








## Menu 17.02. - 23.02.






### Maanantai

Häränmurekepihviä M,G, kermaista pekonisipulikastiketta L,G ja paahdettuja perunoita M,G		 
Seesampaahdettua tofua makeassa soijakastikkeessa	G, M	
Broileria makeassa soijakastikkeessa, basmatiriisiä	G, M	
Pinaattikeitto ja kananmuna	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Tonnikala M,G, brie juustoa VL,G		
Mansikkarahka	G, L	
Kahvi ja tee	L	






### Tiistai

Grillattua broilerinrintaa, pico de gallo salsaa ja riisiä	G, M	
Linssi-kidneypapupihviä, pico de gallo salsaa ja riisiä	G, M	
Palapaistia ja persiljaperunoita	G, L	
Porkkanasosekeitto	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Savulohi M,G, fetajuustoa L,G		
Omenakukkoa ja vaniljakastiketta	L	
Kahvi ja tee	M, G	



### Keskiviikko

Wokattua härkää ja kasviksia chilikastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Vebab wokia ja basmatiriisiä	M	
Broileri-vuohejuustopasta VL ja parmesan juustoa L,G		
Herkkusienikeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: BBQ-lihapyöryköitä M,G, fetajuustoa L,G		 
Creme brulee	G, L	
Kahvi ja tee	L, G	

### Torstai

Naudanliha bolognese M,G, pastaa M ja parmesania L,G		 
Vegaaninen herkkutatti-kasvislasagne	M	
Hollandaisella kuorrutettua turskaa ja tilliperunoita	G, L	
Punajuurisosekeittoa	G, L	
Salaatti lounaan proteiini: Porsaanpaisti M,G, aurajuustoa L,G		 
Eton mess	G, L	
Kahvi ja tee	M, G	

### Perjantai

Broilerleikettä VL, yrttilohkoperunoita M,G ja chipotlemajoneesia M,G (pyydä G vaihtoehto)		
Intialainen kukkakaali-kikhernecurry ja basmatiriisiä	G, M	
Myrskyn lohimurekepihvit L, tartarkastiketta L,G ja yrttilohkoperunoita M,G		
Fenkoli-juussosesekeitto	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



Salaatti lounaan proteiini: Tonnikala M,G, brie juustoa VL,G

Grillistä: Broileria Chow Mein

Mustikkarahka

Kahvi ja tee

M

G, 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