

Menu 08.12. - 14.12.

Maanantai

"Turkkilaista" jauhelihapastaa, jogurttikastiketta ja kirsikkatomaatteja	L	
Mifu-kasvispataa, kurkumariisiä ja tzatzikia	G, L	
Metsäsieinisekeitto	G, L	
Salad bar		
Kanaa Satay ja basmatiriisiä, punakaali-seesamsalaattia	G, L	
Puutarhamarjakiisseliä ja vaniljakermää	G, L	

Tiistai

Sisilialaista Härkä-pekoni ragua, paahdettuja yrttipperunoita ja lämmin kasvis	G, M	
Seesami-valkosipuliputua, basmatiriisiä ja paahtokasviksia	G, M	
Kasvis-gulassikeittoa	G, M	
Salad bar		
Juurakon Fish & Chips, hernepyreetä ja aiolia	L	
Marja-banaanirahka	G, L	

Keskiviikko

Espanja: Kana-kikherne pataa/ Cocido madrilenon con pollo y patatas	G, M	
Espanja: Kasvis paella/Paella de Verduras, Espinacas con Garbanzos	G, M	
Espanja: Linssi-porkkanakeittoa / Lentejas con zanahoria	G, M	
Salad bar		
Espanja: Naudan poskea, perunoita /Mejilla de Toro, Patatas bravas y aioli	G, M	
Espanja: Riisi vanukas, sitruuna, kaneli /Arroz con leche	G, VL	

Torstai

Silakkapihvit, kerma muhennettua perunaa ja tillikermaviiliä (gluton keittiöstä)	L	
Herkkusieni-soijakaurattoa ja paahdettua parsakaalia	G, L	
Purjo-perunasosekeitto	G, L	
Salad bar		
Korean pulled chicken Sandwich, marinoitua kaalia ja inkiväärimajoneesia, bataattiranut	L	
Suklaamoussea	G, VL	

Perjantai

Lammaspyörökät Kashmir, riisiä ja mintturaitaa	L	
Kasvispihvit, lämmintä couscous-parsasalaattia ja tomaattikastiketta	L	
Palsternakkasosekeittoa	G, L	
Salad bar		
Kalkkuna Fajitas, guacamolea ja cheddarjuustokastiketta	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



Päivän leivonnainen

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


FI


EU



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