

Menu 23.02. - 01.03.

Maanantai

Tofu & Kasvispaellaa
Rosepippuriporsasta ja riisiä
Broileripyöryköitä (8 kpl/annos), paprikakastiketta ja perunaa
Juuressosekeittoa yhdellä proteiinilisäkkeellä ja lisäkesalaatilla
Mansikkarahkaa
Porsaanliha-BBQ patonki
Kreikkalainen juustopatonki
Naudanliha-/Broileri-/Halloumi- tai Vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

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

Tiistai

Linssi-kasviskusausta
Broilerilasagnetta (gluteeniton vaihtoehto saatavana)
Jauhelihapihvit (2 kpl/annos), pippurikastiketta ja perunaa
Hernesosekeittoa yhdellä proteiinilisäkkeellä ja lisäkesalaatilla
Persikkajogurttia
Tofu-hummus-avocadopatonki
Kinkku-meetwurstipatonki
Pasta-juustosalaatti
Naudanliha-/Broileri-/Halloumi- tai Vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat
Makkaraperunat

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

Keskiviikko

Soija-kasviswokkia ja täysjyväkauraa
Kirjohikikusausta
Pasta Bolognesea (gluteeniton vaihtoehto saatavana)
Kevätsipuli-perunasosekeittoa yhdellä proteiinilisäkkeellä ja lisäkesalaatilla
Cappuccino moussea
Tomaatti-mozzarellapatonki
Tonnikalapatonki
Broiler-avocadosalaatti
Naudanliha-/Broileri-/Halloumi- tai Vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

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

Torstai

Kasvismoussakaa
Curry-broilerkastiketta ja perunaa
Hernekeittoa, pannukakkua (1 kpl/annos) ja hilloa

M   
G, L  
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  



Chili-korianteri tomaattikeittoa yhdellä proteiinilisäkkeellä ja lisäkesalaatilla	G, M	  
Mustikka-kermaviili- ja piirakkaa	L	
Kalkkuna-BBQ patonki	M	 
Kreikkalainen juusto-patonki	L	
Tonnikalasalaatti	G, M	
Naudanliha-/Broileri-/Halloumi- tai Vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	
Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia	L	 

Perjantai

Chili sin carnea kikherneestä ja riisiä	G, M	  
Broiler Kormaa ja riisiä	M	 
Tonnikalapastaa	L	 
Porkkanasosekeittoa yhdellä proteiinilisäkkeellä ja lisäkesalaatilla	G, M	  
Banaani-marjasmoothie	G, L	
BBQ-kinkkupaltonki	M	  
Tomaatti-Mozzarella-pestosalaatti	VL	
Pizzaperjantai	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