

Menu 01.12. - 07.12.

Maanantai

Harissalla maustettua kasvispataa luomukikherneistä, pitaleipää (1kpl/ ann.) ja soijagurttia	M	  
Kebabia, tomaattikastiketta ja riisiä	G, M	  
Broileria mangokastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Kukkakaali-parsakaalikeittoa ja 2x Napas	G, M	  
Lounaspatonki Bitistä	M	 
Päivän salaatti Bitistä	G, L	
Hampurilainen ja ranskalaiset	L	
Poke bowl Teriyaki broilerilla	M	
Persikkarahka	G, VL	

Tiistai

Kookos-luomutofu wokkia ja riisiä	G, M	  
Liha-makaronilaatikka	L	 
Lohipyöryköitä (8kpl/ ann.) tilli-kermaviilikastiketta ja perunaa	G, L	
Palsternakkasosekeittoa ja 2x Napas	G, M	  
Lounaspatonki Bitistä	L	 
Kreikkalainen salaatti Bitistä	G, L	
Hampurilainen ja ranskalaiset	L	
Poke bowl Teriyaki broilerilla	M	
Marja-kardemumma paistos ja vaniljakastiketta	VL	

Keskiviikko

Punajuuri-spelttipihvi (1kpl/ ann.), vegaaninen valkosipulimajoneesi ja täysjyväkauraa	M	  
Broileria mangokastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Palak Paneer ja basmatiriisiä	G, L	
Bataattisosekeittoa ja 2x Napas	G, M	  
Lounaspatonki Bitistä	M	 
Kreikkalainen salaatti Bitistä	G, L	
Paholaisen broilerburgeri vuohenjuustolla ja ranskalaiset perunat	L	
Grillattu lohisalaatti	G, L	
Keksimurumousse	L	

Torstai

Spagetti Bolognesea jauhismurusta	M	  
Pestokuorrutettua seitä (1kpl/ ann.) ja lämmintä jyväpastasalaattia	M	
Texmex Broileri Pyttipannua	G, M	 
Herkkusienikeittoa ja 2x Napas	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



Lounaspatonki Bitistä
Savulohisalaatti Bitistä
Hampurilainen ja ranskalaiset
Grillattu lohisalaatti

M  
G, M
L 
G, L

Perjantai

Paahdettua parsakaalia ja luomutofua, punajuuricremää ja perunaa
Juustokuorrutettua uunimakkaraa (1kpl/ ann.), ja perunamuusia
Kasvissosekeittoa ja 2x Napas
Lounaspatonki Bitistä
Päivän salaatti Bitistä
Hampurilainen ja ranskalaiset
Pinsa Salami Milano
Luumu rahka.

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