




Menu 20.01. - 26.01.

Maanantai

Lihapullia, perunamuusia, pippurikastiketta ja puolukkasurvosta
Lehtikaali-siitakepasta
Vihreät kasvispihvit, sitruunasojajogurttia ja riisiä
Linssi-nuudelikeitto

L 
L   
G, M    
M  

Tiistai

Kirjolohi-haukimurekepihvi, perunaa, ja tartarkastiketta
Juuustotortillat, salsaa, ranskankermaa ja jalapenoja
Pohjoisafrikkalainen kasvispata, pitaleipää ja soijajogurttia
Bataattisosekeitto

G, L  
L   
M    
G, L


Keskiviikko

Kalkkuna Limonello pasta ja parmesanjuustoa
Mie Goreng tofu
Papuragu, jeerapaahdettua porkkanaa, tahinisoijajogurttia
Parsakaalisosekeitto

L  
M  
G, M    
G, L   

Torstai

Kievin kanaa, currymajoneesia ja paahdettua perunaa
Härkis-makaronilaatikkaa
Vegepyttipannua
Kevätipuli-perunasosekeitto

VL 
L  
G, M    
G, L  









Perjantai

Turskaa Mie de Pain, tomaattikastiketta ja perunaa
BBQ-gratinoitua kukkakaalia ja kikherneitä tomaattikastikkeessa
Falafel-pyörökät, quinoatabbouleh ja punajuurihummus
Mustajuurisosekeitto

M   
M    
M  
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
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