

Menu 02.03. - 08.03.

Maanantai

Naudanulkofileepihvi, pippurikastiketta, lohkoperunoita ja paistettuja kasviksia	G, L	FI
Caesarsalaattia ja paahdettua lohta	L	
MIN Lunch buffet		
Inkivääri-porkkanasekeittoa	G, L	CO ₂
Lämmintä siitakesieni-kasvissalaattia ja paistettua halloumia	G	
Broileria korealaiseen tapaan, kimchiä ja basmatiriisiä	M	FI
Jätskibuffa, tuunaa oma annoksesi erilaisilla kastikkeilla ja lisukkeilla	G, L	

Tiistai

Filippiini teema: Chicken afritada	G, M	FI
Filippiini teema: Tofu-kookospataa ja riisiä	G, M	
MIN Lunch buffet		
Mysikurpitsakeittoa	G, L	CO ₂
Palak paneer ja basmatiriisiä	G, L	
Paistettuja muikkuja, valkosipulikermaviiliä ja juures-perunasosetta	L	CO ₂
Mansikka trifle	L	

Keskiviikko

Filippiini teema: Adobo porsaanlihasta ja jasminriisiä	G, M	FI
Filippiini teema: Vegetarian picadillo	G, M	CO ₂
MIN Lunch buffet		
Bataattisekeittoa	G, L	CO ₂
Lehtikaali-siitakepasta	M	CO ₂
Yrteillä maustettua kalkkunanfileetä, pippurikastiketta ja paahdettua perunaa	G, L	FI
Ananasrahkaa ja granaattomenaa	G, L	

Torstai

Lohi poke bowl	G, M	
Falafel bowl tzatziki kastikkeella	G, L	
MIN Lunch buffet		
Kevätsipuli-perunasosekeittoa	G, L	CO ₂
Paahdettua parsakaalia ja tofua, rapeaa lehtikaalia, punajuuricremeä ja paahdettuja auringonkukansiemeniä	G, M	CO ₂
Pannupihvejä, paahdettua perunaa, maissia ja paistinkastike	G, M	FI
Lettubuffet, valitse milläsi lisukkeilla		

Perjantai

Smash burger ja maalaisranskalaiset	M	FI
Veggie smash burger ja maalaisranskalaiset	VL	
MIN Lunch buffet		

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



Punajuurisekeittoa
Vihreä curry tofusta ja basmatiriisiä
Chili con carne, nachoja, jalapenoja ja ranskankermää
Banoffee

G, L
G, 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



