

Menu 09.11. - 15.11.

Maanantai

Vebabrisottoa	M	
Linssi-parsakaalicurrya ja riisiä	G, M	
Salvia-kalkkunapataa ja riisiä	G, L	FI
Cafe Civis: Paahdettua paprikakeittoa	G, M	
Cafe Civis: Napas: Soijapapu, tonnikala	G, M	
Cafe Civis: Poke bowl teriyaki broiler	G, M	FI
Cafe Civis: Tonnikalapatonki	M	

Tiistai

Papuragua, jeerapaahdettua porkkanaa, tahinisoijagurttia ja perunaa	G, M	
Pinaattilettuja, (2-3 kpl/ annos) puolukkasurvosta, kermaviiliä ja perunaa	L	
Lihapullia (7 kpl) Arrabiatta-kastikkeessa ja pastaa	M	FI
Cafe Civis: Parsakaalisosekeittoa	G, M	
Cafe Civis: Napas: Chilibroileri, hummus	G, M	
Cafe Civis: Avocado-tofu poke bowl	G, M	
Cafe Civis: Tomaatti-mozzarellapatonki	L	

Keskiviikko

Juures-papupyttipannua	G, M	
Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa ja täysjyväkauraa	G, M	
Paistettua seitiä (1 kpl/ annos) leipurin tapaan, keitettyjä perunoita	G, M	
Cafe Civis: Herkkusienikeittoa	G, M	
Cafe Civis: Napas: Falafel , kananmuna	G, M	
Cafe Civis: Poke bowl marinoidut katkaravut	G, M	
Cafe Civis: Curry-broilerpatonki	M	FI

Torstai

Vegaanista lasagnea	M	
Punajuuri-spelttipihvi (1 kpl/ annos), raejuusto-kermaviilikastiketta ja perunaa	L	
Pollo limonello-pastaa (ilman pastaa gluteeniton)	L	FI
Cafe Civis: Bataattisosekeittoa	G, M	
Cafe Civis: Napas: tofu, salaattijuusto	G	
Cafe Civis: Poke bowl kylmäsavutofu ja herkkusieni	G, M	
Cafe Civis: Kreikkalainen juustopatonki	L	

Perjantai

Chili-suklaa-mustapapupataa, basmatiriisiä ja soijagurttia	G, M	
Pähkinäistä pestopastaa	M	
Savulohipastaa (ilman pastaa gluteeniton)	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



Cafe Civis: Fenkoli-juuressosekeittoa	G, M	
Cafe Civis: Napas: soijapyörykkä, currybroileri	G, M	FI
Cafe Civis: Poke bowl lohi	G, M	
Cafe Civis: Porsaanliha-BBQ-patonki	M	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