

Menu 09.02. - 15.02.

Maanantai

Falafel pyttipannu

Lihapyörykät kermakastikkeessa ja perunamuusia (saa myös gluteenittomana)

Tikka masala kikherneistä ja basmatiriisiä

Palsternakkasosekeittoa

Päivän patonki: Tomaatti-mozzarella

Broiler caesarsalaatti

Pita kebab ranskalaisilla

Bulgogi härkää, basmatiriisiä ja kimchiä

G, M



L



G, L



G, M



L



M



G, M



Tiistai

Kasviscurrya luomukikherneistä, riisiä ja soijarouhetta

Jauhelihapihvi BBQ-kastikkeessa ja paahdettua perunaa

Porsaanleike, kermaperunat, chili-paprikamajoneesi ja yrtti-porkkanat

Bataattisosekeittoa

Päivän patonki: Tonnikala

Halloumisalaatti

Juustoburger ja ranskalaiset

Mangokanaa, paahdettua porkkanaa ja riisiä

G, M



M



L



G, M



L

G



G, M



Keskiviikko

Linssi-munakoiso kormaa, perunaa ja paahdettuja soijapapuja

Broileria makeassa soijakastikkeessa ja riisiä

Juustoisia parsakaalipihvejä, persilja-kermaviiliä ja perunaa

Porkkanasosekeittoa

Päivän patonki: Hedelmäinen broileri

Falafelsalaatti

Poke bowl teriyaki broilerfile

Kermanainen uunilohi

G, M



G, M



G, L



G, M



L



G, M

M



G, L

Torstai

Butter tofua luomutofusta ja basmatiriisiä

Broiler nuggetit, paahdettua perunaa ja currymajoneesia

Suolaisen makeaa porsaankylkeä, lohkoperunoita, aiolia ja kasviksia

Kevätsipuli-perunasosekeittoa

Päivän patonki: Feta

Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti

Poke bowl teriyaki broilerfile

Blinipöytä

G, M



M



G, M



G, M



VL

VL

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



Perjantai

- Paahdettua kesäkurpitsaa, tomaatti-linssimuhennosta ja Ras el Hanout-paahdettuja luomukikherneitä
- Palak paneer ja basmatiriisiä
- Rapeaksi paistettua kalaa, sitruunakermaviiliä ja perunamuusia
- Pinaattikeitto
- Päivän patonki: savustettu riista
- Katkarapusalaatti
- Pizza Tomozzarella
- Pizza Serrano-aura-rucola
- Jättirapucurry

G, M



G, L

L

G, M



L

G, M

L

L



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


≤ 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