











Menu 24.02. - 02.03.






Maanantai

Tacoja nautanliha-kasvistäytteellä, jalapenoja ja valkosipulikermaviiliä	G, L	
Lohilasagnetta ja lämpimiä kasviksia	L	
Härkis-nuudeliwokkia	M	 
Herkkusienikeittoa	L	 
Punaherukkakiisseliä	M, G	








Tiistai

Broileria hapana-imeläkastikkeessa ja täysjyväriisiä	G, M	
Kasvis-herkkusienigratiinia	G, M	
Marokkolaiset kikhernepihvit, paprikasalsaa, porkkanaa ja täysjyväriisiä	G, M	
Kalaseljanka	G, M	
Mangolassi	L, G	







Keskiviikko

Pippurista lihapataa, lämpimiä kasviksia ja moniviljalisuketta	L	
Koskenlaskijan silakat, lämpimiä kasviksia ja keitettyä perunaa	L	 
Falafel pyörykät yrtti-tomaattikastikkeessa ja moniviljalisuketta	M	
Juussosekeittoa	G, L	
Vatkattua aprikoosipuuroa	M	

Torstai









Kasvis-soijarisottoa ja ananas-chilisalsaa	G, M	 
Broileria paprikakastikkeella, lämpimiä kasviksia ja täysjyväkauraa	L	
Luomu pinaatti-tofukastiketta luomu pastalla	G, M	 
Kirkasta kalkkuna-vihanneskeittoa	G, M	 
Vaniljakiisseli ja vadelmahilloa	L, G	

Perjantai

Kala-katkarapupaellaa ja valkosipuliaioliä	M, G	
Kalkkuna-kasviswokkia	M	 
Tofua keltaisessa kasviskastikkeessa, lämpimiä kasviksia ja täysjyväriisiä	G, M	 
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
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