



Menu 08.12. - 14.12.

Maanantai

Marry me kanaa, riisiä ja paahdettua punajuurta	G, L	
Kasvis-kvinoapihvit, perunaa, sitruunasoijajogurttikastiketta	G, M	
Porkkana-savujuustokeittoa	G, L	

Tiistai

Sitrushollannaisella kuorrutettua turskaa, paahdettua perunaa, bataattia ja parsakaalia	M, G	
Avocadopastaa ja parmesanjuustoa		
Kookos-kanakeittoa	G, M	

Keskiviikko

Tex mex maustettua uunimakkaraa, grillattua perunaa ja lämpimiä kasviksia	G, L	
Porkkana-härkäpapuohukaisia, limejogurttia ja lämpimiä kasviksia	L	
Vaahdotettua palsternakkakeittoa	G, L	

Torstai

Kreikkalaista lihamureketta, paahdettua perunaa, tzatzikia ja lämpimiä kasviksia	L	
Kikherne-kasviscurrya ja riisiä	G, M	
Hernekeittoa, erikseen kasviskeitto	G, M	
Pannukakkua	L	

Perjantai

Kievin kanaa, aiolia, paahdettuja perunoita ja lämpimiä kasviksia, erikseen gluteeniton	VL	
Hernepestopastaa ja fetaa	VL	

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