




Menu 20.01. - 26.01.


Maanantai


Lehtikaali-pähkinäpastaa M (cashewpähkinä, saksanpähkinä, vehnä) , lämmin kasvis M,G 

Mantelikalaa M (seiti, vehnä) ja täysjyväriisiä M,G 

Aurinkotomaatti-oliivi-broilerikastike M,G, täysjyväriisi M,G  


Tiistai


Palak paneer juustocurry & lämmin kasvis G, L 


Kaalikäryleet, ruskea kastike, perunaa ja puolukkasurvosta G, L 

Teema: Tuoremakkara-ricottalasnagne L  


Keskiviikko



Samettinen myskikurpitsa-inkiväärisosekeitto & paahdetut siemenet & mustikkarahka G, L 


Kreikkalainen häränlihapatata, perunaa & kukkakaali-papua G, M 

Ruisleivitetty silakkapihvit, perunaa, valkosipuli-kermaviilikastike & kukkakaali-papua L 


Torstai



Kasvismoussaka L 


Hirvikebab, pitaleipä, riisiä ja valkosipuli-kermaviilikastike L  

Tonnikala-punasipulipizza L 

Perjantai









Kantarellirisottoa & rosmariinipaahdettua porkkanaa G, M 

Porsaanleike, perunaa, rosmariinipaahdettua porkkanaa & tartar kastike L  

Seesam grillattua lohta, perunaa, rosmariinipaahdettua porkkanaa & tartar kastike 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