









## Menu 25.11. - 01.12.





### Maanantai

Punainen thaicurry katkaravusta ja jasminriisiä	G, M	
Halloumi-pinaatti-ohrasalaattia ja ananassalsaa		
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!		
Palsternakkasosekeittoa	G, L	
Broileria makeassa soijakastikkeessa ja riisiä	G, M	
Mie Goreng tofu	M	
Hekun jätski buffet	G, L	







### Tiistai

Wokattua härkää ja kasviksia hoisin kastikkeessa	M	
Paahdettua broileria ja salaattia	G, M	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!		
Bataattisosekeittoa ja inkivääripaahdettua härkäpapurouhetta	G, M	
Paistettua turskaa, bearnaisekastiketta ja persilja-sinappiperunoita	G, M	
Wokattuja kasviksia ja quornia ja sweet chili -kastiketta	G, M	
Sitruuna-salmiakkirahkaa	G, VL	
Kahvilasta: Bataattisosekeittoa ja inkivääripaahdettua härkäpapurouhetta	G, M	

### Keskiviikko

Middle eastern chicken bowl	L	
Falafel bowl tzatziki-kastikkeella	L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!		
Vihreää parsakeittoa	L	
Naudanlihaa ja kasviksia Gochujang-kastikkeessa ja riisiä	M	
Mushroom sheppard's pie	G, L	
Mangomoussea	G	
Kahvilasta: Lohikeitto, luomuruisleipää ja voita	G, L	

### Torstai

Jauhelihaburrito, nachoja, salsaa ja ranskankermaa	VL	 
Grillattu kirjolohisalaatti	G, L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!		
Herkkusienikeittoa	L	
Yrteillä maustettua kalkkunanfileetä, pippurikastiketta ja vihannesriisiä	G, L	
Bataatti-munakoisopataa, kauraa ja paahdettuja kikherneitä	M	
Lettubuffet, valitsemillasi lisukkeilla	L	
Kahvilasta: Herkkusienikeittoa	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



# sodexo

## Perjantai

Pekonihampurilainen ja ranskalaiset

M



Kasvishampurilainen ja ranskalaiset

VL

"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!

Juustoinen kasviskeitto

L



Chili con carnea ja riisiä

G, M



Tomaatti-mozzarellapizza

L

Mustikka-talkkunarahkaa

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