

Menu 08.12. - 14.12.

Maanantai

Uuniperunaa BBQ-maustetulla luomutofutäytteellä
 Lihapullia Arrabiatta-kastikkeessa (7kpl/ ann) ja pastaa
 Yrttipaahdettua broileria (1 kpl/ ann.), paprikakastiketta ja paahdettua perunaa
 Inkivääri-porkkanasosekeittoa ja 2x Napas
 Lounaspatonki Bitistä
 Päivän salaatti Bitistä
 Hampurilainen ja Lohkoperunoita
 Broileri wokkia, chili-seesam kasviksia ja basmatiriisiä
 Mangosmoothie

M   
 M  
 G, L 
 G, M   
 M 

 L 
 G, M 
 G, VL 

Tiistai

Chilipaahdettua myskikurpitsaa, luomupapuja ja riisiä, hummusta luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä
 Broilerilasagnettoa
 Pinaattihukaisia (8 kpl/ ann.), puolukkahilloa ja perunaa
 Goalainen kasviskeitto ja 2x Napas
 Lounaspatonki Bitistä
 Päivän salaatti Bitistä
 Hampurilainen ja Lohkoperunoita
 Broileri wokkia, chili-seesam kasviksia ja basmatiriisiä
 Marjajogurttia

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

Keskiviikko

Vegaaninen joulounas
 Perinteinen joululounas
 Riisipuuroa ja luomukiisseliä
 Lounaspatonki Bitistä
 Päivän salaatti Bitistä
 Pipari-Puolukkarahkaa

M 
 L  
 G, L
 VL 
 L 
 L 

Torstai

Panko-seesampaneroitu soija-kasvispihvi (1kpl/ ann), omenaista currykastiketta ja perunaa
 Savukirjolohimurekepihvi (2kpl/ ann.), kermaviilikastiketta ja pinaatti-perunamuusia
 Broileria Tikka Masala ja Basmatiriisiä
 Mausteista tomaattikeittoa ja 2x Napas
 Lounaspatonki Bitistä
 Päivän salaatti Bitistä

M   
 L 
 G, L 
 G, M   
 M  
 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



Hampurilainen ja Lohkoperunoita
 Currywokkia porsaanlihalla ja nuudelia
 Mustikkarahkaa

L 
 M  
 G, L 

Perjantai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurtta ja riisiä
 Rapeaksi paistettua kalaa (1kpl/ ann.), sitruunakermaviiliä ja perunamuusia
 Broileri tortillat (2kpl/ann) Salsaa ja Riisiä
 Juuressosekeittoa ja 2x Napas
 Lounaspatonki Bitistä
 Päivän salaatti Bitistä
 Hampurilainen ja Lohkoperunoita
 Currywokkia porsaanlihalla ja nuudelia
 Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

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