

Menu 18.11. - 24.11.

Maanantai

Kikherne-kasvicurry, härkäpapuriisi

G, M



Vuohenjuustolla gratinoitua punajuurta ja perunaa

G, VL

Bolognesekastike broilerista ja tummaa pennepastaa

M



Kahvila Civis: Teriyaki broileri poke bowl

M



Kahvila Civis: Juuressosekeitto, seitan ja tonnikala

L



Kahvila Civis: Kinkku-juusto lounaspatonki

L



Tiistai

Vegaaninen Lindströmin pihvi (1 kpl/ annos) ja paahdettua perunaa, kaprismajoneesi

G, M



Vebab tomaattikastikeessa, riisi

M



Lohi-pinaattilasagne

L

Kahvila Civis: Tofu-herkkusieni poke bowl

G, M



Kahvila Civis: Kukkakaali-parsakaalikeitto, yrttibroileria ja soijapyöryköitä

G, L



Kahvila Civis: Kalkkuna-BBQ lounaspatonki

M



Keskiviikko

Linssi-munakoisokorma ja basmatiriisiä

G, M



Itsetehtyjä pinaattilettuja (2-3 kpl/ hlö), puolukkaa, perunaa ja kermaviiliä

L



Broileria (1-2 palaa/hlö) makeassa soijakastikkeessa ja riisiä

G, M



Kahvila Civis: Poke bowl marinoidulla katkaravulla

G, M

Kahvila Civis: Herkkusienikeitto, broileria ja kikherneitä

L



Kahvila Civis: Roast Biif Meeat lounaspatonki

M



Torstai

Soijapyöryköitä, tabboulehalaattia ja harissakastiketta

M



Kasvisempanadas ja mojo-kastike

M



Pestokuorrutettu sei ja lämmin jyväpastasalaatti

VL



Kahvila Civis: Avocado tofu poke bowl

G, M



Kahvila Civis: Paahdettu paprikakeitto, mozzarellaa ja härkäpapuja

L



Kahvila Civis: Tonnikala lounaspatonki

M



Perjantai

Pähkinäinen pestopasta, paahdettuja soijapapuja

M



Fetalla gratinoitua munakoisaa ja belugalinssimuhennosta

L



Paahdettua kalkkunaa ja omenaa, timjamikastiketta ja täysjyväohraa

G, M

Kahvila Civis: Lohi poke bowl

G, M

Kahvila Civis: Fenkoli-juuressosekeitto, katkarapuja ja luomu kylmäsavutofua

G, L

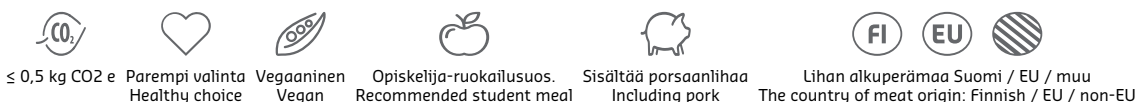


Kahvila Civis: Feta-tzatziki lounaspatonki



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