




























Menu 24.03. - 30.03.














Maanantai

Soijapöyryköitä 12 kpl/annos, punajuurihummusta luomukikherneestä ja ohraa G*	M	  
Jauhelihakastiketta ja perunamuusia	G, L	 
Kidneypapu-kasvistäytetty pitaleipä 1 kpl/annos (täyte G,M), limejogurttia ja riisiä G*	L	
Kukkakaali-parsakaalikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Napakset	G	
Tonnikalapatonki	M	
Caesar broilersalaatti	L	
Ananasrahkaa	G, VL	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai halloumi burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Grillattua broileria, chilipaahdettuja kasviksia, limejogurttia ja riisiä	G, L	

Tiistai


Kasvislasagnea G*	M	  
Lime-korianteriturskaa 3 kpl/annos, jogurttikastiketta ja perunaa G*	L	 
Vuohenjuustolla gratinoitua punajuurta ja kasvisriisiä	G, VL	
Palsternakkasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Napakset	G, M	
Tomaatti-mozzarellapatonki	VL	
Kana-tacosalaatti	G, M	
Kardemumma-marjapaistosta ja vaniljakastiketta	VL	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai halloumi burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Kievin kanaa, currymajoneesia ja paahdettua perunaa	VL	

Keskiviikko













Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa, paahdettua perunaa ja soijapapuja	G, M	  
Liha-makaronilaatikkaa ja ketsuppia G*	L	 
Vihreää currya broilerista ja riisiä	G, M	
Bataattisosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Napakset	G, L	
Kalkkunapatonki	M	 
Kreikkalainen salaatti	G, L	
Turkkilaista jogurttia, hunajaa ja myslä	L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai halloumi burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	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

Kalkkunapihvi, Ranch-kastiketta ja paahdettuja bataatti- ja perunalohkoja G, M 

Torstai









Kookos-tofuwokkia ja riisiä G, M   
 paistettua seitä leipurin tapaan 1 kpl/annos ja perunamuusia G* L 
 Broileria makeassa soijakastikkeessa (G,M) 2-3 kpl/annos ja täysjyväohraa G* M 
 Herkkusienikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin) M   
 Napakset G, M
 Broileripatonki M  
 Tomaatti-mozzarellapastasalaatti VL
 Suklaa-mustikka moussea VL
 Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai halloumi burgeri saatavilla) L 
 Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat M 
 Grillattua lohta, valkosipulikastiketta, perunamuusia ja paahdettua sipulia G, L

Perjantai

Pähkinäistä pestopastaa G* M   
 Cajun-broileria ja paprikaa 2-3 kpl/annos ja riisiä G, M  
 Juustokuorrutettua uunimakkaraa 1 kpl/annos, ketsuppia ja perunamuusia G, L  
 Fenkoliseikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin) G, M   
 Napakset G, M
 Kreikkalainen juusto-patonki L 
 Tonnikalasalaatti G, M
 Banaani-marjasmoothie G, L
 Pizza perjantai 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