











Menu 06.04. - 12.04.






Tiistai

Broilerin hapan-imeläkastikkeessa ja täysjyväriisiä	G, M	
Linssi-kasviskuisausta	M	 
Marokkolaiset kikhernepihvit, paprikasalsaa, porkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	 
Kalaseljanka	G, M	
Mangolassi	L, G	








Keskiviikko

Pippurista lihapataa, lämpimiä kasviksia ja perunaa	L	
Koskenlaskijan silakat, lämpimiä kasviksia ja keitettyä perunaa	L	
Falafel pyörykät yrtti-tomaattikastikkeessa ja perunaa	M	
Juuressosekeittoa	G, L	
Vatkattua aprikoosipuuroa	M	

Torstai









Broilerin paistileike, paprikakastiketta, lämmin kasvislisäke ja riisiä	G, L	
Härkis-makaronilaatikka	L	
Kasvis-soijarisottoa ja anans-chilisalsaa	G, M	 
Kirkasta kalkkuna-vihanneskeittoa	G, M	 
Vaniljakiisseliä ja vadelmahilloa	L, G	

Perjantai

Lime-korianteriturskaa, lämpimiä kasviksia ja perunaa	L	 
Kalkkuna-kasvispataa ja täysjyväriisiä	G, L	
Tofua keltaisessa kasviskastikkeessa, lämpimiä kasviksia ja täysjyväriisiä	G, M	 
Tomaattista kikhernekeittoa luomukikherneillä	G, M	 
Kardemumma-marjapaistos ja kermavaahtoa	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