






## Menu 18.11. - 24.11.



### Maanantai

Blackened chicken, kasvisriisiä ja Limejogurtti	G, L	
Kreikkalainen makkarapannu spetzofai ja perunapaistos	G, M	 
Kasvispihvit, raitakastike ja perunaa	G, L	
Porkkana-savujuustokeittoa	G, VL	
Kahvi ja tee	G, M	




### Tiistai

Pannupihvi, viherpippurikastiketta ja paahdettua perunaa	G, L	 
Fetalla kuorutettua kalaa, tomaattikastiketta ja perunaa	G, L	
Vuohenjuustogratinoitua bataattia ja lehtikaalipestoa	G, VL	
Metsäsienikeittoa	G, L	
Marjarahkaa	G, L	
Kahvi ja tee	G, M	





### Keskiviikko

Kebabia tomaattikastikkeessa, pita, tzatzikia ja riisiä	L	
Lohi-pinaattilasagne	L	
Kasvispyörökät, tzatziki ja riisiä	G, L	
Kana-kookoskeitto	G, M	
Kahvi ja tee	G, M	

### Torstai










Mac and Cheese ja cajunmaustettua jauhelihapataa	L	
Kalkkuna appelsiini-yrttikastikkeessa ja riisiä	M	
Kasviscurry, riisi ja minttukastike	G, M	
Mausteista tomaattikeittoa	G, M	
Kahvi ja tee	G, M	

### Perjantai

Porsaan niskaa yrtti-tomaattikastikkeessa ja kermaperunat	G, L	 
Paneroitua broileria, maalaisranskalaiset ja dippi	L	
Chilipaahdettua kurpitsaa, papuquinoa ja avocadokastiketta	G, M	
Kasvissosekeittoa	G, L	
Jäätelö baari	G, L	
Kahvi ja tee	G, M	

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  
 Vegaaninen  Opiskelija-ruokailusuos.  
 Sisältää porsaanlihaa    Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu  
 Healthy choice  Vegan Recommended student meal Including pork The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU