

Menu 09.11. - 15.11.

Maanantai

Espanjalaista perunamunakasta, papusalsaa ja paahdettua kesäkurpitsaa	G, L	
Pippurista härkäpataa, paahdettua kesäkurpitsaa ja täysjyväkauraa	G, L	FI
Lohilasagnettea ja paahdettua kesäkurpitsaa	L	
Parsakaalisosekeittoa	G, M	

Tiistai

Marokkolaisia kikhernepihvejä, paprikasalsaa, porkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	
Linssi-kasviskiusausta ja porkkanaa	G, M	
Itämaista hapan-imeläbroileria, porkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	FI
Kalaseljankaa seistä	G, M	

Keskiviikko

Kasvis-soijarouherisottoa, hernehummusta ja parsakaalia	G, M	
Juusto-vihannespastaa	L	
Sei-kirjolohipyöryköitä, tillikermaviiliä, parsakaalia ja perunamuusia	G, L	
Punajuurisosekeittoa	G, M	

Torstai

Härkis-makaronilaatikkoa ja sipuli- ja paprikahöystöä		
Rapeita papu-kasviskroketteja, tomaattimajoneesia, paprika-sipulipaistosta ja täysjyväohraa	M	
Jauhelihapihvejä, ruskeaa kermakastiketta, paprika-sipulipaistosta ja perunamuusia	G, L	FI
Curry-broilerkeittoa	G, M	FI

Perjantai

Quorn kasvishöystöä ja täysjyväriisiä	G, L	
Koskenlaskijan silakoita, uunijuureksia, ja perunaa	G, L	
Broiler-nachovuokaa	G, L	FI
Marokkolaista tomaatti-kikhernekeittoa	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