

Menu 16.11. - 20.11.

Maanantai

Marry me! kanapastaa / Smetanakuorrutettua uunikalaa, tilli-voiperunaa, maustettua hernettä ja parsakaalia / Paistettua riisiä ja tofua

Katkarapu smörrebröd

Ramen-keittoa tofulla tai kanalla

Bowl factory: Rapeeta kanaa, tofuröraa ja basmatia M,G, erilaisia pikkelöityjä ja tuoreita, maustettuja kasviksia sekä erilaisia kastikkeita, pähkinää ja korianteria

Tomaatti-vuohenjuustokeittoa

Tiistai

Stifado: kreikkalaista lihapataa, pilahviriisiä / Gratinoitua lohi-sitruunapastaa, paahdettua punajuurta ja balsamicoa / Välimerellistä kasvispataa mifusta ja uunikasviksia

Hermia goes currybar!: Kana korma, Kofta dopiaza, vihannes jalfrezi, Bombay-perunaa ja basmatiriisiä, kylmää kasvissalaattia, naanleipää, mangochutney, inkivääriraitaa, korianteria ja kevätsipulia

Bowl factory: Sweet chili possua, seesam-härkistofua ja nuudelia, erilaisia pikkelöityjä ja tuoreita, maustettuja kasviksia sekä erilaisia kastikkeita, pähkinää ja korianteria

Massaman-porkkanakeittoa

Keskiviikko

Mustamakkaraa, juures-perunamuusia ja puolukkaa / Uunikalaa vietnamilaisittain inkiväärin ja maapähkinöiden kera, basmatiriisiä, paahdettua kukkakaalia ja parsakaalia / Kvinoaa arrabbiata-kasviksilla

Hermia goes currybar!: Kana korma, Kofta dopiaza, vihannes jalfrezi, Bombay-perunaa ja basmatiriisiä, kylmää kasvissalaattia, naanleipää, mangochutney, inkivääriraitaa, korianteria ja kevätsipulia

Bowl factory: Rapeeta kanaa, tofuröraa ja basmatia M,G, erilaisia pikkelöityjä ja tuoreita, maustettuja kasviksia sekä erilaisia kastikkeita, pähkinää ja korianteria

Kukkakaali-parsakaalikeittoa

Torstai

Tamarindilla ja kookoksella maustettua kalacurrya, basmatia ja kasviksia / Herkkusieni-soijapastaa, rucolapestoa / Korealaista päärynällä ja valkosipulilla marinoitua ylikypsää possua

Suosion saaneet Hermia pitaleivät: Ylikypsää possunposkea, BBQ-broileria ja falafelia, salaattia, tzatzikia ja pikkelisipulia

Bowl factory: Sweet chili possua, seesam-härkistofua ja nuudelia, erilaisia pikkelöityjä ja tuoreita, maustettuja kasviksia sekä erilaisia kastikkeita, pähkinää ja korianteria

Pinaattikeittoa ja kananmunaa

Perjantai

Kana-chorizopaellaa / Buttertofua, basmatia / Paneroituja kampelaleikkeitä, maalaisranskalaisia, chilimarinoitua kurkkua ja varhaiskaalia, currymajoneesia

Pizza perjantai!: Salami-ananas-aurajuustopizza ja mozzarella-paprika-zukkinipizza

Maalaissalaattia grillatulla pestokanalla tai vuohenjuustolla

Tomaatti-kookoskeittoa

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



Nalle luppakorvan lihapullia Nipen nauravat nakit Möhköfantin kasvispullia
Nuuska Muikkusen kalapuikkoja Ranskalaisia, vihanneksia ja dippejä
Jälkiruoaksi jäätelöä

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