

Menu 20.01. - 26.01.

Maanantai

Chilillä ja suklaalla maustettua kasvispataa luomumustapavuista, basmatiriisiä ja soijagurttia

G, M   

Lihapyöryköitä (8 kpl/annos), sipulikastiketta ja perunaa2

L 

Chefien lempparit: Ajiaco-keittoa broilerista

G, M   

Paahdettua paprikakeittoa, (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M   

Kreikkalainen juusto-patonki

L 

Maalaisbroilersalaatti

M 

Marianne moussea

G, VL 

Juusto-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L 

Tiistai

Tomaattista perunavuokaa vebab-lastusta

M   

Juustoisia parsakaalipihvejä (2 kpl/annos), persilja-kermaviiliä ja perunaa

G, L 

Pollo Limonello pastaa (gluteeniton vaihtoehto saatavana)

L  

Chili-korianteri tomaattikeittoa, (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M   

Tonnikalapatonki

M 

Kreikkalainen salaatti

G, L

Persikka-ananassmoothie

G, L 

Juusto-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L 

Chefien lempparit: Lohikohta, tsatsikia, paahdettuja juureksia ja perunaa

G, L

Keskiviikko

Soija-kaalilaatikkoa ja puolukkasurvosta

G, M   

Falafel-kesäkurpitsapihvejä (2 kpl/annos), hunajajogurttia ja perunaa

G, L 

Broilerkebabia tomaattikastikkeessa ja riisiä

G, M   

Hernesosekeittoa, (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M   

BBQ- Kalkkuna patonki

M  

Tonnikalasalaatti

G, M

Puolukka-kinuskirahkaa

G, VL 

Juusto-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L 

Chefien lempparit: Wingsejä, coleslaw'ta, kurkku-chilikastiketta ja tikkuperunoita

G, M 

Torstai

Chili sin carnea jauhismurusta ja riisiä

M   

Makkarakastiketta ja perunamuusia

G, L  

Tonnikalalasantetta (gluteeniton vaihtoehto saatavana)









L 

Chefien lempparit: Kalaton keitto savutofulla vegaaninen, (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

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

sodexo

Napakset

Curry-broilerpatonki

Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti

Valkosuklaa-lime pannacotta

Juusto-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

Perjantai

Paahdettua kesäkurpitsaa, tomaatti-linssimuhennosta ja Ras el Hanout-paahdettuja luomukikherneitä

Yrtti-valkosipulitäytteisiä broilermurekepihvejä, currymajoneesia ja paahdettua perunaa

Lohikeittoa

Porkkanasosekeittoa, (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Napakset

BBQ-kinkkupatonki

Kana-tacosalaatti

Suklaaleivos

Juusto-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

Pizzaperjantai

L, G

M



VL

G, L

L



L



G, M



VL



G, L



G, M



L, G

M



G, M



L



L



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
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