



## Menu 16.03. - 22.03.

### Maanantai

|                                              |      |
|----------------------------------------------|------|
| Porsaanlihastroganoffia ja keitettyä perunaa | L, G |
| Paprikaa ja Punaherukkavispipuuroa           | L    |
| Kalakeittoa                                  | G, L |

### Tiistai

|                                                     |      |
|-----------------------------------------------------|------|
| Lihapyöryköitä, tomaatti-yrttikastiketta ja perunaa | M, G |
| Tomaattia ja hedelmäsalaattia                       | L    |
| Juuressosekeittoa ja leikkelettä                    | L, G |

### Keskiviikko

|                                    |      |
|------------------------------------|------|
| Kaalilaatikkoo ja puolukkasurvosta | M, G |
| Kurkkua, luumurahkaa               | VL   |
| Paprikaista-kana-maissikeittoa     | M, G |

### Torstai

|                      |      |
|----------------------|------|
| Kirjolahikiusausta   | L, G |
| Kurkkua, banaania    | L    |
| Siskonmakkarakeittoa | M, G |

### Perjantai

|                                                              |      |
|--------------------------------------------------------------|------|
| Ylikypsää porsaanniskaa, sinappikastiketta ja kermaperunoita | L, G |
| Tomaattia ja mangorahkaa                                     | L    |
| Aurajuustokeitto                                             | G, L |

### Lauantai

|                                                              |      |
|--------------------------------------------------------------|------|
| Kanaa sweet & sour kastikkeessa, täysjyväriisiä ja porkkanaa | M, G |
|--------------------------------------------------------------|------|

### Sunnuntai

|                                                          |      |
|----------------------------------------------------------|------|
| Pippurista lihapataa, perunamuusia ja lämpimiä kasviksia | L, G |
|----------------------------------------------------------|------|

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 <sub>2</sub> e                                                          | Parempi valinta<br>Healthy choice                                                   | Vegaaninen<br>Vegan                                                                 | Opiskelija-ruokailusuos.<br>Recommended student meal                                | Sisältää porsaanlihaa<br>Including pork                                             | Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu<br>The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU |                                                                                       |                                                                                       |