

Menu 26.10. - 30.10.

Maanantai

Rapeaa kievien kanaa L,G, aurinkotomaatti kastiketta M,G ja kermaperunoita L,G



Haudutettua seitiä, oliiveja ja tomaattia

G, L

Kreikkalaista tofu-kasvispataa ja riisiä

G, M



Bataattisosekeittoa

G, L

Pizza buffet: Pepperoni, Härkis-paprika

L



Salaattilounaan proteiini: Ricotta-juustoa

G

Mustikkarahka

G, L

Tiistai

Lihapullia M,G, sinappista kermakastiketta L,G ja perunamuusia L,G



Thaimaalaista panang-broiler currya ja jasmiiniriisiä

G, M



Thaimaalaista panang-tofu currya ja jasmiiniriisiä

G, M



Metsäsienikeittoa

G, L

Pizza buffet: Lihapulla, Oliivi-feta

L



Salaattilounaan proteiini: Ricotta juustoa

G

Mariannemousse

G

Keskiviikko

Paahdettua kalkkunanfileettä, chimichurri kastiketta ja paahdettua perunaa

G, M



Kermaista lohikeittoa ja perunarieskaa

Pintopapu-herkkusienipaella

G, M



Lempeää juuressosekeittoa

G, L

Pizza buffet:

L

Salaattilounanaan proteiini:

Mustaherukka-vaniljarahka

G, L

Torstai

Paneroitua porsaanleikettä, choronkastiketta ja timjamiperunoita



Tonnikalasagnette

L

Kasvispihvejä, vegaanista chilimajoneesia

G, M



Kukkakaali-parsakaalisosekeittoa

G, L

Pizza buffet:

L

Salaattilounaan proteiini:

Omenapiirakkaa ja vaniljakastiketta

L

Perjantai

Kebabia tomaattikastikkeessa, kreikkalaista tzatzikia ja mausteisia lohkoperunoita



Myrskyn savulohimurekepihvejä, remouladekastiketta ja mausteisia lohkoperunoita

Vebabia tomaattikastikkeessa, soijajogurtti-tzatzikia ja mausteisia lohkoperunoita



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



Tomaatti-vuohenjuustokeittoa

Pizza buffet:

Salaattilounaan proteiini:

Mango-banaanismoothie

G, VL

L

G, 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 CO ₂ 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		