

Menu 16.11. - 22.11.

Maanantai

Kananpoikaa mustaherukalla maustetussa punaviinikastikkeessa paahdetuilla herkkusienillä	G, M
Kotoisaa uunimakkaraa juustogratiinilla	G, L
Uunifetapastaa & Rucolaa	
Kukkakaali-parsakaalisosekeittoa	G, L
Riisiä	G, M
Täyteläistä perunamuusia	G, L
Päivän paistetut kasvikset	G, M
Tuoreeltaan paistetut päivän leivät ja levitteet	
Porsasta Teriyaki-chilikastikkeella & kasviksilla, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	M
Tofua Teriyaki-chilikastikkeella & kasviksilla, jasminriisiä & tuoreita yrttejä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erillaista proteiinia	
Maanantain Jäätelö Buffet sekä vastuullista kahvia ja teetä	

Tiistai

Käsin taputellut jauhelihapihvit talon tapaan	L
Fetalla gratinoitu munakoiso	L
Porsaan kylkeä hunajalla ja viherpippurilla glaseerattuna	G, M
Jogurttikastiketta	G, L
Ruskeaa kermakastiketta	G, L
Päivän paistetut kasvikset	G, M
Tuoreeltaan paistetut päivän leivät & levitteet	
Basmatiriisiä	G, M
Metsäsienikeittoa	G, L
Uuniperunaa	G, M
Vietnamilaisittain maustettu katkarapu 'Spring roll' riisikulho riisinuudelilla & tuoreilla yrteillä	M
Vietnamilaisittain maustettu tofu 'Spring roll' riisikulho jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erillaista proteiinia	
Talon Mangojogurttia sekä vastuullista kahvia ja teetä	

Keskiviikko

Pannupaistettua porsaanleikettä	M
Lämmittävä bouillaibaisse-keitto	M
Paprika-tomaattisosekeittoa	G, L
Kaalilaatikkoa jauhelihalla	G, M
Paistettua perunaa	G, M
Päivän paistetut kasvikset	G, M
Puolukkasurvosta	G, M
Aiolia	G, M
Tuoreeltaan paistetut päivän leivät ja levitteet	
Nautaa tummassa seesamikastikkeessa kasviksilla, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	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



Tofua tummassa seesamikastikkeessa kasviksilla, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erillaista proteiinia	
Kinuskirahkaa puolukoilla, sekä vastuullista kahvia & teetä	

Torstai

Lihapyöryköitä kermaisessa dijon-kastikkeessa	G, M
Valajan maissi-kasvismurekepihvejä	L
Pinaattikeittoa ja kananmunaa	L
Kotimaista kauraa	G, M
Perunamuusia	G, L
Raikasta tzatzikia	G, L
Päivän paistetut kasvikset	G, M
Tuoreeltaan paistetut päivän leivät & levitteet	G, M
Punainen Thai Curry, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	G, M
Punainen Thai Curry tofulla, jasminriisillä & tuoreilla yrteillä	M
Delisalaatti vaihtuvilla kasviksilla, hedelmillä ja joka päivä vähintään kaksi erillaista proteiinia	
Valajan pannukakkua, hilloa & kermavaahtoa, sekä vastuullista kahvia & teetä	

Perjantai

Bowl Buffet: Rakenna oma Pokebowl tonnikalatahnalla tai marinoidulla tofulla	G, M
Linssinuudelikeittoa	M
Tuoreeltaan paistetut päivän leivät ja levitteet	
Valajan Classic burger, sipuli-pekonihillolla, monterrey jack juustolla ja maalaisperunoilla	
Portobello hampurilainen maalaisranskalaisilla	
Valajan Caesar salaatti broilerilla tai katkaravuilla	
Hedelmämoussea, sekä vastuullista kahvia & teetä	

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