

Menu 16.12. - 22.12.

Maanantai

Lounas sisältää raikkaan salaattipöydän, valitsemasi lautas tai Bowly annoksen sekä kahvin/teen & pienen makean

Satay chicken Bowl

M

Quorn filettä, lime-soijajogurtta, kikherne-couscousia ja kasviksia

M



Kirjolohta, remouladekastiketta sekä yrttiperunoita

G, M

Naudan ylikypsää rintaa, mustaherukkakastiketta ja yrttiperunoita

G, M

Tiistai

Lounas sisältää raikkaan salaattipöydän, valitsemasi lautas tai Bowly annoksen sekä kahvin/teen & pienen makean

Jättirapu Bowl

M



Vegaanisia kasvispihvejä, muhennettuja juureksia sekä suppilovahveroita

M



Possun lehtipihviä, lohkoperunoita ja paahdettua rakuuna porkkanaa, maustevoita

G, L

Seesam paahdettua puna-ahventa, muhennettuja juureksia sekä suppilovahveroita

M

Keskiviikko

Lounas sisältää raikkaan salaattipöydän, valitsemasi lautas tai Bowly annoksen sekä kahvin/teen & pienen makean

Lohi Bowl

M

Quorn filettä, lime-soijajogurtta, kikherne-couscousia ja kasviksia

M



Riistakäristystä, perunasosetta ja puolukkasurvosta

G, L

Grillattua kirjolohta, chimichurrikastiketta ja perunamuusia

G, L

Torstai

Lounas sisältää raikkaan salaattipöydän, valitsemasi lautas tai Bowly annoksen sekä kahvin/teen & pienen makean

Bibim tofu Bowl

M

Jättirapu Bowl

M



Possun lehtipihviä, lohkoperunoita ja paahdettua rakuuna porkkanaa, maustevoita

G, L

Seesam paahdettua lohta, muhennettuja juureksia sekä suppilovahveroita

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