

Menu 01.12. - 07.12.

Maanantai

Vihreä curry broilerista ja riisiä	G, M	FI
Chili con carnea ja riisiä	G, M	FI
Gratinoitu kasvisnacholautanen, salsaa ja ranskankermää		
Juuressosekeitto	G, L	CO ₂
Pähkinä-riisivanukasta	G, L	CO ₂

Tiistai

Broileri-paprikapastaa	L	FI
Kylmäsavulohikiusausta	G, L	
Butter tofu ja jasmiiniriisiä	G, L	CO ₂
Metsäsienikeittoa	G, L	CO ₂
Appelsiini-herukka smoothie	M	CO ₂

Keskiviikko

Jauhelihapihvejä, mausteista tomaattikastiketta, perunaa	G, M	FI
SEI Mie de Pain (G, M), tsazikia (G,L), perunaa	G, L	CO ₂
Falafel-pyöryköitä, tzatzikia, pitaleipää ja riisiä	L	CO ₂
Bataattisosekeittoa	G, L	CO ₂
Mansikka-raparperi rahka	G, L	CO ₂

Torstai

Lindströminpihvi, perunamuusia ja kapris-sinappikastiketta	G, L	FI
Broilerikäryleet	G, M	CO ₂ FI
Munakoisolasagne	VL	
Kevätsipuli-perunasosekeittoa	G, L	CO ₂
Marenki-sitruspiirakkaa	L	CO ₂

Perjantai

Paneroitu kampelaa, kermaviilikastiketta ja perunaa	L	
Jauhelihaburrito	M	FI
Porkkana-kauraohukaisia ja puolukkaa	L	CO ₂
Paahdettua paprikakeittoa	G, L	CO ₂
Mustikka-talkkunarahkaa	L	CO ₂

Lauantai

Broileri wokki, riisi nuudeli	G, M	FI
Kalapyörykät, peruna, kermaviilikastike	G, L	
Falafel-pyörykät, peruna, kermaviilikastike	L	CO ₂
Purjo-perunasosekeitto	G, L	CO ₂

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



Sunnuntai

- Makaronilaatikko
- Broileri tandoori-kookoskastike, riisi
- Porkkana-kauraohukaiset, puolukka
- Paahdettu paprikakeitto

- | | |
|------|--|
| L | |
| G, M | |
| L | |
| G, 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		