

Menu 16.12. - 22.12.

Maanantai

Aamiainen: Kaurapuuro	L	
Uunikirjolohta, tartarkastike, muusia ja paahdettuja porkkanoita	L, G	
Tomaatilla ja juustollakuorrutettua uunimakkaraa, muusia ja mummonkurkkua	L, G	
Päivän keitto: Purjo-perunasosekeitto ja murustettua fetaa	L, G	
Deli Salaatti: Mozzarella salaatti paahdetulla tomaatilla	VL, G	
Bowl: Kana Korma, kasvis-linssiä, kurkkuraita & basmatia	G, L	FI
Bowl: Soijapyörykät Korma, kasvis-linssiä, kurkkuraitaa & basmatia (saatavilla vegaanisena)	G, L	

Tiistai

Aamiainen: Neljäviljaa puuro	L	
Bba possua ja chicken wingsejä, bataattilohkot, maissia sekä lime-fraichea ja chilimajoneesia	L	FI
Valajan kasvispihvit fetalla, riisiä ja kevätsipulikastiketta	L	
Päivän keitto: Porkkanasosekeitto ja pikkeloity sipuli	G, M	
Katkarapu deli salaatti	G, M	
Pasta Buffet: Kananpoikaa aurajuustokastikkeessa ja parmesania	L	FI
Pasta Buffet: Uunifeta-tomaatti pasta ja pähkinäistä lehtikaalia	L	

Keskiviikko

Aamiainen: Ohranjyvä puuro	L	
Kebab ranskalaisilla, kahdella kastikkeella ja marinoitua punakaalia ja jalapenoa	G, L	FI
Alaskan seitiä, rapuskagen ja tilliperunoita	L	
Päivän keitto: Tomaattikeitto ja basilikaa	G, M	
Lämminsavukirjolohti salaatti	L	
Bowl: Broileria sweet & sour kasviksilla ja jasmniriisiä	G, M	FI
Bowl: Sweet & sour tofulla, kasviksia ja jasmniriisiä	M, G	

Torstai

Aamiainen: Mannapuuro	L	
Kananpoikaa Lyonilaiseen tapaan, riisiä ja kasviksia	VL, G	
Kasviksilla ja ricotta juustolla täytettyä paprikaa, riisiä, paahdettuja kasviksia ja kermaviilikastiketta	L, G	
Päivän keitto: Pinaattikeitto & kananmuna	L	
Deli Salaatti: Juustosalaatti & Hedelmiä	VL	
Bowl: Naudanlihaa & nuudelia inkivääri-teriyaki kastikkeella	M	FI
Bowl: Vegaaninen inkivääri-teriyaki kulho nuudelilla	M	

Perjantai

Aamiainen: Riisipuuro	L, G	
Friday Burger: Black Angus Cheddar burger pikkeloityä punasipulia ja ranch kastikkeella sekä maalaisranskalaisia	L, VL	FI

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

Friday Burger: Portobello hampurilainen coleslawilla ja ranch-kastikkeella sekä maalaisranskalaisia

VL

Päivän keitto: Paahdettu paprikakeitto ja pähkinöitä

G, M



Caesar salaatti kananpojalla

L



Kananpoikaa panang curry kastikkeella ja jasminkiä

G, M



Tofua panang curry kastikkeella ja jasminkiä

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 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