

Menu 03.02. - 09.02.

Maanantai

Paneroitua kampelaa(M), paahdettua rosmariiniperunaa(M,G) ja tartarkastiketta (L,G)

Pinaattilettuja(L), kermaperunaa(L,G), puolukkasurvosta(M,G,V) ja yrttikermaviiliä(L,G)

Juustoista kukkakaalikeittoa,Paahdettua broileria,Sveitsin porsaanleikettä,Timjami-valkosipulijuureksia,Perunaa,Dijonmajoneesia

FI EU

Panang broileriwokkia ja jasminriisiä (M,G) tai Panang soiija-kasviswokkia ja jasminriisiä(M,G,V)

FI

Juustoista kukkakaalikeittoa

Kilosalaatti

G, L

Tiistai

Chili con carnea (M,G), tummaariisiä(M,G) ja korianterikermaviiliä(L,G)

FI

Munakoisolasagnea

Smetana kirjolohta tai Lammaspyöryköitä, perunamuusia, paahdettuja punajuuria ja tzatzikia. Palsternakkasosekeittoa.

EU

National fish soup day:Lohikeittoa ja saaristolaisleipää

Palsternakkasosekeittoa

M



Kilosalaatti

G, L

Keskiviikko

Broileria ja kasviksia Alfredokastikkeessa (G)ja penne täysjyväpastaa(M),parmesan juustoa(VL,G)

FI

Punajuuripyöryköitä, paahdettua perunaa ja fenkolia, kapriskastiketta

Teriyaki kalkkuna-halloumiwokki tai Teriyaki tofuwokki

FI

Rapeaa seitfilettä(M) ,Kalkkunaa hollandaise(L,G), chili paahdettuja kasviksia (MG), tartarkastiketta. Kookos-bataattikeittoa

FI

Kookos-bataattisosekeittoa.

L, M

Kilosalaatti

G, L

Torstai

Sitruunapaahdettua kalkkunaa ja mantelia, villiriisiä

FI

Mausteisia kikhernepihvejä, kukkakaalicurrya ja kasviscouscous

Mexican chicken bowl Tai Mexican tofu bowl

FI

Seesam paahdettua turskaa tai Tandooribroileria, kurkumariisiä, kesäkasviksia ja minttujogurtia. Herkkusienikeittoa

FI

Herkkusienikeittoa

L

Kilosalaatti

G, L

Perjantai

Kievin kanaa, riisiä ja currymajoneesia

EU

Kasvispihvejä, juusto-perunagratiinia ja kasviksia tomaattikastikkeessa.

Chili cheese hot dog ja lohkoperunaa

FI

Pinaattikeittoa ja keitettyä kananmunaa









L

Kilosalaatti

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