

Menu 21.10. - 27.10.

Maanantai

Härkää dijonsinappikastikkeessa L,G, keitetyt perunat M,G		FI
Broilerinfileitä tandoorikastikkeessa ja sahramiriisiä	G, M	FI
Falafel pyöryköitä M, tandoorikastiketta M,G		
Inkivääri-porkkanasosekeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiinit: BBQ-minilihapyöryköitä M,G tai fetajuustoa L,G		FI
Maanantain jäätelöbuffet	G, L	
Kahvi	L	

Tiistai

Lindströminpihvit M,G, pekoni-kermakastiketta L,G ja keitetyt perunat M,G		FI
Fetajuustokuorrutettua turskaa VL,G, keitetty peruna M,G		
Porkkanapihvit M,G, perunaa M,G ja persiljakermaviilikastiketta L,G		
Kurpitsakeittoa	G, L	
Salaatti pöydän proteiinit: Kylmäsavulohi M,G, falafel pyörykät M, (Vain Galaksissa. Pyydäthän proteiinilisän henkilökunnalta)		
Omena-raparperiisseli M,G, kanelivaahto L,G		
Kahvi	L	

Keskiviikko

Lohistroganoff ja bataatti-perunamuusia	G, L	
Jauhelihamureke M,(Pg),sisilialainen tomaattikastike M,G ,bataatti-perunamuusi L,G		FI
Pinaattiohukaisia, puolukkasurvosta ja kermaviilikastiketta	L	
Cheddarjuustokeitto	G	
Salaatti pöydän proteiinit: Ricotta juusto G, tonnikala M,G (Vain Galaksissa. Pyydäthän henkilökunnalta)		
Kuningatarpiirakkaa, vaniljakastiketta	L	
Kahvi	L	

Torstai

Kebabia ja riisiä M,G		FI
Pariloituja broilerinfileitä G,M, bearnaiskastiketta L,G ja paahtoperunoita M,G		FI
Vege-kebab, lime-jogurttikastiketta ja riisiä	M	
Asiakastoive Hernekeittoa	G, M	FI
Salaatti lounaan proteiinit: Sesam maustettua lohta M, vuohenjuustoa L,G		
Artisokkakeittoa	G, L	
Pannukakkua (Pg), hilloa ja kermavaahtoa	L	
Kahvi	L	

Perjantai

Savujuustoburgeri (pihvi M,G, sämpylä M (Pg) ,juusto L), kurkkumajoneesi M,G, ranskanperunat M,G(Louhi ja Elektra lohkopernat)		FI
Tonnikalapasta	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



Hampurilainen kasvispihvillä (sämpylä M, pihvi L, G, juusto L), kurkkumajoneesi M, G, ranskanperunat M, G (Elektra ja Louhi lohkoper.



Punajuurisekeittoa

G, L

Salaatti pöydän proteiinit: Pesto kana L, G, halloum juusto L, G (vain Galaksissa. Pyydä henkilökunnalta.)

Mustaherukkarahka

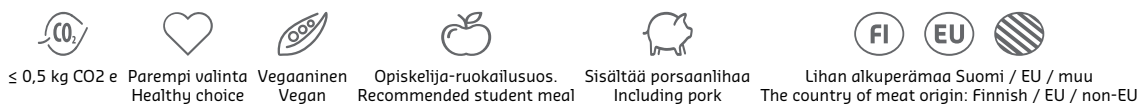
G, L

Kahvi

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



≤ 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