaa

G, L



Hernekeittoa, pannukakkua ja hilloa

L



Curry-broilerkastiketta ja perunaa

G, L



Chili-korianteri tomaattikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)

G, M



Napakset

G, L

Tomaatti-mozzarellapatonki

VL



Kreikkalainen salaatti

G, L

Mustikka-kermaviili- ja piirakkaa

L

Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)

L



Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M



Grillattu lohisalaatti

G, L

Perjantai

Chili sin carnea kikherneestä ja riisiä

G, M



Tonnikalapastaa

L



Kalkkunaa Korma ja täysjyväkauraa

M



Porkkanasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)

G, M



Napakset

G, L

Kreikkalainen juusto-tzatzikipatonki



Kana-tacosalaatti

G, M



Banaani-marjasmoothie

G, L

Pizza perjantai

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