

Menu 14.09. - 18.09.

Maanantai

Paahdettua kananpoikaa pekonilla Lyonin tapaan
 Kalapyöryköitä & valkoviinillä maustettua tilli-kermakastiketta
 Kasvispiirasta ranskalaisittain & pinaati-rucola salaattia
 Kasvisminestronekeitto
 Riisiä & paahdettua perunaa sekä päivän paistetut kasvikset
 Uuniperunoita savukirjolohi täytteellä Anhin tapaan
 Uuniperunoita fetatäytteellä Anhin tapaan
 Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia
 Syntistä suklaa moussea ja vastuullista kahvia, sekä teetä

Tiistai

Pitkään haudutettua naudanpaistia punaviinikastikkeessa kasviksilla
 Valajan kasvispihvejä ranskalaisittain & basilika kermaviilikastiketta
 Paistettua broilerin filettä & bearnaisekastiketta
 Pehmeä palsternakkakeitto
 Dijon-perunamuusia, pennepastaa & Ratatouille muhennosta
 Satay Broileri Bowl jasminriisillä & tuoreilla yrteillä
 Satay Tofu Bowl jasminriisillä & tuoreilla yrteillä
 Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia
 Hedelmäpiirakkaa ranskalaisittain, sekä vastuullista kahvia & teetä

Keskiviikko

Kananpoikaa ja yrttejä ranskalaisittain kermaisella kastikkeella
 Kasvismuhennoksella täytettyjä kesäkurpitsia, munakoisoja & paprikoita tuoretomaattikastikkeella
 Mehevää uuniturskaa ranskalaiseen tapaan
 Purjo-perunasosekeittoa
 Paahdettua yrttiperunaa & villiriisiä sekä päivän vihreä kasvispaistos
 Karamellisoitua porsasta ja nuoc cham kastiketta, jasminriisiä & tuoreita yrttejä
 Rapeaa tofuja ja nuoc cham kastiketta, jasminriisiä & tuoreita yrttejä
 Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia
 Hilloilla kruunattu riisivanukas, sekä vastuullista kahvia & teetä

Torstai

Mehevät ranskalaiset jauhelihapihvit ja täyteläinen sienikastike viherpippurilla
 Välimerellistä uuniseitiä ja yrtti-tomaattivinegrettiä
 Uunissa haudutettuja vihanneksia provencelaiseen tapaan
 Täyteläinen juuressosekeitto
 Tuhdit kermaperunat, riisiä & paistettuja neulapapuja sipulilla
 Valajan kananpoikaa & kasviksia hapanimeläkastikkeella, jasminriisillä ja tuoreilla yrteillä

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



Valajan tofua & kasviksia hapanimeläkastikkeella , jasminriisillä ja tuoreilla yrteillä

Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia

Hillolla täytettyjä ohukaisia, sekä vastuullista kahvia & teetä

Perjantai

Perjantain Bowl Buffet: Bang bang broileria, mausteista porsasta tai tofua ja tuoreita kasviksia

Raikas inkiväärillä maustettu porkkana-kookoskeitto

Valajan Fried Chicken hampurilainen rapeilla perunoilla

Astetta maukkaampi kasvishampurilainen rapeilla perunoilla

Valajan Caesar salaatti broilerilla tai katkaravuilla

Crème brûlée - poltettua vaniljakreemiä, sekä vastuullista kahvia & teetä

Muutokset ruokalistailla 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