

Menu 20.10. - 26.10.

Maanantai

Kermaista pippuri-pekoni härkää ja villiriisiä	G, L	
Pasta alla Norma	M	
Sitruunahollandaise kuorrutettua puna-ahventa ja paahdettuja tilliperunoita	G, L	
Punajuuri-vuohenjuustokeittoa	G, VL	
Salaatti lounaan proteiini:		
Mustikkarahka	G, L	
KAHVI ja tee	L	

Tiistai

Paistettuja makkaroit, dijonmajoneesia ja perunamuusia		 
Chili gochujang tofu wokkia ja basmatiriisiä	M	
Broileria chili gochujang kastikkeessa, basmatiriisiä	M	
Juuressosekeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Omena-kaneli kaurapaistosta, vaniljakastiketta	L	
KAHVI ja tee	L	

Keskiviikko

Kermanen savulohikeitto	G, L	
Härkis fajitas, paahdettua maissia, salsaa ja soijajogurtia		
Härkäfajitas, paahdettua maissia, salsaa ja ranskankermaa	L	
Metsäsienikeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Grillistä:		
Kuningatarkiisseliä ja kermavaahtoa	G, L	
KAHVI ja tee	L	

Torstai

Jauhelihamurekettä, rosepippuri-kermakastiketta ja persiljaperunoita	L	
Baba pottufalle pyörökät, hummusta ja basmatiriisiä	G, M	
Broileria tikka masala ja basmatiriisiä		
Palsternakkasosekeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Suklaamousse ja marenkia	G, VL	
KAHVI ja tee	L	

Perjantai

Ylikypsää possunniskaa, paistinkastiketta, paahdettua perunaa	G, L	
Bataattipihvit, caponata kasviksia ja täysjyväriisiä	G, M	
Tom yam broilerkeittoa		
Paprika-tuorejuustokeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		

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



Mangorahkaa
KAHVI ja tee

G, L
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