

## Menu 09.02. - 15.02.

### Maanantai

|                                                                               |       |                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Panang curry broilerista ja basmatiriisiä                                     | G, M  |                                                                                      |
| Sienikääryleitä, perunoita ja puolukkahilloa                                  | G, M  |                                                                                      |
| Kaalikääryleitä M,G, kermakastiketta L,G, perunoita M;G ja puolukkahilloa M;G |       |   |
| Tomaatti-vuohejuustokeitto                                                    | VL, G |                                                                                                                                                                         |
| Salaatti lounaan proteiini: Tonnikala M,G, aurajuustoa L,G                    | G, L  |                                                                                                                                                                         |
| Vadelmarahka                                                                  | G, L  |                                                                                                                                                                         |
| Kahvi ja tee                                                                  | L     |                                                                                                                                                                         |

### Tiistai

|                                                                                      |      |                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Tomaatti täytteenen broilerleike M(P,G), lime-aiolia M,G ja kermaperunaa L,G         |      |  |
| Vegaanilla fetajuustolla täytettyjä kesäkurpitsoja, vegaaninen aioli ja yrttiperunaa | G, M |  |
| Isoäidin lihakeittoa                                                                 | G, M |  |
| Kukkakaali-parsakaalikeittoa                                                         | G, L |                                                                                     |
| Salaatti lounaan proteiini: Kylmäsavulohi M,G, salaatti juusto L,G                   |      |                                                                                     |
| Suklaapiirakkaa                                                                      | VL   |                                                                                     |
| Kahvi ja tee                                                                         | L    |                                                                                     |

### Keskiviikko

|                                                                   |      |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kofta dopiaza maustettuja lammaspyöryköitä M,G, basmatiriisiä M,G |      |                                                                                                                                                                              |
| Papu-herkkusienipaella                                            | G, M |                                                                                                                                                                              |
| Broileri-chorizo paella                                           | G, M |    |
| Grillistä: Makupala ja ranskalaiset                               |      |                                                                                         |
| Bataattisosekeittoa                                               | G, L |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Salaatti lounaan proteiini: Katkarapuja M,G, halloum juustoa G    |      |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Omena-raparperipaistos                                            | L    |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Kahvi ja tee                                                      | L    |                                                                                                                                                                                                                                                                   |

### Torstai

|                                                                           |      |                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pasta bolognese (kastike M,G, pasta M) pastajuustoa L,G                   |      |   |
| Falafelpyöryköitä, jasmiiniriisiä ja soija jogurttikastiketta             | G, M |                                                                                        |
| Rapeat kalafileet, tartarkastiketta ja tilliperunoita                     | L    |                                                                                                                                                                             |
| Fenkoli-juuressosekeitto                                                  | G, L |                                                                                                                                                                             |
| Salaatti lounaan proteiini: Chili-minilihapyyöryköitä M,G, brie juustoa G |      |   |
| Mariannerahka                                                             | G, L |                                                                                                                                                                             |
| Kahvi ja tee                                                              | L    |                                                                                                                                                                             |

### Perjantai

|                                                                            |   |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bratwurstia, smetanassa haudutettua hapankaalia ja perunamuusia            | G |   |
| Kukkakaali wings, Texas Pete kastiketta, vegaania aiolia ja lohkoperunoita |   |                                                                                        |
| Chicken wings, Texas Pete kastiketta, aurajuustodippiä ja lohkoperunoita   |   |                                                                                        |

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



Porkkana-savujuustokeittoa  
Salaatti lounaan proteiini:  
Kookoskiisseliä  
Kahvi ja tee

G, 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



