Menu 05.10. - 11.10.

Maanantai

Uuniperunaa (1-2 kpl/annos) BBQ-maustetulla luomutofutäytteellä	M	
Broileripyöryköitä (8 kpl/annos), paprikakastiketta ja riisiä	G, L	
Rosepippuriporsasta ja riisiä	G, L	
Juuressosekeittoa lisäkesalaatilla ja yhdellä proteiinilisäkkeellä	G, M	
Mansikkarahkaa	G, L	
Napas	G, M	
Tonnikalasalaatti	G, M	
Kreikkalainen juustopatonki	L	

Tiistai

Kasvismoussakkaa	G, M	
Jauhelihapihvit (3 kpl/annos), pippurikastiketta ja perunaa	G, L	
Broilerilasagnettea	L	
Hernesosekeittoa lisäkesalaatilla ja yhdellä proteiinilisäkkeellä	G, M	
Persikkajogurttia	G, L	
Tomaatti-mozzarellasalaatti	L	
Roast beef Meeat-patonki	M	
Cheese-/Broiler-/Halloumi- tai Vegaani burger Ranskalaisia perunoita	L	FI EU

Keskiviikko

Kasvismoussakkaa	G, M	
Pasta Bolognesea	M	FI
Kirjolohikiusausta	G, L	
Kevätsipuli-perunasosekeittoa lisäkesalaatilla ja yhdellä proteiinilisäkkeellä	G, M	
Cappuccinomoussea	G	
Grillattu lohisalaatti	G, L	
Curry-broilerpatonki	G, M	FI

Torstai

Kukkakaali-mungpapucurrya ja riisiä	G, M	
Curry-broilerkastiketta ja perunaa	G, M	FI
Tomaatti-chili-korianterikeittoa lisäkesalaatilla ja yhdellä proteiinilisäkkeellä	G, M	
Mustikka-kermaviilipiirakkaa	L	
Maalaisbroilerisalaatti	M	FI
Tonnikalapatonki	M	

Perjantai

Kikherne chili sin carnea Keitettyä riisiä	G, M	
Paistettua kalaa (3 kpl/annos), wasabijogurttia ja riisiä	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

Broiler Kormaa ja täysjyväkauraa	G, M	
Porkkanasosekeittoa lisäkesalaatilla ja yhdellä proteiinilisäkkeellä	G, M	
Vuohenjuusto-punajuurisalaatti	L	
Pizzaperjantai	L	
Banaani-marjasmoothieta	G, L	
Porsaanliha-BBQ-patonki	M	

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