

## Menu 17.03. - 23.03.

### Maanantai

Tomaattista perunavuokaa vebab-lastusta

Lihapullia (8 kpl/annos), sipulikastiketta ja perunamuusia (gluteeniton vaihtoehto saatavana)

Lohikeittoa (G,L) ja karjalanpiirakka (1 kpl/annos)

Paahdettua paprikakeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)





Kreikkalainen juusto-patonki

Maalaisbroilersalaatti

Marianne moussea

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

Rullakebab ja ranskalaiset perunat

M	  
L	
L	 
G, M	  
L	
M	
G, VL	
L	
L	

### Tiistai

Chiliillä ja suklaalla maustettua kasvispataa luomumustapavuista, basmatiriisiä ja soijagurttia

Juustoisia parsakaalipihvejä (2 kpl/annos), persilja-kermaviiliä ja perunaa

Pollo Limonello pastaa (gluteeniton vaihtoehto saatavana)

Chili-korianteri tomaattikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Tonnikalapatonki

Kreikkalainen salaatti

Persikka-ananassmoothie

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

Makkaraperunat

G, M	  
G, L	
L	 
G, M	  
M	
G, L	
G, L	
L	
G, M	 

### Keskiviikko

Soija-kaalilaatikkoa ja puolukkasurvosta

Falafel-kesäkurpitsapihvejä (2 kpl/annos), hunajajogurttia ja perunaa

Broilerkebabia tomaattikastikkeessa ja riisiä

Hernesosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

Tomaatti-mozzarellapatonki

Tonnikalasalaatti

Puolukka-kinuskirahkaa

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

Pizzapäivä

G, M	  
G, L	
G, M	  
G, M	  
VL	
G, M	
G, VL	
L	
L	 

### Torstai

Chili sin carnea jauhismurusta ja riisiä

Makkarakastiketta ja perunamuusia

M	  
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

Tonnikalalasangnetteä (gluteeniton vaihtoehto saatavana)  
 Kevätsipuli-perunasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)  
 Curry-broilerpatonki  
 Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti  
 Valkosuklaa-lime pannacottaa  
 Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat  
 Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia









## Perjantai

Paahdettua kesäkurpitsaa, tomaatti-linssimuhennosta ja Ras el Hanout-paahdettuja luomukikherneitä  
 Yrtti-valkosipulitäytteisiä broilermurekepihvejä (1 kpl/annos), currymajoneesia ja paahdettua perunaa  
 Tacomaustettua jauheliuhavuokaa  
 Porkkanasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)  
 BBQ-kinkkupatonki  
 Kana-tacosalaatti  
 Toscaapiirakkaa  
 Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat  
 Pizzapäivä

L   
 G, M     
 M    
 VL  
 G, L   
 L   
 L    
  
 G, M     
 VL   
 G, L    
 G, M     
 M     
 G, M   
 L   
 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 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