

Menu 02.02. - 08.02.

Maanantai

Bellmanninpannu (L,G,Pähkinätön) ja maustekurkkua (M,G,Pähkinätön)



Vegekebab
harissakastikkeessa (M,V,Pähkinätön), Kurkumariisiä (M,G,V,Pähkinätön) ja
Korianterisoijajogurttia (M,G,V,Pähkinätön)



Koskenlaskijan jauhelihamurekettä (L,Pähkinätön), Paahdettua
kirjolohta (M,G,Pähkinätön), Yrtti creme fraichea (L,G,Pähkinätön)



Katkarapuja ja kasviksia osterikastikkeessa ja jasmiiniriisiä (M,Pähkinätön)



Punajuuriseosekeittoa (L,G,Pähkinätön)



Mariannemousse (G)

Kilosalaatti

G, L

Tiistai

Välimeren jauheliha koftat mausteisessa feta-
tomaattikastikkeessa (L,Pähkinätön), Sitruunapaahdettua
perunaa (M,G,pähkinätön)



Kaalilaatikka metsäsienistä ja nyhtökaurasta (M,G,V,Pähkinätön),
Puolukkasurvosta (M,G,V,Pähkinätön)



Kasvis-
samosat (M,V,Pähkinätön), Tandooribroileria (L,G,Pähkinätön), Mausteista
perunaa (M,G,V,Pähkinätön), Bulguria (M,V,pähkinätön)



Kansallinen kalakeittopäivä: Kermaista kirjolohikeittoa (L,G,Pähkinätön) ja
saaristolaisleipää

Palsternakkaseosekeittoa (M,G,V,Pähkinätön)

Mustikkajogurtti (L,G,Pähkinätön)

Kilosalaatti

G, L

Keskiviikko

Paneroitua seifilettä (M,Pähkinätön), tilliperunaa (M,G,V,Pähkinätön) ja
tartarkastiketta (M,G,Pähkinätön)

Avocado-paprikapastaa (M,G,Pähkinätön) ja Parmesan
juustoa (VL,G,Pähkinätön)



Souvlaki possuvartaita (M,G,Pähkinätön), Paistettua
halloumia (VL,G,Pähkinätön) Purjoriisiä (M,G,Pähkinätön) Tzatsikia (L,G,Pähkinätön)



Massaman possuwok, riisiä (M,G,Pähkinätön) Tai Massaman soija-
kasviswok, riisiä (M,G,V,Pähkinätön)



Riistakäritystä, perunamuusia, puolukkasurvosta ja
maustekurkkua (L,G,Pähkinätön)



Tuorejuusto-kasviseosekeitto (L,G,Pähkinätön)



Ananasrahka (L,G,Pähkinätön)

Kilosalaatti

G, L

Torstai

Kukkoa viinissä (M,G,Pähkinätön) ja riisiä (M,G,Pähkinätön)



Punajuuri pyöryköitä (M,G,V,Pähkinätön), Aurajuusto-
kasviskusausta (L,G,Pähkinätön) ja kermaviilikastiketta (L,G,Pähkinätön)

Talon hauki wallenberg pihvit (L,G,Pähkinätön),
Karitsapyöryköitä (M,G,Pähkinätön) Perunamuusia (L,G,Pähkinätön)



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



Vietnamilainen kirjolohi bowl (M,G,Nut-free) OR Vietnamilainen tofu bowl(M,G,V,Nut-free)

Kookos-chili bataattisekeitto(M,G,V,Pähkinätön)

Marjajogurtti(L,G,Pähkinätön)

Kilosalaatti



G, L

Perjantai

Paneroitua broilerileikettä(M,G,pähkinätön),
Bearnaisemajoneesia(L,G,Pähkinätön) ja grillattuja
lohkoperunoita(M,G,Pähkinätön)



Paistettuja riisinuudeleita,tofua ja kasviksia Pad Thai-
kastikkeessa(M,G,V,Pähkinätön)



Juusto-härkäburgeri (VL,Pähkinätön)tai Vegeburgeri(M,V,Pähkinätön) ja
frittiperunaa(M,G,Pähkinätön)



Porkkanasekeittoa(L,G,Pähkinätön)



Mansikkarahka

Kilosalaatti

G, L

Muutokset ruokalistailla 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



