













Menu 30.03. - 05.04.

Maanantai

Wieninleike ja persiljapottuvoita	L	 
Cajun jauhelihapataa & riisiä	M, VL	 
Kalaa saframilla maustetulla tomaattikastikkeella & raikasta aiolia	G, M	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G	
Paahdettua paprikakeittoa	G, L	
Broileria tahmean mausteisessa seesamikastikkeessa, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	
Tofua tahmean mausteisessa seesamikastikkeessa, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	
Vaniljajäätelöä, passionhedelmäsorbettia & vastuullista kahvia sekä teetä	G, L	




Tiistai

Kana ja Chorizo jambalayaa & aioli kastiketta	G, M	 
Pyttipannua ja paistettua kananmunaa	G, M	 
Vuohenjuustogratinoitua bataattia ja lehtikaalipestoa	L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Tomaatti-chili-korianterikeittoa	G, M	
Mausteista porsaanskkaa Vietnamilaisittain, jasminriisiä, rapeaa sipulia & tuoreita yrttejä	M	 
Mausteista tofua Vietnamilaisittain, jasminriisiä, rapeaa sipulia & tuoreita yrttejä	G, M	
Marjapaistosta ja vastuullista kahvia & teetä	L	

Keskiviikko

Valajan käsinyöriteltyt karitsa & naudaniha pyörykät tzatzikilla & paahdetulla sitruuna-yrttiperunoilla	L	
Lohi-pinaattilasagne	L	
Tomaatti-basilikapizza	L	
Delisalaatti vaihtuvista & monipuolisista kasviksista ja joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Porkkana-savujuustokeittoa	G, VL	
Panang curry broilerilla, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	
Panang curry tofulla & kurpitsalla, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	
Sacher mousse	G, L	

Torstai

Porsasta kiinalaistyyppisessä inkiväärikastikkeessa, kasviksia, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	M	 
Tofua kiinalaistyyppisessä inkiväärikastikkeessa, kasviksia, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	G, M	
Valajan Caesar salaatti vaihtuvilla proteiineilla. Joka päivä vähintään 2 erilaista proteiinia	G, VL	
Metsäsienikeittoa	G, L	
"Perjantai" hampurilainen: Rapeaa uppopaistettua broileria ja tulista hunajaa, raikkaat salaatit & maalaisranskalaiset *Saatavilla myös gluteenittomana*	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











Kasvishampurilainen: Rapeaa Quornia & peruna röstiä, raikkaat salaattit & maalaisranskalaiset *Saatavilla myös gluteenittomana M
Letut kermavaahdolla & hillolla, sekä vastuullista kahvia & teetä VL

Perjantai

Hyvää pääsiäistä! Nähdään taas tiistaina 7.4 :)

Muutokset ruokalistailla 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