Menu 09.03. - 15.03.

Maanantai

Juures-soijasuikale Burgundinpataa (G,M) ja yrttikauraa (gluteeniton kaura)	M	
Nakkistroganoffia ja perunaa	G, L	FI
Broileria sitruunakastikkeessa 1 kpl/annos ja riisiä	G, L	FI
Inkivääri-porkkanasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, L, M	
Tomaatti-mozzarellapatonki	VL	
Tonnikalasalaatti	G, M	
Mangosmoothie	G, L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	EU
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	

Tiistai

Kikherne-kasviscurrya (G,M) ja täysjyväkauraa (gluteeniton kaura)	M	
Hernekeittoa, pannukakkua ja hilloa 1 kpl/annos	L	FI
Kirjolohilasagnettea G*	L	
Juuressosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, L, M	
Curry-broilerpatonki	M	FI
Kreikkalainen salaatti	G, L	
Marjajogurttia	G, L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	EU
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Makkaraperunat	G, M	FI

Keskiviikko

Paahdettua punajuurta, pinaatti-papusalaattia, ohraa ja sitruunasoijagurttia G*	M	
Chili con carnea ja riisiä	G, M	FI
Broileri-chorizopaellaa	G, M	FI EU
Parsakaalisosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, L, M	
BBQ-kinkkupatonki	M	FI
Tomaatti-mozzarellapastasalaatti	VL	
Mansikkakääretorttua	L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	EU
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Kebabia, tomaattikastiketta, valkosipulijogurttia ja ranskalaiset perunat	G, L	FI

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

Torstai

Maapähkinä-tofuwokkia ja riisiä	G, M	
Broiler mac and cheese (Juustoista broilerpastavuokaa)	L	FI
Lime-korianteriturskaa 3 kpl/annos, tillikermaviiliä ja perunaa G*	L	
Mausteista tomaattikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)	G, M	
Napakset	G, L, M	
Tonnikalapatonki	M	
Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti	VL	
Mustikkarahkaa	G, L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	EU
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua sipulia	L	FI

Perjantai

Linssi-kasviskastiketta ja riisiä	G, M	
Lihapullia 8 kpl/annos, pippurikastiketta ja perunamuusia G*	L	FI
Broileri-chorizopaellaa	G, M	FI EU
Punajuurisosekeittoia (annos sis 1 napas and side salad)	G, M	
Napakset	G, L	
Kreikkalainen juusto-patonki	L	
Kana-tacosalaatti	G, M	FI
Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta	L	
Pizza perjantai	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