










## Menu 18.11. - 24.11.



### Maanantai

Broilerijauheliha-kasvisbolognesea	G, M	 
Merimiespihviä ja kaali-omenapaistosta	G, M	
Tomaattista linssi-kasviskastiketta ja keitetyt perunat	G, M	 
Bataattisekeittoa	G, M	
Appelsiinimousse	G, L	



### Tiistai

Vihreä tofucurry ja täysjyväriisiä	G, M	 
Rukiiset silakkamurekepihvit, tillikastiketta, lämpimiä kasviksia ja keitetyt perunat	L	
inaattipiirakka	L	
Katkarapukeittoa	G, L	
Puutarhamarjakiisseliä	G, M	




### Keskiviikko

Kirjolohi-pennevuokaa	L	
Porsaanliha stroganoff, lämpimiä kasviksia ja keitetyt perunat	L	
Soija chili sin carne ja täysjyväriisiä	G, M	
Kasvis-hernekeittoa soijarouheella	G, M	
Marjakiisseli	G, M	

### Torstai









Kasviskroketit M,G, tomaattikastike L,G ja täysjyväohraa	M	
Liha-makaronilaatikkoo ja lämpimiä kasviksia	L	
Bataattia-maapähkinäkastikkeessa M,G ja täysjyväohraa	M	
Kananakkikeittoa	G, M	
Kaurapannukakkua M ja hilloa	L	

### Perjantai

Chili-appelsiiniturskaa ja keitetyt perunat	G, L	
Punainen Thai curry broilerista, lämpimiä kasviksia ja basmatiriisiä	G, M	
Papu-kasvis couscousia ja korianterihummusta	M	
Tomaatti-kikhernekeittoa	G, M	
Toscapiirakka	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 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