












Menu 31.03. - 06.04.





Maanantai

Naudanlehtipihvi, maustevoita ja ranskalaisia Kirjolohta ja caesarsalaattia "Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	G, L L L	
Perunasosekeittoa ja lehtikaalisipsejä	G, L	
Lihapullia, sienikastiketta ja paahdettua perunaa	G, L	 
Butter tofu ja jasmiiniriisiä	G, M	
Hekun jätski buffet	G, L	




Tiistai

Pariloitu porsaanulkoileepihvi, dijon-sipulikastiketta, kasviksia ja lohkoperunoita	G, L	 
Tex mex chicken bowl	G, L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Metsäsienikeittoa	G, L	
Valkosipulimarinoitua broileria, paahdettuja juureksia ja kikherneaiolia	G, M	
Vegaaninen kasvislasagne sekä lehtikaali-kurpitsansiemensalaattia	M	
Persikkarahkaa	G, L	
Kahvilasta: Metsäsienikeittoa ja fetaa	G, L	

Keskiviikko









Fried chicken burger ja ranskalaiset		
Vuohenjuusto-punajuurisalaatti	G, VL	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Porkkanasosekeittoa	G, L	
Paahdettua Alaskan seitä, perunoita ja bearnaise kastiketta	G, M	
Tomaatti-paprikapastaa ja kasvispyöryköitä	M	
Suklaamoussea ja kinuskikastiketta	G	
Kahvilasta: Porkkanasosekeittoa ja broileria	G, L	

Torstai

Punainen thaicurry katkaravusta ja jasminiriisiä	G, M	
Punajuurignocchit sienikastikkeessa	L	
"Eat you veggies and more" Kaikki green market tuotteet kuuluvat buffetin hintaan!	L	
Paprika-tuorejuustokeittoa	G, L	
Yrttipaahdettua broilerinpaistia, choronkastiketta ja paprikariisiä	G, M	
Punajuuri-fenkolipihvejä ja yrtti-kaura fraiche	L	
Lettubuffet, valitsemillasi lisukkeilla		
Kahvilasta: Paprika-tuorejuustokeittoa ja savulohta	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 CO₂ e  Parempi valinta
 Vegaaninen
 Opiskelija-ruokailusuos.
 Sisältää porsaanlihaa
   Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
 The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU

sodexo

Perjantai

Bbq burger ja ranskalaiset

M



Herne -kasvisburger ja ranskalaiset

M

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

L

Punajuurisosekeittoa

G, L



Riistakäristystä, perunamuusia, puolukkasurvosta ja maustekurkkua

G, L



Falafel-pyörökät, quinoatabbouleh ja punajuurihummus

G, M



Mustikka-kermaviili- ja piirakka

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