

Menu 10.08. - 14.08.

Maanantai

Häränmurekepihvejä M,G, ruskeaa sipulikastiketta L,G ja persiljaperunoita M,G

FI

Silakkapihvit M, kurkku-kermaviilikastiketta L,G ja tilliperunoita M,G

Kikherne-kesäkurpitsa korma ja riisiä

G, M

100%

Punajuurosekeittoa

G, L

Grillistä: Sitruunarisottoa ja grillattuja jättiravunpyrstöjä

G, L

Salaattilounaan proteiini: Tonnikala

G, M

Mansikkarahka

G, L

Tiistai

Grillattua broilerinrintaa M,G, bearnaiskastiketta L,G ja villiriisiä M,G

FI

Gulassikeittoa M,G ja smetanaa L,G

FI

Falafelpyöryköitä M,G, hummusta M,G, vegaanista tzatzikia M,G ja marokkolaista bulguria M

100%

Purjo-perunasekeittoa

G, L

Grillistä: Vuohenjuusto-rucola pizza

VL

Salaattilounaan proteiini: Kalkkuna

G, M

FI

Ruusunmarja kiisseliä ja kermavaahtoa

G, L

Keskiviikko

Cajun paahdettua porsaankylkeä, pico de gallo salsaa ja paahdettua perunaa

G, M

FI

Paneroitua kampelaa M, remouladekastiketta M,G ja paahdettua perunaa M,G

Palak tofu currya ja basmatiriisiä

G, M

100%

Ranskalaista sipulikeittoa

G, M

Grillistä: Chorizo gnocchi pasta

L

FI

Salaattilounaan proteiini: Vuohenjuusto

G, VL

Ananasrahka

G, L

Torstai

Chili con carnea M,G, riisiä M,G, nachoja M,G, ranskankermää L,G ja jalapenoja M,G

FI

Marry me kanapasta

L

FI

Marry me pastaa kaurasuikaleilla

M

100%

Andalusialaista kasviskeittoa

G, L

Grillistä: Herkkutattirisottoa ja parmankinkkua

G, L

EU

Salaattilounaan proteiini: BBQ-minilihapyöryköitä

G, M

FI

Lettuja, mansikkahilloa ja kermavaahtoa

L

Perjantai

Pariloitua bratwurstia M,G, smetanassa haudutettua hapankaalta ja pekonia L,G, perunamuusia L,G

FI

Hollandaisella kuorrutettua seitiä ja perunamuusia

G, L

Wokattu kasviksia ja quornia sweet chilikastikkeessa ja riisiä

G, M

100%

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



Pinaattikeittoa ja kananmunaa
Grillistä: Juusto hampurilainen ja maalaisranskalaisia
Salaattilounaan proteiini: Ricotta
Pannacotta ja tuoreita marjoja (sis.liivate)

G, L

G
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 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



