

Menu 10.08. - 14.08.

Maanantai

Pollo limonello pasta	L	
Savulohiirakka (sis.selleri)	L	
Fetalla gratinoitua munakoisoa ja belunga linssi muhennosta	L	
Pinaattikeitto (sis.muskottipähkinä) ja kananmuna	G, L	
Mariannemousse	G, L	
MyCafe E6 Uuniperuna kinkkutäytteellä	G, L	
Salaatti baari: Tonnikalatahna, Marinoitu tofu tai Feta		

Tiistai

Tonnikala-munakasrulla	L	
Spaghetti carbonara		 
Herkkutatti-soijapasta		
Tomaatti-vuohenjuustokeitto	G, VL	
Sitruuna-salmiakki rahka	G, L	
MyCafe E6 Porsas-kasvis wok	G, M	
Salaatti baari: Tonnikalatahna, Marinoitu tofu tai Feta		

Keskiviikko

Paahdettua broileria, hunaja-jogurttia ja juuressärää	G, L	
Kebabia tomaattikastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Kukkakaali-kikherne curry ja basmatiriisi	G, M	
Maa-artisokkasekeitto	G, L	
Mangosmoothie tai hedelmä	G, L	
MyCafe E6 Vietnamlainen härkä-nuudlikeitto	M	
Salaatti baari: Teriyaki broileri, Marinoitu tofu tai Feta		

Torstai

Jauhelihapihvejä cajun-kastikkeessa ja bataatti-perunamuussia (sis.kananmuna)	G, L	 
Silakkapihvit ja sitruuna-kermaviilikastiketta	L	
Kasvismoussa (sis.soija)	G, L	
Bataattisekeitto	G, L	
Itsetehty omenapiirakka ja vaniljajavahto tai hedelmä	L	
MyCafe E6 Sitruuna-lohipasta	L	
Salaattibaari: Tonnikalatahna, Grillattu halloum tai Chili tofu		

Perjantai

Moussaka	G, L	
Kievin kana, currymajoneesi (sis.omena, kananmuna) ja bataattilohkot	VL	
Bataattipihvit, kermaviilikastike ja basmatiriisi (sis.soija)	G, L	
Ranskalainen sipulikeitto	G, M	
Mokkapala Tai hedelmä	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



MyCafe E6 Margherita pizza
Salaattibaari: Tonnikalatahna, Grillattu halloum tai Chili tofu

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


FI


EU



Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU