



















Menu 20.01. - 26.01.










Maanantai

| | | |
|---|------|---|
| Falafel pita ja hummusta | M |    |
| Broileria makeassa soijakastikkeessa ja paahdettua perunaa | G, M |  |
| Lohikeittoa | G, L |   |
| Paahdettua paprikakeittoa (hinta sisältää 1-2 napasannosta) | G, M |    |
| Päivän patonki:Tonnikala | M | |
| Kreikkalainen salaatti | G, L | |
| Halloum burger ja bataattiranskalaiset | | |













Tiistai

| | | |
|--|------|---|
| Chilillä ja suklaalla maustettua kasvispataa luomumustapavuista, basmatiriisiä ja soijagurttia | G, M |    |
| Juustoista uunikalaa ja perunamuusia | G, L |  |
| Suolaisen makeaa porsaankylkeä, aiolia ja paahdettuja peruna ja bataattilohkoja | G, M |   |
| Kevätsipuli-perunasosekeittoa (hinta sisältää 1-2 napasannosta) | G, M |    |
| Päivän patonki: | M | |
| Caesar salaatti broilerista | L | |
| Halloum burger ja bataattiranskalaiset | L | |





Keskiviikko

| | | |
|--|------|---|
| Soija-kaalilaatikka, perunaa ja puolukkasurvosta | G, M |    |
| Tikka masala broilerista | G, L |   |
| Pinaattilettuja, juures-perunamuusia, kermaviilikastiketta ja puolukkahilloa | L | |
| Chili-korianteri tomaattikeittoa (hinta sisältää 1-2 napasannosta) | G, M |    |
| Päivän patonki: | VL | |
| Tonnikalasalaatti | G, M | |
| Poke bowl teriyaki broilerfile | M |  |

Torstai









| | | |
|---|------|---|
| Kukkakaaliwingsit, ranch-kastiketta ja paahdettua perunaa | G, M |    |
| Hernekeittoa ja pannukakkua | L |    |
| Lammasjauhelihapihvi, kermaperunat ja minttujugurttia | L | |
| Kasvis-hernekeitto soijasta | G, M |    |
| Curry-broilerpatonki | M | |
| Falafel salaatti | M |   |
| Poke bowl teriyaki broilerfile | M |  |

Perjantai

| | | |
|---|------|---|
| Paahdettua kesäkurpitsaa, tomaatti-linssimuhennosta ja Ras el Hanout-paahdettuja luomukikherneitä | G, M |    |
| Kukkoa viinissä ja riisiä | 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 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











sodexo

Jauhelihamurekettä, herkkusienikastiketta ja perunaa
Porkkanasekeittoa (hinta sisältää 1-2 napasannosta)
Päivän patonki:
Kana-tacosalaatti
Pizza Broiler caesar
Pizza paprika-punasipuli-vuohenjuusto

L 
G, M
M
G, M  
VL

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 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