

Menu 26.01. - 01.02.

Maanantai

Merimiespihviä ja lämpimiä kasviksia	G, M	FI
Sitruunaista lohikastiketta L,G, lämpimiä kasviksia ja täysjyväpastaa	L	CO ₂
Tomaattista linssi-kasviskastiketta ja keitetyt perunat	G, M	CO ₂  
Bataattisosekeittoa	G, L	CO ₂
Appelsiinimousse (sisältää liivatetta)	G, VL	

Tiistai

Ruukit silakkamurekepihvit , valkosipuli-tillikastiketta (L,G), lämpimiä kasviksia ja keitetyt perunat	L	CO ₂
Vihreä tofucurry ja täysjyväkauraa	M	CO ₂ 
Kasvispita (Pita sis.vehnä) luomukidneypavuilla ja valkosipuli-tillikermaviiliä (L,G)	L	CO ₂
Broilernakkikeittoa (M,G)	G, M	CO ₂ FI
Suklaakiisseli (L,G)	G, L	

Keskiviikko

Karjalanpaistia, lämpimiä kasviksia ja keitetyt perunat	G, M	 FI
Tonnikalalasagnetta ja lämpimiä kasviksia	L	
Nyhtökaura chili sin carne, lämpimiä kasviksia ja täysjyväriisiä	G, M	CO ₂ 
Porkkanasosekeittoa	G, L	CO ₂
Pannukakku (L) ja hilloa	L	

Torstai

Jauhelihallasagnea (L) ja lämpimiä kasviksia	L	FI
Kasviskroketit (G,L,M), tomaattimajoneesia ja täysöhrää	M	CO ₂ 
Bataattia-maapähkinäkastikkeessa (M,G) ja täysjyväohraa	M	CO ₂ 
Suurustettua kanakeittoa (G,L)	G, L	FI
Vadelmaleivos (L)	L	

Perjantai

Broilerkebabia tomaattikastikkeessa M,G, jalapenoja ja täysjyväohraa	M	CO ₂  FI
Kampelaa chili-appelsiinikastikkeella, lämpimiä kasviksia ja keitetyt perunat	L	
Papu-kasvis couscousia ja korianterihummusta	M	CO ₂ 
Tomaatti-linssikeittoa	G, M	CO ₂ 
Päivän pulla	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