

Menu 06.04. - 12.04.


Tiistai

Papu-kasvislasagneetta
 Jauhelihapihvit (2 kpl/annos), pippurikastiketta ja perunaa
 Broilerilasagneetta (gluteeniton vaihtoehto saatavana)
 Persikkajogurttia
 Hernesekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 vegaaninen Roast biif Meeat patonki
 Kreikkalainen salaatti
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös broileri tai halloumil burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Grillattua lohta, caponataa ja ranskalaisia

M   
 L   
 L  
 G, L 
 G, M   
 L, G
 M  
 G, L
 L 
 M 
 G, M

Keskiviikko

Soija-kasviswokkia ja täysjyväkauraa
 Pasta Bolognesea (gluteeniton vaihtoehto saatavana)
 Kirjohikiusausta
 Cappuccino moussea
 Kevätsipuli-perunasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tomaatti-mozzarellapatonki
 Maalaisbroilersalaatti
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös broileri tai halloumil burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Makkaraperunat

M   
 M  
 G, L
 G, L 
 G, M   
 L, G
 VL 
 M 
 L 
 M 
 G, M  









Torstai

Kasvismoussakaa
 Hernekeittoa, pannukakkua (1 kpl/annos) ja hilloa
 Curry-broilerkastiketta ja perunaa
 Mustikka-kermaviilipirakkaa
 Chili-korianteri tomaattikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Kreikkalainen juusto-patonki
 Tonnikalasalaatti
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös broileri tai halloumil burgeri saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

L   
 L    
 G, L  
 L 
 G, M   
 L, G
 L 
 G, M
 L 
 M 

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

sodexo

Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

L



Perjantai

Chili sin carnea kikherneestä ja riisiä

G, M



Tonnikalapastaa

L



Kalkkunaa Korma ja täysjyväkauraa (gluteeniton vaihtoehto riisillä)

M



Banaani-marjasmoothie

G, L



Porkkanasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)

G, M



Napakset

L, G

Kana-tacosalaatti

G, M



BBQ-kinkkupaltonki

M



Pizzaperjantai

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