












Menu 24.02. - 02.03.





Maanantai

Lohikusausta	G, L	
Tacoja nautanliha-kasvistäytteellä M,G, jalapenoja ja valkosipulikastiketta	G, L	
Härkis-nuudeliwokkia ja lämpimiä kasviksia	G, M	 
Kukkakaali-osekeittoa	G, M	 
Punaherukkakiisseliä	M, G	







Tiistai

Kasvis-herkkusienigratiinia	G, L	
Broileria hapan-imeläkastikkeessa ja täysjyväriisiä	G, M	
Marokkolaiset kikhernepihvit, paprikasalsaa, lämpimiä kasviksia ja täysjyväriisiä	G, M	 
Kalaseljanka	G, M	
Mangolassi	G, L	






Keskiviikko

Koskenlaskijan silakat, lämpimiä kasviksia ja keitettyä perunaa	G, L	 
Pippurista lihapataa L,G, lämpimiä kasviksia ja moniviljalisuketta	L	
Falafel pyörökät tomaattikastikkeessa ja moniviljalisuketta	M	
Juressosekeittoa	G, L	
Hedelmärahka	G, L	

Torstai

Broileria paprikakastikkeella L,G, lämpimiä kasviksia ja moniviljalisuketta	L	
Kasvis-soijarisottoa ja ananas-chilisalsaa	G, M	 
Luomutofu-pinaattikastiketta L,G ja luomu täysjyväpastaa	L	
Kirkasta kalkkuna-vihanneskeittoa	G, M	 
Vaniljakiisseli ja vadelmahilloa	L, G	

Perjantai

Kalkkuna-kasviswokkia	M	 
Kala-katkarapupaellaa ja valkosipuliaioliä	M, G	
Quornia keltaisessa kasviskastikkeessa, lämpimiä kasviksia ja täysjyväriisiä	G, L	
Tomaattista kikhernekeittoa luomukikherneillä	G, M	 
Kardemumma-marjapaistos ja kermavaahtoa	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
 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