











## Menu 16.12. - 22.12.



### Maanantai

Cobb salaatti broilerilla ja rapealla pekonilla	M	 
Mexikolaista uunimakkaraa sekä perunamuusia ja kasviksia	G, L	 
Falafelpyöryköitä, punajuurihummusta, lime-fraicekastiketta ja couscousia	L	
Paprika-tuorejuustokeittoa sekä runsas salaattibaari (broiler, tofu, raejuusto)	G, L	
Paprika-tuorejuustokeittoa	G, L	
Kahvi ja keksi		





### Tiistai

Grillissä gratinoitua lohipastaa, limerucolaa ja parmesanjuustoa	VL	
Tandoor maustettua broilerinfilettä, härkäpapu-vihannesriisiä sekä inkiväärijogurttia	G, L	
Kukkakaalicurrya ja härkäpapu-vihannesriisiä	G, M	 
Fenkoli-juuressosekeittoa ja runsas salaattibaari (feta, katkarapu, possunpaisti)	G, L	
Fenkoli-juuressosekeittoa	G, L	
Kahvi ja keksi		






### Keskiviikko

Burger Bar: Naudanliha-aurajuustoburgeria, lohiburgeria tai kasvisburgeria, tikkuperunoita sekä burgeri lisukkeet	L	
Indian taste: Butter chickenä, Palak paneeria, omena-persikkachutneyta, inkivääriraitaa ja naanleipää		
Bataatti-palsternakkasosekeittoa ja runsas salaatti baari (broiler, halloumi, muikku)	G, L	
Porkkanapiirakkaa ja kahvia	L	

### Torstai









Kokoa yhdessä kokin kanssa: Chop chop wok broilerilla tai lohella	G, M	
Pyttipannua ja paistettua kananmunaa sekä lohikiusausta ja puolukkahilloa sekä kasviksia	G, L	
Tofua Garam masalaa, minttu-jogurttia sekä bulguria, mantelia ja aprikoosia	M	 
Mustajuurisosekeittoa ja runsas salaattibaari (katkarapu, nyhtökaura, mozzarella)	G, L	
Cappuccinomoussea ja kahvia	G	

### Perjantai

Pizza perjantai! Meetvursti-ananaspizzaa tai Nyhtökaura-mozzarellapizzaa		  
Lihapullia, pippurikastiketta sekä kermaperunoita ja kasviksia	G, L	 
Kukkakaali-parsakaalisosekeittoa sekä broiler bowl, katkarapu bowl tai tofu bowl oman valinnan mukaan	L	
Kahvi ja keksi		

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