

Menu 16.11. - 22.11.

Maanantai

Kidneypapu-kasviskiusaus	G, M	
Lihapyöryköitä tomaattikastikkeessa, kukkakaalia ja perunaa	M	FI
Butter chickenia, kukkakaalia ja riisiä	G, L	FI
Porkkanasosekeittoa	G, L	

Tiistai

Tofu-kasvisrisottoa, ananassalsaa ja yrttiporkkanaa	G, M	
Rapeaa kalaa, sitruuna-kermaviilikastiketta, yrttiporkkanaa ja perunamuusia	L	
Chili con carnea, yrttiporkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	FI
Tomaatti-chili-korianterikeittoa	G, M	

Keskiviikko

Soija-kasvislasagnettea ja paahdettua kesäkurpitsaa	M	
Feta-pinaattipiirakkaa ja paahdettua kesäkurpitsaa		
Meksikolaisia broilertortilloja, jalapenoja, kesäkurpitsaa ja riisiä	L	FI
Kylmäsavulohikeittoa	G, L	

Torstai

Porkkanaohukaisia, seesam-papukermaviilikastiketta, sitruunapaahdettua juuresta ja perunaa	L	
Vebabrisottoa	M	
Appelsiini-chilikalaa turskasta, sitruunapaahdettua juuresta ja perunaa	G	
Nakkikeittoa	G, M	FI

Perjantai

Mustapapuburger, mangosalsaa, paadettua bataattia ja lohkoperunoita	M	
Chicken burger, coleslaw'ta, paahdettua bataattia ja lohkoperunaa	M	FI
Tonnikalapastaa, parmesanraastetta, paahdettua bataattia		
Linssikeittoa	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