

Menu 01.12. - 07.12.

Maanantai

Koskenlaskijan pekoni-kinkkukiusaus(L,G,Pähkinätön)



Kikherne-kukkakaalicurry(M,G,V,Pähkinätön) ja riisiä(M,G,V,Pähkinätön)



Kevätkääryleitä(M,Pähkinätön),Teriyakibroileria(M,G,Pähkinätön),Paistettua katkarapu-riisiä(M,G,Pähkinätön)



Broileri kookoscurrywokkia,riisiä(M,G,Pähkinätön) tai Kasvis-soija kookoscurrywokkia,riisiä(M,G,V,Pähkinätön)



Juustoista kasviskeittoa(L,G,Pähkinätön)



Kilosalaatti

G, L

Kookos-ananasmousse(G)

G



Tiistai

Harissa broilerkebab(M,G,Pähkinätön), kurkumariisiä(M,G,Pähkinätön) ja valkosipulikermaviiliä(L,G,Pähkinätön)



Fetalla gratinoitua munakoisoa(L,G,Pähkinätön),Belugalinssimuhennosta(M,G,V,Pähkinätön), Jasmine-riisiä(M,G,V,Pähkinätön)



Kalkkunan paistileikettä(M,G,Pähkinätön),Paahdettua kirjolohta(M,G,Pähkinätön),Perunamuusia(L,G,Pähkinätön)



Halloumi-kalkkuna teriyakiwokkia,riisiä(VL,G) tai Tofu teriyakiwokki,riisiä(M,G,V)



Herkkusienikeitto(L,G,Pähkinätön)



Kilosalaatti. Kokoa, punnitse ja maksa.

Mustikarahka(L,G,Pähkinätön)

G, L

Keskiviikko

Kaalikääryleitä(M,G) Timjamikastiketta(L,G) keitettyä perunaa(M,G) puilokkahilloa (M,G) - Pähkinätön



Sieni-viikunarisottoa (VL,G) ja parmesanjuustoa (VL,G) - Pähkinätön

Paistettua vuohenjuustoa ja röstiperunaa (VL,G,Pähkinätön) Marinoitua broilerinfilettä (M,G,Pähkinätön)



Kashmiri lammascurrya, jasmiiniriisiä, pappadums ja raita TAI Kashmiri tofucurrya, jasmiiniriisiä, pappadums ja raitakastiketta

G, L



Possun lehtipihvi, bearnaisekastiketta, grillattua tomaattia ja lohkopperunoita (L,Pähkinätön)



Linssi-kasvissosekeittoa (L,G,Pähkinätön)



Kilosalaatti. Kokoa, punnitse ja maksa.

Mangojogurtti

G, L

Torstai

Lihapullat ja ruskeakastike(M,Pähkinätön),Persiljaperunaa(M,G,Pähkinätön) ja paahdettua porkkanaa(M,G,Pähkinätön)



Dal paneer tikka masala linssi-vegejuustocurry(M,G,V), Riisiä(M,G,V) ja Mangochutney(M,G,V)



Itsenäisyyspäivä lounas:Smetana kirjolohifilettä(L,G,Pähkinätön),Härän paahtopaistia(M,G,Pähkinätön), Täytekakkua(L)



Teriyaki broileri poke bowl(M,G,Pähkinätön) Tai Teriyaki tofu poke bowl(M,G,Pähkinätön)

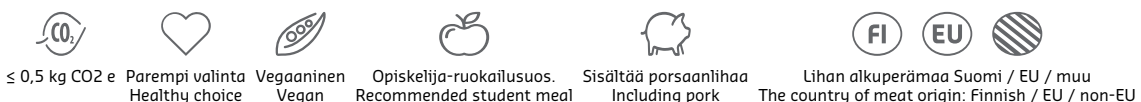


Ricotta-tomaattikeittoa(G,Pähkinätön)



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





Suklaamousse

Kilosalaatti. Kokoa, punnitse ja maksa.

G, L

Perjantai

Kievinkanaa(VL,Pähkinätön), riisiä(M,G,Pähkinätön) ja currymajoneesia(M,G,Pähkinätön)



Seesam-kašvispyöryköitä(M,G,Pähkinätön), Peruna-juuresgratiinia(VL,G,Pähkinätön) ja tahini-soijajogurtta(M,G)



Pizzabuffet: Chicken-beef(L,Pähkinätön) / Kirjolohti-katkarapu(L,Pähkinätön) / Feta-Halloumi-Aura-juusto(VL,Pähkinätön)



Pinaattikeittoa ja keitettyä kananmunaa(L,G,Pähkinätön)



Täytekekuleivos (L)

Kilosalaatti. Kokoa, punnitse ja maksa.

Muutokset ruokalistailla 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