

Menu 23.02. - 01.03.

Maanantai

Soijapyöryköitä (12kpl/ann) Aurinkotomaatti-soijakastiketta ja Täysjyväohraa

Jauhelihakastiketta ja perunamuusia

Tomaatti-mozzarellapizza (1 kpl/ ann.)

Kukkakaali-parsakaalikeittoa ja Napas

Patonkilounas

Päivän Take Away salaatti

Ananasrahkaa

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

Tiistai

Soija-kaalilaatikkaa, perunaa ja puolukkasurvosta

Lime-korianteriturskaa (3kpl/ ann.) Tartarkastiketta ja perunaa

Vuohenjuustolla gratinoitua punajuurta ja kasvisriisiä

Palsternakkaseikeittoa ja Napas

Patonkilounas

Päivän Take Away salaatti

Kauraista-marjapaistosta ja vaniljakastiketta

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

Keskiviikko

Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa, paahdettua perunaa ja soijapapuja

Liha-makaronilaatikkaa

Vihreää currya broilerista ja riisiä

Bataattiseikeittoa ja Napas

Patonkilounas

Päivän Take Away salaatti

Turkkilaista jogurtta, hunajaa ja myslä

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

Torstai

Pähkinäistä pestopastaa

Paistettua seitä leipurin tapaan (1kpl / ann.) ja perunamuusia

Cajun-broileria (2kpl/ ann.), paprika-sipulia ja riisiä

Herkkusienikeittoa ja napas

Päivän Take Away salaatti

Patonkilounas

Mangokiisseliä

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

Perjantai

Paahdettua parsakaalia ja tofua (1kpl/ ann), sitruuna-soijagurttia ja ohraa

Broileria makeassa soijakastikkeessa (2 kpl/ ann.) ja täysjyväohraa

Juustokuorrutettua uunimakkaraa (1 kpl/ ann.), ja perunamuusia

M   
M  
G, 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



Fenkolisosekeittoa ja napas
Päivän Take Away salaatti
Patonkilounas
Mustikkarahkaa

G, M
M, G
L
L, G



Lauantai

Kasvis-Papu Kroketteja (6kpl/ann) Kaprismajoneesia ja Rosmariiniperunoita
Provencen Broileripastaa

G, M
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



