

Menu 24.11. - 30.11.

Maanantai

Paneroitua kalaa, tartar-kastiketta, paahdettua perunaa ja kasviksia	L	
Lehtikaali-bataattipaistosta pähkinäisellä kookos-chilikastikkeella ja riisiä	G, M	
Päivän salaattilautanen: Fetajuustosalaattia ja basilika-kastiketta	G, L	
Parsakaali-tuorejuustokeittoa	G, L	
Metsäsienirisottoa ja parmesania	G, L	
Broileri Gyros pitalla, tzatzikilla ja salaattilla	L	
Suklaista marjarahkaa	G, L	

Tiistai

Miilunpolltajan pastaa ja parmesania	L	 
Kvinoa-kasvispihvejä, pesto-vegaanimajoneesia, paistettuja perunoita ja kasviksia	G, M	
Päivän salaattilautanen: Grillattua vuohenjuustosalaattia	G, VL	
Kukkakaali-kookoskeittoa	G, M	
Tikka-masala quornilla ja kasviksilla & jasmiiniriisiä	G, L	
Naudanlehtipihvi, rosmariini-kastiketta, ranskalaisia ja grillikasviksia	G, L	
Mangolassi	G, L	

Keskiviikko

Naudanjauhelihalasagnea	L	
Tofua ja kasviksia teriyaki kastikkeella & riisiä	M	
Päivän salaattilautanen: Lohisalaattia & tilliaiolia	G, L	
Porkkanaseusekeittoa	G, L	
Pähkinäistä kasvis-pestopastaa	L	
Talon juusto-pekonihampurilainen & ranskalaiset	VL	 
Marjakiisseliä ja vaniljakastiketta	G, L	

Torstai

Ylikypsää porsasta, chili-voikastikkeella, paistetut yrttiperunat ja kasvikset	G, L	 
Pinaatti-tofucurry, riisiä ja jogurttikastiketta (vegaanista ilman jogurttikastiketta)	G, L	
Talon kermaista lohikeittoa	G, L	
Päivän salaattilautanen: Katkarapusalaattia & Caesarkastiketta	G, VL	
Kasvis-hernekeittoa	G, M	
Kebabia chili-tomaattikastikkeella, minttu-jogurttikastiketta, ranskalaisia ja coleslawta	G, L	
Pannukakkua, hilloa ja kermavaahtoa	L	

Perjantai

Basilika-marinoitua broileria, sitruunaista-jogurttikastiketta, lohkoperunoita ja uunikasviksia	L, G	
Linssi-soijatäytteisiä paprikoita, sitruunaista-jogurttikastiketta, lohkoperunoita ja uunikasviksia	M, G	
Päivän salaattilautanen: Kreikkalaista salaattia	L, G	

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



Vegaanista bataattisosekeittoa
Mangokiisseliä ja vaniljakermää

L, G
L, G

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


FI


EU


Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU