

Menu 09.03. - 15.03.

Maanantai

Kikherne-kasvicurry, riisi

G, M



Vuohenjuustogratinoitu punajuuri, kasvisriisi

G, VL

Bolognese kastike broilerista, täysjyväpastaa

M



Kahvila Civis: Teriyaki broileri poke bowl

M



Kahvila Civis: Juuressosekeitto, seitan ja tonnikala

L



Kahvila Civis: Kinkku-juusto lounaspatonki

L



Tiistai

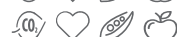
Vegaaninen Lindströmin pihvi (1 kpl / annos), peruna, soijagurtti.

G, M



Vebab tomaattikastikkeessa, riisi

M



Lohi-pinaattilasagne

L



Kahvila Civis: Tofu-herkkusieni poke bowl

G, M



Kahvila Civis: Kukkakaali-parsakaalikeitto, yrttibroileri ja soijapyörykkä

G, L



Kahvila Civis: Kalkkuna BBQ lounaspatonki

M



Keskiviikko

Linssi-munakoisokorma

G, M



Pinaattilettu (2-3 kpl/annos), kermaviilikastike

L



Broileria (2 kpl/ annos) makeassa soijakastikkeessa ja riisiä

G, M



Kahvila Civis: Marinoidulla katkaravulla poke bowl

G, M

Kahvila Civis: Herkkusienikeitto, broileria ja kikherneitä

G, L



Kahvila Civis: Roast Biif Meeat lounaspatonki

M



Torstai

Soijapyöryköitä (7 kpl), tabbouleh-salaattia, harissakastiketta (gluteeniton ilman tabbouleh-salaattia)

M



Kasvisempanadas (1 kpl/ annos), mojokastike

M



Pestokuorrutettu sei (1 kpl /annos) ja lämmin jyväpastasalaatti (ilman pastasalaatti gluteeniton)

M



Kahvila Civis: Avocado tofu poke bowl

G, M



Kahvila Civis: Paahdettu paprikakeitto, mozzarella ja härkäpapuja

L



Kahvila Civis: Tonnikala- kirjolohi lounaspatonki

M



Perjantai

Pähkinäinen pestopasta, paahdettuja soijapapuja

M



Fetalla gratinoitu munakoiso, belugalinssimuhennos

Paahdettua kalkkunaa (2 kpl/ annos) ja omenaa, timjamikastiketta ja täysjyväohraa (ilman ohraa gluteeniton)

L



Kahvila Civis: Lohi poke bowl

G, M

Kahvila Civis: Fenkoli-juuressosekeitto, katkarapuja ja kylmäsavutofua

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



Kahvila Civis:Feta-tzatziki lounaspatonki



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 CO ₂ 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		