

Menu 20.10. - 26.10.

Maanantai

Hot Honey & Fried Chicken; tarjoillaan yrtti-voissa paahdetun Rosamunda-perunan sekä pikkelöidyn punasipulin kera	L	
Hot Honey & Quorn; tarjoillaan yrtti-voissa paahdetun Rosamunda-perunan sekä pikkelöidyn punasipulin kera	L	
Valajan tomaattikeittoa & pestoa	G, VL	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, M	
Nauta Bulgogia kimchillä, jasminriisiä sekä tuoreita yrttejä	M	
Tofu Bulgogia kimchillä, jasminriisiä sekä tuoreita yrttejä	M	

Tiistai

Valajan käsinyöritellyt lihapyörökät kermaisella kastikkeella, puolukkahilloa ja pottumuusia	G, L	
Paneroitua kampelaa tartar-kastikkeella, paistetut kasvikset sekä pottumuusia	L	
Päivän keitto: Purjo-perunasosekeitto ja krutonkia	G, L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	M	
Pasta buffet: Kananpoikaa ja punaista pestoa, Rummo pastaa sekä parmesaania & rucolaa	L	
Pasta buffet: Vegaaniset pyörökät tomaattikastikkeessa kasvien & basilikan kera, sekä Rummo pastaa & rucolaa	L	

Keskiviikko

Porsasta punaviinikastikkeessa, persilja-voi perunoita ja paistettuja kasviksia	G, L	
Feta-pinaattipiirakka, hunaja paahdettuja pähkinöitä sekä salaatti rucolasta, pinaatista & pecorinosta	L	
Päivän keitto: Porkkanasosekeittoa ja paahdettua sipulia	G, L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	VL	
Raikas Poke bowl Teriyaki kirjolohella, jasminriisillä, kasviksilla & tuoreilla yrteillä	G, M	
Raikas Poke bowl Teriyaki tofu-herkkusienellä, jasminriisillä, kasviksilla & tuoreilla yrteillä	G, M	

Torstai

Hirviwallenbergia timjamikastikeella, perunamuusia, porkkanaa & puolukkahilloa	L	
Rapeaa seitiä, perunamuusia, porkkanaa ja remoulade-kastiketta	L	
Päivän keitto: Pinaattikeitto & kananmuna	L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	L	
Thai Basilika maustettua kananpoikaa, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	M	
Thai Basilika maustettua tofu, sekä herkkusientä, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	

Perjantai

Valaja "Classic" Burgeri sipuli-pekonihihloilla ja Monterrey Jack -juustolla, tarjoillaan lohkoperunoiden kera	VL	
Quorn & röstiperuna hampurilainen sipulihilloilla ja lohkoperunoilla	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



Päivän keitto: Paahdettu paprikakeitto ja murustettua fetaa G, L
Valajan Caesar Salaatti, vähintään 2 tai 3 erilaista proteiinia omavalintaisena
Pyydettyäessä gluteeniton

Punainen Thai Curry Kananpojalla jasminriisin & tuoreiden yrttien kera G, M 
Punainen Thai Curry Tofulla jasminriisin & tuoreiden yrttien kera 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


≤ 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