

Menu 10.11. - 16.11.

Maanantai

Härkis-nuudeliwokkia ja paahdettua maissia
Lohilasagnettoa ja paahdettua maissia
Tacoja naudanliha-kasvistäytteellä, jalapenoja ja valkosipulikermaviiliä
Herkkusienikeittoa

M  
L  
G, L 
M  

Tiistai

Kasvis-herkkusienigratiinia ja porkkanaa
Marokkolaiset kikhernepihvit, paprikasalsaa, porkkanaa ja täysjyväriisiä
Broileria hapan-imeläkastikkeessa, porkkanaa ja täysjyväriisiä
Kalaseljanka

L 
G, M  
G, M  
G, M 

Keskiviikko

Falafel-pyörökät yrtti-tomaattikastikkeessa, vihreitä papuja ja moniviljaa
Koskenlaskijan silakat, vihreitä papuja ja perunat
Pippurista härkäpataa, vihreitä papuja ja moniviljaa
Juussesekeitto

M 
L  
L 
G, M  

Torstai

Luomutofu-pinaattikastiketta, vegaanista juustoraastetta ja luomu täysjyväpastaa
Kasvis-soijarisottoa ja ananas-chilisalsaa
Broilerin koipileike, paprika-sipulikastiketta, paahdettua palsternakkaa ja täysjyväkauraa
Kirkas kalkkunakeitto

VL 
G, M  
M 
G, M  

Perjantai

Quornia keltaisessa kasviskastikkeessa, parsakaalia ja täysjyväriisiä
Kala-katkarapupaellaa, parsakaalia ja valkosipuliaioliä
Kakkuna-kasviswokkia
Tomaattista kikhernekeittoa luomukikherneillä

G, L  
G, 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

 ≤ 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