



Menu 31.03. - 06.04.







Maanantai

Juustoista nautanliha-perunaviipalelaatikkoa	L, G	
Intialaisittain maustettua broilerikastiketta, lämpimiä kasviksia ja täysjyväriisiä	L, G	
Kidneypapu-ratatouillea ja keitettyä perunaa	G, M	
Sileä sipulikeitto ja leipäkrutonkeja	M	
Vegaaninen mustikka-puolukkasmoothie	M	






Tiistai

Tofuaviilokkia, mustaherukkasurvosta ja täysjyväriisiä	G, M	
Parmesankalaa, lämpimiä kasviksia ja keitettyä perunaa	VL, G	
Pähkinäistä kukkakaaligratiinia	L	
Kirkasta kalkkuna-kasviskeittoa	M, G	
Vatkattua puolukkapuuroa	M	









Keskiviikko

Tomaatti-kasvispastaa luomutofulla	M	 
Broilerin koipileike, currykastiketta, lämpimiä kasviksia ja täysjyväkauraa	L	
Nyhtökaura-kaalilaatikkoa ja puolukkasurvos	M	 
Perinteistä kalakeittoa	G, L	
Kaurapannukakut ja marjahilloa	L	

Torstai









Porsasta ja bataattia kookoskastikkeessa, lämpimiä kasviksia ja moniviljälisuketta	L	 
Kalapyörykät kirjolohesta ja seistä, minttu-jogurttikastiketta, lämpimiä kasviksia ja perunat	G, L	
Punajuurihipvit, vegaanista kermakastiketta ja keitettyä perunaa	G, M	 
Parsakeittoa	L	
Banaani-ruusunmarjakiisseliä	M, G	

Perjantai

Unimakkaraa, lämpimiä kasviksia ja perunasosetta	G, L	 
Lime-korianteriturskaa, lämpimiä kasviksia ja perunasosetta	L	 
Vegaanista lasagnea	M	  
Luomu pinaattikeittoa	L	
Kanelipulla	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

 ≤ 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