

Menu 09.03. - 15.03.

Maanantai

Chili con carne M,G, Riisiä M,G, Nachoja M,G, Ranskankermää L,G	G, M	
Munakoisopata ja Riisiä	G, M	
Sitruunahollandaise kuorrutettua kampelaa L,G ja paahdettuja tilliperunoita M,G		
Punajuuri-vuohenjuustokeittoa	G, VL	
Salaattipöydän proteiini: Brie-juusto G tai Tonnikala M,G		
Mangorahka	G, L	
KAHVI ja tee	L	

Tiistai

Paistettuja makkaruita M,G, dijon majoneesia M,G ja perunamuussia L,G			
Gochujang tofuwokki M ja Basmatiriisiä M,G			
Chilibroileria gochujangkastikkeessa M ja Basmatiriisiä M,G			
Kermaista mustajuurisosekeittoa	G, L		
Salaattipöydän proteiini: Nieriä M,G tai Salaattijuusto L,G			
Omenapiirakka ja vaniljakastiketta	L		
KAHVI ja tee	L		

Keskiviikko

Silakkapihvit M, sitruuna-kermaviilikastiketta L,G ja tilliperunat M,G			
Härkifajitas (täyte M,G, tortilla M), paahdettua maissia M,G, salsaa M,G ja soijajogurtta M,G			
Härkäfajitas (täyte M,G, tortilla M), paahdettua maissia M,G, salsaa M,G ja ranskankermää L,G			
Grillistä: Risotto alla zucca e prosciutto (Kurpitsa risottoa ja rapeaa prosciuttoa)	G, L		
Metsäsienikeittoa	G, L		
Salaattilounaan proteiini: Raejuustoa L,G, nieriä M,G			
Mustikkarahka	G, L		
KAHVI ja tee	L		

Torstai

Jauhelihamurekettä M,G, pippuri-kermakastiketta L,G ja paahdettuja perunoita M,G			
Baba pottufalle pyörykät, tikka masala kastiketta ja sahrami basmatiriisiä	G, M		
Broileria tikka masala ja sahrami basmatiriisiä	G, M		
GRILLI: Pasta alla nduja (Pasta nduja)	L		
Palsternakkasekeittoa	G, L		
Salaattilounaan proteiini: Savumuikku M,G, ricotta juustoa G			
Suklaamousse	G		
KAHVI ja tee	L		

Perjantai

Porsaanleike M(P,G), keittiömestarin kastiketta L,G ja kermaperunoita 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



Kasvispihvejä, caponata kasviksia ja yrttiriisiä
Lohiseljanka M,G ja smetanaa L,G
GRILLI: Hamburger italiano e patatine fritte
Porkkanasosekeittoa
Salaattilounaan proteiini: Ilmakuivattua kinkkua M,G, brie juustoa G
Marjapaistosta ja vaniljakastiketta
KAHVI ja tee

G, M 
L 
G, L  
L
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