












Menu 13.01. - 19.01.







Maanantai

Kiinalaista possuwokkia	M	 
Grillattua kirjolohta ja perunasalaattia	G, L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Paahdettua paprikakeittoa	G, L	
Paahdettua Teriyaki-broileria, wokattuja kasviksia ja basmatiriisiä	M	
Kasvispyöryköitä currykastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	 
Hehkun jätski buffet	G, L	




Tiistai

Chefien lempparit: Broilerigyros, ranskalaisia ja tsatsikia	L	
Falafelsalaatti	G, L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Juustoinen kukkakaalikeitto	G, L	
Naudanliha tortilla, riisiä ja kermaviiliä	L	
Pintopapu-herkkusienipaellaa ja aiolia	G, M	
Marjakiisseliä ja kermavaahtoa	G, L	
Lohitäytteisiä uuniperunoita ja vihersalaattia	G, L	

Keskiviikko









Chefien lempparit: Neljän maun wingsit lisukkeineen	M	
Indonesian satay quarr	M	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Porkkana-savujuustokeittoa	G, L	
Chefien lempparit: Lohikofta sekä paahdettuja perunoita ja juureksia	G, L	
Chilipaahdettua kurpitsaa, mustapapupuinoaa, chilistä avocadokastiketta ja paahdettuja cashewpähkinöitä	G, M	 
Puolukka-kinuskirahka	G, L	
Broileritäytteisiä uuniperunoita ja vihersalaattia	G, L	

Torstai

Chefin lempparit: Hirvikebabia, pitaleipää ja lohkoperunoita	G, M	
Paistettua halloumijuustoa ja salaattia	G	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Metsäsienikeittoa	L	
Chefin lempparit: Tuoremakkara-ricottalasangia	L	
Vuohenjuustogratinoitua bataattia ja lehtikaalipestoa	VL	
Lettubuffet, valitsemillasi lisukkeilla	L	
Palvikinkkutäytteisiä uuniperunoita ja vihersalaattia	G, 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 CO₂ 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



sodexo

Perjantai

Naudanliha-aurajuustohampurilainen ja ranskalaiset

Kasvishampurilainen ja ranskalaiset

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

Tomaatti-chili-korianterikeittoa

Ylikypsää possunniskaa, paahdettua perunaa, maissia ja paistinkastike

Paputortilla, salsaa, ranskankermaa ja jalapenoja

Raparperipaistosta ja vaniljakastiketta

L 

VL

L

G, M 









G, M  

L 

VL

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