

Menu 16.11. - 20.11.

Maanantai

Harissalla maustettua kasvispataa kikherneistä, pitaleipää ja soijagurttia	G, M	
Spicy soya mac and cheese with halloumi	L	
Lohipyöryköitä, ruohosipuli-kermaviilikastiketta ja perunaa	L	
Palsternakkasosekeittoa	G, M	

Tiistai

Välimerellistä uunipastaa	M	
Soijakastiketta aurinkokuivatuilla tomaateilla ja täysjyväkauraa	G, M	
Broilerikebab tomaattikastikkeessa ja riisiä	G, M	FI
Bataattisosekeittoa	G, M	

Keskiviikko

Linssi-soijamuhennoksella täytettyä paprikaa ja sitruunaista soijagurttia	G, M	
Kasvis-kvinoa-arrabiattaa ja riisiä	G, M	
Uunimakkaraa ja perunamuusia	G, L	
Kukkakaali-parsakaalikeittoa	G, M	

Torstai

Kookos-tofuwokkia Basmatiriisiä	G, M	
Sitruunaista kikherne taginea ja täysjyväkauraa	M	
Sitruuna-savulohivuokaa	L	
Mustajuurisosekeittoa	G, M	

Perjantai

Pasta Bolognesea jauhismurusta	M	
Tofu-kasvistäytteiset tortillat, tomaattisalsaa ja riisiä	M	
Butter chickeniä ja riisiä	L	FI
Parsakeittoa	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