





## Menu 25.05. - 31.05.

### Maanantai


Pastitsio, Kreikkalainen pasta- jauhelihavuoka(VL,pähkinätön) 

Soijapyöryköitä currykastikkeessa (M,G,V,Pähkinätön) ja Jasminriisiä(M,G,V,Pähkinätön)

Appelsiini-chiliturskaa(L,G,Pähkinätön)Metsästäjänleipää(L,Pähkinätön)Perunaa(M,G,Pähkinätön)Kermaviiliä(L,G,Pähkinätön)  

Massaman broileriwokkia, basmatiriisiä(M,G,Pähkinätön) Tai Massaman tofu-kasviswokkia ja basmatiriisiä(M,G,V,Pähkinätön) 

Kasvisborssekeittoa(M,G,V,Pähkinätön) ja smetanaa(L,G,Pähkinätön)

Mariannemousse(G) 

Kilosalaatti



G, L

### Tiistai

Stifado naudalihapataa(M,G,Pähkinätön) ja paahdettua perunaa(M,G,Pähkinätön)

Nachopelti(L,G,Pähkinätön) Kermaviiliä(L,G,Pähkinätön) ja jalapenoja(M,G,V,Pähkinätön)

Pesto kirjolohta(L,G,Pähkinätön)Kalkkunan filettä choronkastikkeessa(G,Pähkinätön),Tortellonit(M,V,Pähkinätön)Kasviksia(M,G) 

Possu-kasviswokkia,nuudeleita(M,Pähkinätön) Tai Soija-kasviswokkia, nuudeleita(M,Pähkinätön)  

Punajuurisosekeittoa(G,M,pähkinätön)

Mustikkajogurtti(L,G,Nut-free)

Kilosalaatti

G, L

### Keskiviikko

Haudutettua seitä, oliivia ja tomaattia(L,G,Pähkinätön) lämmintä jyväpastasalaattia(M,V,Pähkinätön)

Kasvismoussakaa(VL,Pähkinätön) ja parmesajuustoa(VL,G,Pähkinätön)

Broiler gyros pita(M,Pähkinätön)Possun sisäfilettä(M,G,Pähkinätön)Riisiä(M,G,Pähkinätön)Perunaa(M,G,Pähkinätön) Tzatsikia

Sweet and sour kalkkuna-halloumiwokkia tai Sweet and sour tofuwokkia ja riisiä

Mustajuurisosekeittoa(L,G,Pähkinätön)

Ananasrahka(L,G,Pähkinätön)



Kilosalaatti


G, L

### Torstai

Broileria makeassa sojakastikkeessa(M,G,Pähkinätön) ja tummaa riisiä(M,G,Pähkinätön)

Halloumi-punajuurihiivi(VL,G,Pähkinätön) Välimeren perunasalaattia(L,G,Pähkinätön) ja minttujogurttikastiketta(L,G,Pähkinätön)

Kampelaa bearnaisekastikkeessa(VL,Pähkinätön)Possunpihvejä paistinkastikkeessa(M,G,Pähkinätön)Perunapyrettä(L,G,Pähkinätön)  

Korealainen broileribowl, nuudeleita(M,Pähkinätön) Tai Korealainen tofubowl ja nuudeleita(M,Pähkinätön) 

Paahdettu paprikakeittoa(M,G,V,pähkinätön)

Marjajogurtti(L,G,Pähkinätön)

Kilosalaatti

G, 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 CO<sub>2</sub> 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

## Perjantai

Possun sveitsinleke(VL,Pähkinätön) Juures-  
perunapastosta(M,G,Pähkinätön),Herneitä(M,G,Pähkinätön)  
Piparjuurimajoneesia



Täytetyt paprikat(M,G,V,Pähkinätön)Lämmintä  
papusalaattia(M,G,V,Pähkinätön)Korianteri-  
soijajogurttikastiketta(M,G,V,Pähkinätön)

Juustoburger(VL,Pähkinätön) Tai Vegebürger ja frittiperunaa(M,V,Pähkinätön)



Filippiiniläinen mungpapu keitto(M,G,Pähkinätön)

Mansikkarahka(L,G,Pähkinätön)

Kilosalaatti

G, 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 CO<sub>2</sub> 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