

Menu 20.01. - 26.01.

Maanantai

Tomaattista perunavuokaa vebab-lastusta G*
 Lohikeittoa
 Lihapullia 8 kpl/annos, sipulikastiketta ja poerunamuusia G*
 Paahdettua paprikakeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Kreikkalainen juusto-tzatzikipatonki
 Maalaisbroilersalaatti
 Marianne moussea
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI hampurilainen saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Makkaraperunat

M   
 G, L  
 L 
 G, M   
 G, M 
 L 
 M  
 G, VL
 L 
 M 
 G, M  

Tiistai

Chilillä ja suklaalla maustettua kasvispataa luomumustapavuista, basmatiriisiä ja soijagurttia
 Pollo Limonello pastaa
 Juustoisia parsakaalipihvejä, persilja-kermaviiliä ja perunaa
 Chili-korianteri tomaattikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tonnikalapatonki
 Kreikkalainen salaatti
 Persikka-ananassmoothie
 Pizza tiistai

G, M   
 L  
 G, L 
 G, M   
 G, L
 M 
 G, L
 G, L
 L









Keskiviikko

Soija-kaalilaatikkoa, perunaa ja puolukkasurvosta
 Broilerkebabia tomaattikastikkeessa ja riisiä
 Kasvispihvit, hunajogurttikastiketta ja perunaa
 Hernesekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
 Napakset
 Tomaatti-mozzarellapatonki
 Tonnikalasalaatti
 Puolukka-kinuskirahkaa
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI hampurilainen saatavilla)
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat
 Kalkkunaleike Cordon Bleu, chilimajoneesia ja lohkoperunoita

G, M   
 G, M   
 L 
 G, M   
 G, L
 VL 
 G, M
 G, VL
 L 
 M 
 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

Torstai

Chili sin carnea jauhismurusta ja riisiä

Tonnikalalasalagnettea

Makkarakastiketta ja perunamuusia

Kevätsipuli-perunasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Napakset

Curry-broilerpatonki

Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti

Valkosuklaa-lime pannacotta

Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA ja HALLOUMI hampurilainen saatavilla)

Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

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

M   
 L 
 L  
 G, M   
 G, L
 M  
 VL
 G, L
 L 
 M 
 L 

Perjantai

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

Tacomaustettua jauhelihavuokaa

Yrtti-valkosipulitäytteisiä broilermurekepihvejä, currymajoneesia ja paahdettua perunaa

Porkkanasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Napakset

BBQ-kinkkupatonki

Kana-tacosalaatti









Toscapiirakkaa

Pizza Salami-punasipuli

G, M   
 G, L  
 VL
 G, M   
 G, L
 M   
 G, M 
 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