

Menu 16.03. - 22.03.

Maanantai

Rakenna oma pulled beef hampurilaisesi	L	
Lohikeittoa & tuoretta tilliä	G, L	
Avocado-Ratatouille pasta feta-juustolla sekä pinaatti & rucola salaatilla	L	
Punajuurisosekkeittoa	G, L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Punainen thai curry kananpojasta jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	G, M	
Punainen thai curry tofulla & cashew-pähkinöillä, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	
Vaniljajäätelöä, mansikkajäätelöä & vastuullista kahvia sekä teetä	G, L	

Tiistai

Pannupihviä paistettulla sipulilla, perunamuusia ja sky-lientä	G, L	
Mausteinen chorizo-halloumi vuoka	G	 
Välimerellinen linssikeitto	G, M	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Valajan Butter Chicken lisukkeineen, basmatiriisiä & linssimuhennosta	G, L	
Valajan Butter Tofua lisukkeineen, basmatiriisiä & linssimuhennosta	G, M	
Mango Lassi	G, L	

Keskiviikko

Kermanen broileri & herkkusieni pasta, sekä rucolaa & juustoa	VL	
Kala-äyriäispaellaa ja aiolia	G, M	
Fetalla gratinoitua munakoisoa, belugalinssimuhennosta & saharimiriisiä	G, L	
Kukkakaalikeitto	G, L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Korean Fried Chicken, marinoituja kasviksia, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	M	
Korean Fried Tofu, marinoituja kasviksia, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	M	
Mustikkarahkaa	G, L	

Torstai

Kuorrutettua uunimakkaraa, kermaperunoita	G, L	
Paistettua broilerifilettä & chimichurria	M	
Itsetehtyjä kasvispihvejä, paahdettuja kasviksia ja sitruunakermaviiliä	L	
Ranskalainen sipulikeitto	G, M	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Naudanliha nuudelit korealaisittain & tuoreita yrttejä	M	
Nyhtökaura nuudelit korealaisittain & tuoreita yrttejä	M	
Letut kermavaahdolla & hillolla, sekä vastuullista kahvia & teetä	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



Perjantai

Bowl Buffet: Paahdettua Teriyaki-kanaa kasviksilla, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	L
Bowl Buffet: Paahdettua Teriyaki-tofua kasviksilla, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	G, L
Paahdettu paprikakeitto	G, L
Valajan Caesar salaatti vaihtuvilla proteiineilla. Joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	L
Three Cheeses Beef Burger maalaisranskalaisilla	VL
Portobello-burger ja maalaisranskalaisia	M
Piirakkalajitelmalla suut makiaks. Sekä vastuullista teetä & kahvia	VL

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		