

Menu 03.11. - 09.11.

Maanantai

Soijapyöryköitä (7kpl/ ann.), punajuurihummusta luomukikherneestä ja ohraa

Jauhelihakastiketta ja perunamuusia

Tomaatti-mozzarella-pizzaa (1 kpl/ ann.)

Kukkakaali-parsakaalikeittoa ja 2 x Napas

Lounaspatonki Bitistä

Päivän salaatti Bitistä

Ananasrahkaa

Hottiksesta burgeri tai lämmin kana-caesarsalaatti

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

Tiistai

Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa, paahdettua perunaa ja soijapapuja

Lim-korianteriturskaa (3kpl/ ann.), Jogurttikastiketta ja Perunaa

Broileri-Chorizo Paellaa ja Aiolia

Palsternakkasosekeittoa ja 2 x Napas

Lounaspatonki Bitistä

Päivän salaatti Bitistä

Kaura-Marjapaistosta ja Vaniljakastiketta

Hottiksesta burgeri tai lämmin kana-caesarsalaatti

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

Keskiviikko

Kasvislasagnea

Liha-makaronilaatikkaa

Broileria makeassa soijakastikkeessa (2 kpl/ ann.) ja täysjyväohraa

Bataattisosekeittoa ja 2 x Napas

Lounaspatonki Bitistä

Päivän salaatti Bitistä

Turkkilaista jogurttia, hunajaa ja mysläiä

Grillattua kanaa ja chipotle-spelttiburrito

M   
L  
M 
G, M   
VL  
 
L 
L

Torstai

Pähkinäistä pestopastaa

Paistettua seitiä leipurin tapaan (1kpl/ ann.) ja Perunamuusia

Hernekeittoa ja Pannukakkua & hillaa

Herkkusienikeittoa ja 2 x Napas

Lounaspatonki Bitistä

Päivän salaatti Bitistä

Valkosuklaa-ruusunmarjamoussea

M   
L  
L    
M   
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



Bao Bun Korea

M

FI

Perjantai

Paahdettua parsakaalia ja luomutofua soijagurttia ja perunaa
Cajun-broileria (2kpl/ ann.), Paprika-sipulia ja Riisiä
Juustokuorrutettua Uunimakkaraa (1 kpl/ ann.), ja Perunamuusia
Fenkolisosekeittoa ja 2 x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Päivän salaatti Bitistä
Kinuski Pannacottaa
Bao Bun Korea

G, M

CO₂ FI Apple

G, M

Apple FI

G, L

Pig FI

G, M

CO₂ FI Apple

M

CO₂ FI

G, M

G, VL

CO₂

M

FI

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



