

Menu 16.03. - 22.03.

Maanantai

Lindströmin pihvit, sipuli kermakastiketta ja persiljaperunoita	L	
Tofuwok	G, M	
Marry me chicken, riisiä	G, L	
Palsternakkasosekeittoa	G, L	
Salaattilounaan proteiini:		
Ruusunmarjarahka	G, L	
Kahvi	L	

Tiistai

Paistettua kampelaa, remouladekastiketta ja tilliperunoita		
Falafel pyöryköitä, vegaania majoneesia ja yrttibulgur		
Juustolla ja kurkkusalaatilla kuorrutettuja uunimakkaroita ja perunamuusia	G, L	 
Bataattisosekeittoa	G, L	
Salaattilounaan proteiini:		
Kardemumma-marjapaistos, vaniljakastiketta	L	
KAHVI ja tee	L	

Keskiviikko

Kaalikääryleet, ruskea kermakastike, puolukkahilloa ja keitetyt perunat		 
Sienikääryleet, puolukkahilloa ja persiljaperunoita	G, M	
Lyönin kanaa ja riisiä		
Grill: Risotto agli asparagi (Parsarisottoa ja sitruuna ricottaa)	G, L	
Herkkusienikeittoa	G, L	
Salaattilounaan proteiini:		
Suklaa kiisseliä ja kermavaahtoa	G, L	
Kahvi	L	

Torstai

Kermanen lohikeitto	G, L	
Vegaanista pinaattilasagnea	M	
Jauhelihalasagne	L	
Grill: Pasta al salmone (Lohipastaa)	L	
Tomaattikeittoa	G, L	
Salaattilounaan proteiini:		
Porkkanapiirakkaa	L	
Kahvi	L	

Perjantai

Tomaatti täytettyä broileria, aioli ja yrttiperunaa		
Herne-punajuuripihvit, hummusta ja yrttiperunaa	G, M	
Stroganoff, villiriisiä		

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



Grill: Hamburger di pollo alla parmigiana (Parmesan kana burger)

Koskenlaskijan porkkanasekeittoa

Salaattilounaan proteiini:

Vadelmarahka

KAHVI ja tee

FI

G, L

G, 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