

Menu 26.10. - 01.11.

Maanantai

Provencelaista kasvispataa ja paahdettua perunaa
Kalapyöryköitä, perunamuusia ja kermaviili-tillikastiketta
Kinkkukiusausta
Palsternakkasosekeittoa
Kreikkalainen salaatti
Päivän patonki: Yrtti-kana
Cheese burger ja ranskalaisia perunoita
Paahdettua lohta, herkkusienikastiketta ja lohkoperunoita
Kanakookoskeittoa

G, M   
G, L
G, L  
G, M   
G, L
L 

G, L
G, M 

Tiistai

Linssi-juureslasagnetta
Tikka masalaa broiler-hernelastulla ja basmatiriisiä
Wienin leikettä, herkkusienikastiketta, paahdettua perunaa ja höyrytettyä kukkakaalia ja porkkanaa
Tomaatti-chili-korianterikeittoa
Tonnikalasalaatti
Päivän patonki
Cheese burger ja ranskalaisia perunoita
Wokattua härkää ja kasviksia
Lohikeittoa

M   
G

G, M
G, M
M

G, M
G

Keskiviikko

Paahdettua punajuurta, pinaatti-härkäpapusalaattia, ohraa ja sitruunasoijagurttia
Naudanlihapatata punaviinissä ja keitetyjä perunoita
Palak paneer -juustocurry ja basmatiriisiä
Kevätsipuli-perunasosekeittoa
Broiler Caesar salaatti
Päivän patonki:
Paistettua broiler fileetä, bearnaisekastiketta, chilipaahdettuja kasviksia ja lohkoperunoita
Paahdettua turskaa, keitetyjä perunoita ja rapu-voikastiketta
Tomaatti-vuohenjuustokeittoa

M   

G
G, M   
G
G, M
G
G

Torstai

Papuragua, jeerapaahdettua porkkanaa, tahinisoijagurttia ja perunaa
Rapeaksi paistettua kalaa, persilja-kermaviilikastiketta ja perunamuusia
Mintulla maustettuja lammaspyöryköitä, kermaperunoita, ruusukaalia ja minttujogurttikastiketta
Hernesosekeittoa
Lämminsavulohisalaatti
Päivän patonki:

G, M

G, M   
G, M
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 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  



Paistettua broiler fileettä, bearnaisekastiketta, chilipaahdettuja kasviksia ja lohkopurunoita	G, M
Naudan lihapata ja perunamuusia	G
Lihakeittoa	G, M

Perjantai

Paahdettua kesäkurpitsaa, tomaatti-linssimuhennosta ja Ras el Hanout-paahdettuja kikherneitä	M
Pastitsio - pasta & jauhelihavuokaa	
Nakkikeittoa	G, M
Porkkanasekeittoa	G, M
Maalaisbroilersalaatti	L
Päivän patonki	M
Pizza Caesar	L
Pizza melanzane	L
Harissakanaa, couscous kasviksilla ja lime-jogurttikastiketta	
Nakkikeittoa	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 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		