




























Menu 24.02. - 02.03.

















Maanantai

Harissalla maustettua kasvispataa luomukikherneistä, tortillaa ja soijagurttia	M	  
Palak Paneer ja riisiä	G, L	
Kebabia, tomaattikastiketta ja riisiä	G, M	 
Kukkakaali-parsakaalikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Tonnikalapatonki	M	
Caesar broilersalaatti	L	
Valkosuklaa-ruusunmarjamoussea		
Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	






Tiistai

Kasvislasagnea	M	  
Mausteista broiler-chilipataa ja riisiä	G, M	 
Lohipyöryköitä (7 kpl/annos), tilli-kermaviilikastiketta ja perunaa	G, L	 
Porkkanasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
BBQ-kinkkupatonki	M	  
Kreikkalainen salaatti	G, L	
Kardemumma-marjapaistosta ja vaniljakastiketta	VL	
Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	
Grillattua halloumia, lehtikaalipestoa ja paahdettua peruna-kasvissalaattia	G	

Keskiviikko









Kasvispihvejä (2 kpl/annos), korianteri & soija jogurttikastiketta ja paahdettuja perunoita	M	  
Broiler-chilipataa ja riisiä	G, M	 
Liha-makaronilaatikkoa ja ketsuppia (gluteeniton vaihtoehto saatavana)	L	 
Bataattisosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Tomaatti-mozzarellapatonki	VL	
Kana-tacosalaatti	G, M	
Turkkilaista jogurttia, hunajaa ja myslä	L	
Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	
Pizzakeskiviikko	L	 

Torstai

Punajuuri-spelttipihvejä (2 kpl/annos), piparjuurimajoneesia ja täysjyväkauraa	M	  
Broileria mangokastikkeessa ja basmatiriisiä	G, M	
Mantelikalaa (1 kpl/annos) ja kasvis-jyväpastaa (gluteeniton vaihtoehto saatavana)	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
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

Herkkusienikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

M



Ananasrahkaa

G, VL



vegaaninen Roast biif Meeat patonki

M



Tomaatti-mozzarellapastasalaatti

VL

Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L



Poke bowl teriyaki broilerfile

M



Perjantai

Bolognesea jauhismurusta ja Pastaa

M



Juustokuorrutettua uunimakkaraa (1 kpl/annos) ja perunamuusia

G, L



Tomaatti-oliivibroileria ja riisiä

G, M



Fenkolisosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M



Kreikkalainen juustopatonki

L



Tonnikalasalaatti

G, M

Mustikka-banaanimoussea

G, L



Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat

L



Pizzaperjantai

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