










## Menu 24.03. - 30.03.





### Maanantai

Paahdettua porsaanplumaa, viikunakastiketta, pekonipapuja ja chilimuhennettua perunaa	G, L	 
Grillattu kirjolohi ja perunasalaatti	G	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!		
Palsternakkasosekeittoa	G, L	
Broileria korma, basmatiriisiä ja hedelmächutney sekä naanleipää	L	
Spicy soya Mac and Cheese ja Panzanella	L	
Hehkun jätski buffet	G, L	










### Tiistai

Wokattua härkää ja kasviksia hoisin kastikkeessa	L	
Hummus plate pottufallella, harissa coleslaw ja marokkolaisia porkkanoita	G, L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Kurpitsa-tyrnikeittoa	G, L	
Ylikypsää porsaanposkea Italialaisittain ja sahamiriisiä	G, M	 
Shahi Paneer ja jasmiiniiriisiä	G, L	
Kookos-ananas mousse	G	
Savulohitäytteisiä uuniperunoita ja vihersalaattia	G, L	

### Keskiviikko

Shanghai taco ylikypsällä possulla ja riisinuudeli-mangosalaatilla	M	 
Shanghai taco nyhtökauralla ja riisinuudeli-mangosalaatilla	M	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!		
Punajuurisosekeittoa	G, L	
Paistettua seitä, currykukkakaalia ja yrttiranskankermää	G, L	
Fetajuusto-kirsikkatomaattipastaa	L	
Mansikkarahkaa ja murskattua marenkia	G, L	
Broileritäytteisiä uuniperunoita ja vihersalaattia	G, L	

### Torstai

Porsaanlehtipihvi, bataattiranskalaisia ja viherpippurikastiketta	G, L	 
Pariloitua broileria ja ananasta sekä artisokka-grillipaprikasalaattia	G, M	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Parsakaalisosekeittoa	G, L	
Jauhelihapihvejä, pippurikastiketta sekä paahdettuja perunoita ja kasviksia	G, L	 
Seesami-valkosipulitofua ja jasmiiniiriisiä	G, M	
Lettubuffet, valitsemillasi lisukkeilla		
Nyhtöpossutäytteisiä uuniperunoita ja vihersalaattia	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

## Perjantai

Juustohampurilainen ja ranskalaiset

Kasvishampurilainen ja ranskalaiset

"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!

Andalusialaista kasviskeittoa

Broileria makeassa soijakastikkeessa ja riisiä

Linssi-soijatäytteisiä paprikoita ja sitruuna-soijakastiketta

Raparperi-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

M 

L

G, M  









G, 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

         
≤ 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