

Menu 03.11. - 09.11.

Maanantai

Juures-soijasuikale Burgundinpataa ja yrttikauraa
Nakkistroganoffia ja perunaa
Broileria sitruunakastikkeessa ja riisiä
Inkivääri-porkkanasekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
Napakset
Tomaatti-mozzarellapatonki
Tonnikalasalaatti
Mangosmoothie
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

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

Tiistai

Kikherne-kasviscurrya ja täysjyväkauraa
Hernekeittoa, pannukakkua ja hilloa
Punajuurikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
Napakset
Curry-broilerpatonki
Kreikkalainen salaatti
Marjajogurttia
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
Makkaraperunat

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

Keskiviikko

Mustapapu-soijarouhepihvit, ruohosipulisoijagurttia ja perunaa
Chili con carnea ja riisiä
Kirjolohilasagnettoa
Parsakaalisosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
Napakset
Kreikkalainen juusto-tzazikipatonki
Tomaatti-mozzarellapastasalaatti
Suklaamousse
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
Falafel TAI kebab pita, hummusta ja ranskalaiset perunat

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

Torstai

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

Maapähkinä-tofuwokkia ja riisiä
 Broiler mac and cheese (Juustoista broilerpastavuokaa)
 Lime-korianteriturskaa, tillikermaviiliä ja perunaa
 Mausteista tomaattikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tonnikalapatonki
 Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti
 Mustikkarahkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

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

Perjantai

Linssi-kasviskastiketta ja pennepastaa
 Lihapullia, pippurikastiketta ja perunamuusia
 Broileri-chorizopaellaa
 Juuressosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Kreikkalainen juusto-patonki
 Kana-tacosalaatti
 Kaure-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

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