

Menu 10.11. - 16.11.

Maanantai

Kasvis-papupyytipannua
 Rapeaksi paistettua kalaa, persilja-kermaviilikastiketta ja perunaa
 Juustoista broilerpataa ja riisiä
 Palsternakkasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 BBQ-kalkkunapatonki
 Kreikkalainen salaatti
 Mansikkarahkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

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

Tiistai

Intialaista kasvis-linssihöystöä ja täysjyväkauraa
 Broilerikiusausta
 Porsaanliha-kasvis-nuudeliuokaa
 Chili-korianteri tomaattikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Aura-broileripatonki
 Savulohisalaatti
 Persikkajogurttia
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Kievin kanaa, currymajoneesia ja paahdettua perunaa

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

Keskiviikko

Vebabbia jalopeno-tomaattikastikkeessa ja riisiä
 Pasta Bolognesea
 Kinkku-pekoniptytipannua
 Kevätsipuli-perunasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tomaatti-mozzarellapatonki
 Caesar broilersalaatti
 Cappuccino moussea
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Grillattua lohta, caponataa ja maalaisranskalaisia

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



Torstai

Chilillä höystettyä kikhernepataa ja täysjyväohraa

Kebabkiusausta

Pestokuorrutettua seitä ja perunamuusia

Hernesosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)

Napakset

Kreikkalainen juusto-patonki

Tonnikalasalaatti

Mustikka-kermaviili- ja piirakkaa

Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)

Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

Beef Tacos, guacamolea, salsaa ja kermaviiliä

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

Perjantai

Maapähkinäratatouillea soijasuikaleista ja riisiä

Broilerilasagnettoa

Paistetut nakit, tummaa sipulikastiketta ja perunamuusia

Porkkanasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)

Napakset

Tonnikalapatonki

Kana-tacosalaatti

Banaani-marjasmoothie

Pizza perjantai

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