













## Menu 10.03. - 16.03.






### Maanantai

Kebabia tomaattikastikkeessa, tummaa riisiä ja valkosipuli-kermaviiliä		
Täysjyvä fusillia, tofua, paahdettuja kasviksia ja lehtikaalipestoa		  
Mausteista paistettua leipäjuustoa ja cashewpähkinää tai Nautaa ja kasviksia Gochujang-kastikkeessa, riisiä ja eblyä		
Filippiiniläinen broilercurry tai Filippiiniläinen tofucurry, basmatiriisiä		
Bataatti-palsternakkasosekeitto	G, M	
Kilosalaatti	G, L	









### Tiistai

Juustokuorrutettua uunimakkaraa ja kermaperunaa	G, L	 
Pinaattilettuja(L), perunaa(M,G,V), puolukkasurvosta(M,G,V) ja kermaviilikastiketta(L,G)		
Uuniperunaa juustotäytteellä, cajun fried chicken, mausteista riisiä ja paistettua sipulia ja paprikaa.Herkkusienikeittoa		
Thai green curry kalkkunasta (L,G) tai Thai green curry tofusta (M,G) ja riisiä		
Herkkusienikeittoa	G, L	
Kilosalaatti	G, L	



### Keskiviikko

Gratinoitua broilerilasagnetta (L)		
Chili sin carne halloumjuustosta (VL,G), riisiä (M,G), ranskankermaa (L,G), nachoja (M,G)		
Talon voissa paistettuja blinejä (L) eri täytteillä ja borssikeittoa savukaslerilla (M,G)		 
Kookos-härkäwokkia (M,G) tai Kookos-soijawokkia (M,G,V) ja basmatiriisiä (M,G,V)		
Fenkölisekeittoa	G, L	
Kilosalaatti	G, L	

### Torstai

Välimeren jauheliha-koftat mausteisessa feta-tomaattikastikkeessa ja sitruunapaahdettua perunaa		 
Tofu jalfrezi, basmatiriisiä ja soijajogurttiraitaa		  
Voissa paistettuja talon blinejä eri täytteillä ja borssikeittoa savukasslerilla		 
Kirjolohi poke bowl Tai Tofu poke bowl	G, M	
Juustoinen kukkakaalikeitto	G, L	
Kilosalaatti	G, L	

### Perjantai

Paneroitua broilerileikettä, bearnaisemajoneesia ja grillattuja lohkoperunoita		
Enchiladas, Kuorrutettuja kasvistortilloja, riisiä ja avocadocremeä		
Pizzabuffet		
Kurpitsasosekeitto	G, M	

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











Kilosaatti

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

  $\leq 0,5$  kg CO<sub>2</sub> 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