

Menu 07.09. - 13.09.

Maanantai

- Pinaattikeitto ja kananmuna
Chili paahdettu kikherne-perunasalaatti
Uuniperuna ja pieni salaatti
Perinteinen nakkikastike ja perunat
Mustaherukka-vaniljarahka
Rulla kebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike
Rulla kanakebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike

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

Tiistai

- Tomaattinen vuohenjuustokeitto
Tofu kasvispaistos, täysjyväriisi
Broilerkiusaus, lämmin kasvislisäke
Lihapyörykät kermakastikkeessa
Mustikkahyve ja vaniljakastike
Rulla kebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike
Rulla kanakebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike

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

Keskiviikko

- Mustajuuriseikeitto
Linssi-kasviskuisaus, puolukkahilloa
Tonnikalalasagne
Lihapyörykät kermakastikkeessa ja perunaa
Puolukka-kermaviiliipirakka
Rulla kebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike
Rulla kanakebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike

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

Torstai

- Bataattiseikeitto
Bataatti-lehtikaali maapähkinäkastikkeessa, kasviksia ja perunaa
Perinteinen jauhelihakastike ja perunaa
Paahdettua broileria hedelmäisessä kastikkeessa ja basmatiriisiä
Marianmousse
Rulla kebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike
Rulla kanakebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike

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

Perjantai

- Kermanen maissikeitto

- 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



Kasvispihvit, paahdettua perunaa, vegaaninen kurkkumajoneesi
 Goalainen kalacurry, riisi
 Paistettua nautalastua ja kasviksia, paahdettua perunaa, chilimajoneesi
 Tiramisu
 Rulla kebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike
 Rulla kanakebab, lisäkesalaatti ja jogurttikastike

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

Lauantai

Kookos kanakeitto
 Babapyörykät, kermaperunat
 Mantelikala, kermaperunat

G, M  
 G, L 
 L

Sunnuntai

Kermanen lohikeitto
 Kukkakaaliwings, paahdettua perunaa ja porkkanaa, tzatziki
 Paneroitua broileria, paahdettua perunaa ja porkkanaa, tzatziki

G, L  
 G, L 
 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