







## Menu 28.10. - 03.11.




### Maanantai

Häränmurekepihviä, M,G, kermaista pekoni-sipuli kastiketta L,G, ja perunasosetta L,G		
Seesam paahdettua tofua makeassa soijakastikkeessa	G, M	
Broileria makeassa soijakastikkeessa, basmatiriisiä	G, M	
Pinaattikeittoa ja kanamuna	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Lämminsavulohi M,G Lihapullat M,G		
Mansikkarahka	G, L	
Kahvi ja tee	L	



### Tiistai

Grillattua broilerinrintaa, pico de gallo salsaa ja riisiä	G, M	
Soijapyöryköitä (sis.omena), pico de gallo salsaa ja riisiä	G, M	
Palapaistia ja paahdettuja perunoita	L	
Porkkanasosekeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Briejuustoa VL,G tai tonnikala M,G		
Omenakukkoa ja vaniljakastiketta	L	
Kahvi ja tee	L	



### Keskiviikko

Wokattua härkää ja kasviksia chilikastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Wokattua härkistä ja kasviksia chilikastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Broileri-vuohenjuustopasta (kastike VL,G, pasta M) ja pecorinoa L,G		
Herkkusienikeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Tonnikala M,G tai salaattijuusto L,G		
Eton mess	G, L	
Kahvi ja tee	L	

### Torstai

Jauheliha lasagne	L	
Teema nuudelibaari: Vegaani Laksa tofusta ja riisinuudelista	G, M	
Hollandaisella kuorutettua turskaa ja tilliperunoita	G, L	
Punajuurisosekeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini:		
Eton mess	L	
Kahvi ja tee	L	

### Perjantai

Oso bucco Ylikypsästä possun poskesta ja perunaa	G, M	
Intialainen kukkakaali-kikhernecurry ja basmatiriisiä	G, M	
Myrskyn lohimurekepihvit, tartarkastiketta ja perunamuusia		
Fenkoli-juuressosekeitto	G, 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



Teema nuudelibaari: Broileria Chow Mein

Salaatti lounaan proteiini:

Mustikkarahka

Kahvi ja tee

M









FI

G, L

L

Muutokset ruokalistailla 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 CO<sub>2</sub> 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