

Menu 20.01. - 26.01.

Maanantai

Broiler-tacosalaattia, ranch-kastiketta sekä rucolaa

M



Lihapullia, kermakastiketta, perunamuusia ja kasviksia

G, L



Bataatti-munakoisopataa, basmatiriisiä ja kasviksia

G, M



Porkkana-savujuustokeittoa yhdessä lämminsavulohisalaatin sekä fetasalaatin kanssa

G, L

Kahvi ja keksi

Porkkana-savujuustokeittoa

G, L



Tiistai

Grillissä gratinoitua lohipastaa ja marinoitua rucolaa

Feta-paprika omelettia

Hunaja-viherpippuri glaseerattua porsaankylkeä, ruskeakastiketta, paahdettua perunaa sekä yrttiporkkanaa

Keittiön falafelpihvejä, hummus-soijajogurtta, paahdettua perunaa sekä yrttiporkkanaa



Tomaattikeittoa yhdessä lämminsavulohisalaatin sekä fetasalaatin kanssa

Kahvi ja keksi

Keskiviikko

Burger bar: Naudanliha-aurajuustoburgeria, lohiburgeria tai kasvisburgeria sekä tikkuperunoita ja burgeri lisukkeet

Taste of India: Chicken kormaa, kikherne-leipäjuustopataa, ananaschutneyta, inkivääriä ja bombayn perunaa sekä naanleipää

Metsäsienikeittoa yhdessä broiler-riisinuudelisalaatin sekä halloumisalaatin kanssa

Omena-kinuskitorttua ja kahvi

Torstai

Kokoa yhdessä kokin kanssa: Chop Chop wok katkaravuilla tai naudanlihalla sekä sweetchili kastiketta

Naudanlihaa gochujangkastikkeessa, riisiä ja kasviksia

Vegaanisia soijapyöryköitä mango-kookoskastikkeessa, riisiä ja kasviksia



Pinaattikeittoa ja kananmunaa yhdessä broiler-riisinuudelisalaatin ja halloumisalaatin kanssa

Mangojogurtta ja kahvi

Perjantai

Pizza perjantai! Kebab-sipulipizzaa tai Pizza Vegetariana

Kermaista lohikeittoa ja tummaa leipää

Paneroitua porsaanleikettä, paistettua perunaa ja ratatouillea

Talon omia kikhernepihvejä, riisiä ja ratatouillea



Juuressosekeittoa yhdessä tomaatti-mozzarellasalaatin ja katkarapusalaatin kanssa

Kahvi ja keksi

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