

Menu 26.01. - 01.02.

Maanantai

Juures-soija Burgundia ja perunaa	G, M	
Nakkistroganoffia ja perunaa	G, L	
Broileria sitruunakastikkeessa 1 kpl/annos ja riisiä	G, L	
Inkivääri-porkkanaseosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, M	
Tomaatti-mozzarellapatonki	VL	
Tonnikalasalaatti	G, M	
Mangosmoothie	G, L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	

Tiistai

Kikherne-kasviscurrya (G,M) ja täysjyväohraa / paahdettua perunaa	M	
Broileria makeassa soijakastikkeessa (G,M) 2 kpl/annos ja täysjyvä ohraa	M	
Kirjolohilasagnettea	L	
Punajuurikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, M	
Curry-broilerpatonki	M	
Kreikkalainen salaatti	G, L	
Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta	VL	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Chicken Fajitas, sriracha-jogurttikastiketta, avocadoa ja paistettua sipulia ja paprikaa	L	

Keskiviikko

Falafel-papupyytipannua	G, M	
Chili con carnea ja riisiä	G, M	
Broilerikiusausta	G, L	
Parsakaalisosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, M	
BBQ-kinkkupaltonki	M	
Tomaatti-mozzarellapastasalaatti	VL	
Kookoskiisseliä ja hilloa	G	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Bao Bun höyrysämpylät Satay broileri tai Vietnamese pork täytteellä, ranskalaiset perunat	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

Torstai

Maapähkinä-tofuwokkia ja riisiä
 Broiler mac and cheese (Juustoista broilerpastavuokaa)
 Lime-korianteriturskaa, tillikermaviiliä ja perunaa
 Mausteista tomaattikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tonnikalapatonki
 Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti
 Mustikkarahkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

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

Perjantai

Linssi-kasviskastiketta ja pennepastaa
 Lihapullia, pippurikastiketta ja perunamuusia
 Palak Paneer juustocurrya ja riisiä
 Juuressosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Kreikkalainen juusto-patonki
 Kana-tacosalaatti
 Pizza perjantai

M   
 L 
 G, L
 G, M   
 G, M
 L 
 G, M 
 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    Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
 The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU