

Menu 09.03. - 15.03.

Maanantai

Lihapullia, perunamuusia ja pippurikastiketta

L



Vihreää pestopastaa ja paistettua tofua

M



Mansikka-basilikasmoothieta

G, L

Kahvi ja tee

G, M

Kesäkurpitsa-vuohenjuustokeittoa

G, VL



Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta

G, L

Tiistai

Paahdettua Teriyaki-broileria, wokattuja kasviksia ja basmatiriisiä

M



Linssi-soijamuhennoksella täytettyä kesäkurpitsaa ja sitruunaista soijajogurttikastiketta

G, M



Vaniljakiisseliä ja vadelmahilloa

G, L

Kahvi ja tee

G, M

Juussosekeittoa

G, L



Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta

G, L

Keskiviikko

Lasagnea ja rukolapestoa (pesto sisältää pähkinää)

L



Papu-saksanpähkinätagine ja couscous

M



Suklaalevykakku

L

Kahvi ja tee

G, M

Vihreää parsakeittoa

L



Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta

L

Torstai

Tandooribroileria, intialaista bulguria ja minttujogurttia

L



Mie Goreng tofu

G, M



Safiirin lettubuffet, valitsemillasi lisukkeilla

L

Kahvi ja tee

G, M

Juustoista kasviskeittoa

G, L



Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta

L

Perjantai

Paneroitu porsaanleike, paistettuja perunoita ja metsäsienikastiketta

M



Nyhtökaurataco mangosalsalla, avocadocremellä ja pikkelöidyllä sipulilla

M



Puolukka-kinuskirahkaa

G, VL

Kahvi ja tee

G, M

Kokoa salaatti- Valitse mieleisesi salaattipohja ja proteiini päivän valikoimasta

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