

























## Menu 24.03. - 30.03.

















### Maanantai

Soijapyöryköitä (10 kpl/annos), punajuurihummusta luomukikherneestä ja ohraa	M	  
Tomaatti-mozzarella-peltipizzaa (1 kpl/annos)	L	
Jauhelihakastiketta ja perunaa	G, M	 
Kukkakaali-parsakaalikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Tonnikalapatonki	M	
Caesar broilersalaatti	L	
Ananasrahkaa	G, VL	
Naudanliha-, kana-, halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	






### Tiistai

Kasvislasagnea	M	  
Vuohenjuustolla gratinoitua punajuurta ja kasvisriisiä	G, VL	
Lime-korianteriturskaa (3 kpl/annos), jogurttikastiketta ja perunaa (gluteeniton vaihtoehto saatavilla)	L	 
Palsternakkaseikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Tomaatti-mozzarellapatonki	VL	
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

Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa, paahdettua perunaa ja soijapapuja	G, M	  
Vihreää currya broilerista ja riisiä	G, M	
Liha-makaronilaatikkoa ja ketsuppia (gluteeniton vaihtoehto saatavana)	L	 
Bataattiseikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
vegaaninen Roast biif Meeat patonki	M	 
Kana-tacosalaatti	G, M	
Turkkilaista jogurttia, hunajaa ja myslää	L	
Naudanliha-, kana-, halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	
Pizzapäivä	L	 

























### Torstai

Paahdettua parsakaalia ja luomutofua, soijagurtia ja perunaa	G, M	  
Broileria (1 kpl/annos) soijakastikkeessa (G,M) ja kasvisriisiä	M	
Paistettua seitä (1 kpl/annos) leipurin tapaan ja perunamuusia (gluteeniton vaihtoehto saatavana)	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

# sodexo

Herkkusienikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	M	  
Curry & Broileripatonki	M	 
Tomaatti-ricotta-pastasalaatti	VL	
Valkosuklaa-ruusunmarjamoussea		
Naudanliha-,kana-,halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat	L	
Grillattua lohta, paistettuja vihanneksia ja ranskalaisia perunoita	G, M	
<b>Perjantai</b>		
Pähkinäistä pestopastaa	M	  
Juustokuorrutettua uunimakkaraa (1 kpl/annos), ketsuppia ja perunamuusia	G, L	  
Cajun-broileria ja paprikaa ja bataatti-perunamuusia	G, L	
Fenkolisosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Lohipatonki / Kinkkupatonki	L	  
Tomaatti & Ricotta & Pastasalaatti	L	
Mustikka-banaanismoothie	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 CO<sub>2</sub> 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