

Menu 28.09. - 04.10.

Maanantai

Paahdettua yrtti broileria, riisi ja kurkku-minttujogurtti	G, L
Uunilohta, bearnaisekastiketta ja sitruuna maustettua perunamuusia	G, L
Pintopapu-herkkusienipaella	G, M 
Kukkakaali-parsakaalisosekeittoa	G, L
Marjasmoothie	G, M
Hedelmä	G, M
MyCafe E6 Uuniperuna fetajuustotäytteellä	G, L
Salaatti Baari: Feta, Broileri tai Paahdettu tofu	

Tiistai

Punainen thai curry naudasta ja riisi	G, M 
Tonnikala-munakasrulla	L
Butter tofua ja basmati riisi (sis.pähkiä,soija)	G, M 
Juuressosekeittoa	G, L
Marjarahka	G, L
Hedelmä	G, M
MyCafe E6 Härkä-kasvis wok	G, M
Salaatti Baari: Feta, Broileri tai Paahdettu tofu	

Keskiviikko

Riistakiusaus	G, L
Jerk maustettu broileria, riisiä ja mango-tomaattisalsa	G, M
Vuohenjuusto-aurinkokuivattutomaatti röstit ja kermaviilikastike	G, VL
Kevätsipuli-perunasekeittoa	G, L
Kardemumma-marjapaistosta ja	M
Vaniljakastiketta	G, L
Hedelmä	G, M
MyCafe E6 Vihreä thai curry broileri keitto	M
Salaatti Baari: Feta, Broileri tai Paahdettu tofu	

Torstai

Liha-makaronilaatikkaa	L 
Paneroitua kampelaa, sitruunakermaviiliä ja perunaa	L
Garam masala -tofua ja tomaatti-linssimuhennosta	G, M 
Tomaatti-linssikeittoa	G, M 
Hedelmä	G, M
MyCafe E6 Avocado-katkarapu pasta	M
Salaattibaari: Halloum, Tonnikala tahna tai Chili tofu	

Perjantai

Broileria sataykastikkeessa ja riisiä	G, M
Wieninleike ja dijon perunamuussi	

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



Linssi-soijatäytteiset paprikat ja vegaani aioli
Tulinen kasviskeitto
Itsetehtyä mustikkapiirakkaa Tai
Hedelmä
MyCafe E6 Broileri BBQ pizza
Salaattibaari: Halloum, Tonnikala tahna tai Chili tofu

M
G, M
L
G, 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


≤ 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



