






## Menu 20.01. - 26.01.


### Maanantai

Ylikypsää porsaankylkeä BBQ-kastikkeella ja valkosipuliperunoita	L	 
Louansvaihtoehto 2 Lohi-pennevuokaa	L	
Lisäkkeet: leipä, juoma, salaatti (viher-vesimeloni-tomaatti) ja Kookoskiisseliä	L	


### Tiistai

Lihapyöryköitä, tomaatti-yrttikastiketta ja perunaa	G, M	 
Lounasvaihtoehto 2 Itse tehtyjä pinaattihukaisia	L	
Lisäkkeet: leipä, juoma, salaatti (Amerikka-maissi-kurkku) ja Banaanirahkaa	L	





### Keskiviikko

Kaalilaatikkoo ja puolukkasurvosta	L	
Lounasvaihtoehto 2 Siskonmakkarakeittoa	G, M	 
Luumurahkaa	G, L	

### Torstai









Silakkapihvejä, kananmunakastiketta ja perunamuusia	L	
Lounasvaihtoehto 2 Lehtikaali-sinihomejuustolasagnetta	L	
Lisäkkeet: leipä, juoma, salaatti (lanttu-porkkana-ananas) ja Marjajogurttia	L	

### Perjantai

Jauhelihamurekettä ja ruskea kermakastiketta	G, L	  
Lounasvaihtoehto 2 Kebabvuokaa	G, L	
Lisäkkeet: leipä, juoma, salaatti (viher-kesäkurpitsa-paprika) ja Ruusunmarjakiisseliä	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 CO<sub>2</sub> 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