













Menu 23.09. - 29.09.







Maanantai

Lohilasagnetta ja paahdettua maissia	L	 
Tortillat nautanliha-kasvistäytteellä, jalapenoja ja valkosipulikermaviiliä	L	
Härkis-nuudeliwokkia ja paahdettua maissia	M	 
Herkkusienikeittoa	G, L	






Tiistai

Broileria hapan-imeläkastikkeessa, porkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	 
Kasvis-herkkusienigratiinia ja porkkanaa	L	
Marokkolaiset kikhernepihvit, paprikasalsaa, porkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	 
Kalaseljanka	G, M	







Keskiviikko

Kalaa tomaattikastikkeessa, vihreitä papuja ja keitetyt perunat	G, M	
Pippurista härkäpataa, vihreitä papuja ja moniviljaa	L	 
Falafel-pyörykät yrtti-tomaattikastikkeessa, vihreitä papuja ja moniviljaa	M	 
Juussosekeittoa	G, L	

Torstai









Broilerin koipileike, paprika-sipulikastiketta, paahdettua palsternakkaa ja täysjyväkauraa	M	
Kasvis-soijarisottoa ja ananas-chilisalsaa	G, M	 
Luomutofu-pinaattikastiketta ja pastaa	L	
Kirkas kalkkunakeitto	G, M	

Perjantai

Kalkkuna-kasviswokkia	M	 
Kala-katkarapupaella, parsakaalia ja valkosipuliaolia	G, M	
Quornia keltaisessa kasviskastikkeessa, parsakaalia ja täysjyväriisiä	G, L	 
Tomaattista kikhernekeittoa luomukikherneillä	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