

Menu 28.10. - 03.11.

Maanantai

Kasvisrisottoa vebablastusta
Lohikeittoa
Lihapullia, pippurikastiketta ja perunamuusia
Paahdettua paprikakeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
Napakset
Kreikkalainen juusto-patonki
Maalaisbroilersalaatti
Marianne moussea
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
Makkaraperunat

M   
G, L  
L 
G, M   
G, L
L 
M  
G, VL
L 
M 
G, M  

Tiistai

Falafel-papupyttypannua
Koskenlaskijan kalkkunapataa ja riisiä
Itsetehtyjä porkkana-bataattipihvejä, perunaa ja linssi-kermaviiliä
Chili-korianteri tomaattikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
Napakset
Tonnikalapatonki
Kreikkalainen salaatti
Persikka-ananassmoothie
Pizza tiistai !!!

G, M   
L 
L 
G, M   
G, L
M 
G, L
G, L
L

Keskiviikko

Lehtikaali-hernepihvejä, sitruunasoijagurttia ja perunaa
Porsaanliha-kasvis-nuudeliuokaa
Tempuratskaa, wasabi-jogurttia ja basmatiriisiä
Kevätsipuli-perunasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
Napakset
Tomaatti-mozzarellapatonki
Kana-tacosalaatti
Puolukka-kinuskirahkaa
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
Broiler Caesar salaatti
Carbono Cero Guadalajara torta ahogada

M   
M   
L 
G, M   
G, L
VL 
G, M 
G, VL
L 
M 
L 
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

Torstai

Papuragua, jeerapaahdettua porkkanaa, tahinisoijagurtta ja perunaa

Jauhelihallasagnettea

Kookos-luomutofu wokkia ja riisiä

Hernesosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Napakset

Curry-broilerpatonki

Tonnikalasalaatti

Valkosuklaa-lime pannacottaa

Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI burgeri saatavilla)

Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

G, M



L



G, M



G, M



G, L

M



G, M

G, L

L



M



L



Perjantai

Chilillä ja suklaalla maustettua kasvispataa luomumustapavuista, basmatiriisiä ja soijagurtta

Tonnikalatäytteisiä tortilloja, riisiä ja sitruunakermaviiliä

Broilernugetteja, omena-currymajoneesia ja paahdettuja perunoita

Porkkanasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Napakset

BBQ-kinkkupatonki

Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti

Toscapiirakkaa

Pizza perjantai

G, M



L



M



G, M



G, L

M



VL

L

L

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