

Menu 19.10. - 25.10.

Maanantai

Pannupaistettua wienerleikettä	M
Talon Chili con Carne	G, M
Palak paneer -juustocurrya ja ananaschutneyta	G
Paahdettua kukkakaalia	G, M
Herkkusienikeittoa	L
Punainen Thai Curry, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	G, M
Punainen Thai Curry tofulla, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia	
Jäätelöitä, mansikkahilloa, laadukasta & vastuullista kahvia ja teetä	

Tiistai

Paneroitua kampelaleikettä ja remoulade-kastiketta	L
Makkarastroganoff smetanalla ja suolakurkuilla	L
Käsin taputellut kasvispihvit	G, L
Jogurttikastiketta	G, L
Päivän paistettuja kasviksia	G, M
Punajuurisosekeittoa	G, L
Porsasta Teriyaki-chilikastikkeella & kasviksilla, jasminriisiä & tuoreita yrtejä	M
Tofua Teriyaki-chilikastikkeella & kasviksilla, jasminriisiä & tuoreita yrtejä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia	
Mustikkajogurttia talon tapaan, vastuullista kahvia & teetä	G, L

Keskiviikko

Valajan oman keittiön pannupihvejä	G, L
Yrttimarinoitua ja paahdettua broileria	G
Tomaattista mozzarella-härkisperunavuokaa	G, L
Bearnaisekastiketta	G
Tummaa sipulikastiketta	G, L
Päivän paistettuja juureksia	G, M
Rosmariiniperunoita	G, M
Paahdettua vehnää	M
Tomaattikeittoa	G, M
Mausteista broileri-nuudeliwokkia sekä tuoreita limelohkoja ja yrtejä	M
Mausteista nyhtökaura-nuudeliwokkia sekä tuoreita limelohkoja ja yrtejä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia	
Ananasrahkaa, vastuullista kahvia & teetä	

Torstai

Boeuf Bourguignon, nautaa punaviinipadassa	L
Paahdettua porkkanaa	G, M
Sitruuna-savulohipastaa	L
Riisiä	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



Bataattisosekeittoa G, M
Rapea kananpoikakatsu M
Rapea tofukatsu G, M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erilaista proteiinia
Pannukakkua, hilloa & kermavaahtoa, sekä vastuullista kahvia & teetä

Perjantai

Massaman currya kanalla tai tofulla, jasminriisiä & tuoreita yrttejä G, M
Tom Kha Tofu -keittoa M
Hampurilainen broilerin fileestä cheddar juustolla, pekonilla ja maalaisperunoilla
Portobello burger sipulihillolla & maalaislohkoperunoilla
Valajan Caesar-salaatti broilerilla tai katkaravuilla
Vanilja pannacotta, 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