

Menu 24.08. - 28.08.

Maanantai

Aurinkokuivattutomaatti-soijakastiketta ja täysjyväkauraa
Yrttipaahdettua broileria, paprikastiketta ja perunaa
Tandoori porsasta ja riisiä
Palsternakkasosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
Napas
Broileri-pastasalaatti
Tonnikalapatonki
Ananasraikkaa
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA, HALLOUMI tai VEGAANI burgeri saatavilla)

M  
G, L  
G, M   
G, M  

M 
M 
G, L  

Tiistai

Välimeren uunipastaa
Lohipyörykät, ruohosipuli-kermaviilikastiketta ja perunaa
Makkarakastiketta ja perunamuusia
Bataattisosekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
Napas
Vuohenjuusto-punajuurisalaatti
BBQ kinkku patonki
Kardemumma-marjapaistosta ja vaniljakastiketta
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA, HALLOUMI tai VEGAANI burgeri saatavilla)
Broilergyros, tzatzikia ja ranskalaiset perunat

M  
G, L  
L    
G, M  

M   
L  

L 

Keskiviikko

Harissalla maustettua kasvispataa, pitaleipä ja soijagurtia
Broilerkebabia tomaattikastikkeessa ja riisiä
Liha-makaronilaatikkaa ja ketsuppia
Kukkakaali-parsakaalikeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
Napas
Tonnikalasalaatti
Tomaatti-mozzarellapatonki
Turkkilaista jogurtia, myslä ja hunajaa
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA, HALLOUMI tai VEGAANI burgeri saatavilla)
Uuniperuna ja savukirjolohimoussea

M  
G, M   

G, M  
G, M  

G, M 
VL 
L  

G, L 

Torstai

Pasta Bolognesea jauhismurusta
Sitruuna - savulohivuokaa

M  
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



Itsetehdyt pinaattiletut, puolukkasurvosta, kermaviiliä ja perunaa
 Mustajuurisekeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napas
 Maalaisbroilerisalaatti
 Kreikkalainen juusto-tzatzikipatonki
 Riisipuuroa vaahdotetulla vaniljalla ja persikkasosetta
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA, HALLOUMI tai VEGAANI burgeri saatavilla)
 Kalkkuna filee, chimichurrikastiketta ja lohkoperunoita

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


 
 

 


Perjantai

Paahdettua kesäkurpitsaa, linssi-tomaattimuhennosta ja Ras el Hanout-paahdettuja kikherneitä
 Butter chicken ja riisiä
 Tacomaustettua jauhelihevuoakaa
 Parsakeittoa (annos sis 1 napas ja lisäkesalaatin)
 Napas
 Tomaatti-mozzarella pesto salaatti
 BBQ-kalkkuna patonki
 Mustikka-banaanismoothie
 Pizza perjantai

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