

Menu 31.03. - 06.04.

Maanantai

Uuniperunaa BBQ-maustetulla luomutofutäytteellä
 Curry-ananas-broiler kastike ja keitetty riisi
 Kahden kalan keitto
 Napakset
 Feta-tzatziki patonki
 Leivonnainen

M   
 G, L  
 G, L   
 G, L 

 L 

Tiistai

Kukkakaali-mungpapucurria, aasialaista kaali-porkkanasalaattia ja basmatiriisiä
 Tonnikalalasagnette
 Kana-kookoskeitto
 Napakset
 Tomaatti-mozzarellapatonki
 Hedelmäjogurttia

G, M   
 L  
 G, M  
 G, L 
 L 
 G, L 














Keskiviikko

Chilipaahdettua bataattia, luomupapuja ja riisiä, hummusta luomukikherneistä ja paahdettuja maapähkinöitä
 Jauhelihamurekettä, pippurikastiketta ja perunamuusia
 Juuressosekeittoa ja raejuustoa
 Napakset
 BBQ-kinkkupatonki
 Kaura-omenapaistosta ja vaniljakastiketta

G, M   
 L   
 G, L  
 G, L 
 M   
 L 




Torstai

Panko-seesampaneroituja soija-kasvispihvejä, omenaista currykastiketta ja perunaa
 Yrttibroileria paprikakastikkeessa ja paahdettua perunaa
 Hernekeitto kinkulla
 Napakset
 Tonnikalapatonki
 Pannukakkua ja lettuhilloa

M   
 G, L  
 G, M    
 G, L 
 M  
 L 









Perjantai

Mausteista linssipataa, valkosipulikastiketta ja paahdettuja peruna- ja bataattilohkoja
 Pyttipannu
 Jauhelihakeitto
 Napakset

G, M   
 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 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











Curry-broilerpatonki
Chili-appelsiini pannacottaa

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 CO₂ e Parempi valinta Vegaaninen Opiskelija-ruokailusuos. Sisältää porsaanlihaa Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
Healthy choice Vegan Recommended student meal Including pork The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU