Menu 05.10. - 11.10.

Maanantai

Pohjoisafrikkalaista kasvispataa, Pitaleipä (1kpl/ann) ja soijagurttia	M	
Yrttipaahdettua broilerinpaistia (1kpl/ann), paprikakastiketta ja perunaa	G, L	FI
Jauhelihapihviä 2kpl/annos ja paprikakastiketta	L	FI
Palsternakkasosekeittoa ja Napas	G, M	
Kana Taco Take Away Salaatti	G, M	FI
Lounaspatonki	M	FI
Ananasrahkaa	G, L	

Tiistai

Välimerellistä pastaa	M	
Tandooripossua ja riisiä	G, M	FI
Liha-makaronilaatikkoa	L	FI
Bataattisosekeittoa ja Napas	G, M	
Kana Taco Take Away salaatti	G, M	FI
Lounaspatonki		
Hedelmärahka	G, L	

Keskiviikko

Chilillä höystettyä kikhernepataa Sitruuna-soijagurttikastiketta ja Keitettyä riisiä	G, M	
Lohipyöryköitä 6kpl/annos, ruohosipuli-kermaviilikastiketta ja perunaa	G, L	
Pähkinäinen Butter Chicken	G, L	FI
Kukkakaali-parsakaalikeittoa ja Napas	G, M	
Broiler Caesar Take Away Salaatti		FI
Lounaspatonki	M	
Omena-Marjapaistos ja vaniljakastiketta	L	

Torstai

Aurinkotomaatti-Soijakastiketta ja perunaa	G, M	
Pyttipannua ja paistettu kananmuna	G, M	FI
Mustajuurisosekeittoa ja Napas	G, M	
Broiler Taco Take Away salaatti	G, M	FI
Lounaspatonki		
Mustaherukkarahka	G, L	

Perjantai

Tofu-kasvistäytteiset tortillat (3kpl/ann), tomaattisalsaa ja riisiä	M	
Gluteenitonta Kievin kanaa (1kpl/ann) ja Kurkkumajoneesia	G, L	FI
Makkarakastiketta	G, L	FI

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

Mustajuurisosekeitto	G, M	
Broiler Taco Take Away Salaatti	G, M	FI
Lounaspatonki	M	
Mustikka-banaanismoothieta	G, 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