


























Menu 31.03. - 06.04.
















Maanantai

Luomupapu-saksanpähkinätaginea ja perunaa	G, M	  
Lihapullia Arrabiatta-kastikkeessa ja pastaa	M	 
Broileria sitruunakastikkeessa ja täysjyväohraa	L	
Inkivääri-porkkanasosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Napakset	G, L	
Tomaatti-mozzarellapatonki	VL	
Tonnikalasalaatti	G, M	
Mangosmoothie	G, VL	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Grillattua halloumia, lehtikaalipestoa ja paahdettua peruna-kasvisalaattia	G	

Tiistai

Tacoja Vebab-täytteellä, mangosalsaa ja riisiä	M	  
Itsetehtyjä kalamurekepihvejä, tillikermaviilikastiketta ja perunaa	L	
Kebab-perunavuokaa	G, L	
Kasvisborssikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Napakset	G, L	
Curry-broilerpatonki	M	 
Kreikkalainen salaatti	G, L	
Marjajogurttia	G, L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Turkkilainen jauhelihapasta	M	

Keskiviikko

Linssi-tomaattipastakastiketta ja täysjyväpastaa	M	  
Broilerilasagnettoa	L	  
Itsetehtyjä pinaattilettuja, puolukkaa, perunaa ja kermaviiliä	L	
Parsakaalisosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)	G, M	  
Napakset	G, L	
BBQ-kalkkunapatonki	M	 
Tomaatti-mozzarellapastasalaatti	VL	
Chili-appelsiini pannacottaa	G, L	
Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)	L	
Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat	M	
Bao Bun: Szechuanin härkää tai sweet&sour tofua	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

Torstai

Mausteista linssipataa, korianteri-soijagurttia ja paahdettuja peruna- ja bataattilohkoja

G, M



Hernekeittoa ja pannukakkua

L



Kookos-lime kalkkunaa ja basmatiriisiä

G, M



Mausteista tomaattikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M



Napakset

G, L

Tonnikalapatonki

M



Vuohenjuusto-punajuuri-pestosalaatti

VL

Mustikkarahkaa

G, L

Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat (myös KANA tai HALLOUMI burgeri saatavilla)

L



Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M



Ylikypsää porsaankylkeä, BBQ-kastiketta, bataatti-perunasosetta ja paistettua paprikaa ja sipulia

L



Perjantai

Chilipaahdettua myskikurpitsaa, luomupapuja ja riisiä, hummusta luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä

G, M



Paneroitua kampelaa, piparjuuri-kermaviilikastiketta ja perunamuusia

L



Juustoisia tortilloja, salsaa luomupavuista ja ranskankermaa

L

Juussosekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)

G, M



Napakset

G, L

Kreikkalainen juusto-patonki

L



Kana-tacosalaatti

G, M



Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

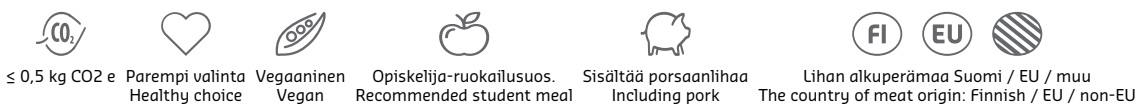
VL

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