








## Menu 31.03. - 06.04.

### Maanantai

|   |      |   |
|---|------|---|
| Naudanlihaa ja kasviksia Gochujang-kastikkeessa ja riisiä | M    |    |
| Grillattua yrttibroileria, riisiä, aiolia ja kasviksia    | G, L |    |
| Uunifetapasta   | L    |   |
| Palsternakkasosekeittoa                                   | G, M |   |
| Marjasmoothie   | G, L |   |
| Kahvi ja tee  | G, M |   |

### Tiistai

|  |      |   |
|--|------|---|
| Marry me broileria, riisiä ja kasviksia              | G, L |    |
| Turskaleikettä, tillikermaviilikastiketta ja perunaa | L    |   |
| Kasvispihvejä, feta-kermaviiliä ja perunaa           | G, L |   |
| Yrttistä kukkakaalikeittoa                           | G, M |   |
| Mustikkarahkaa                                       | G, L |   |
| Kahvi ja tee   | G, M |   |

### Keskiviikko

|   |      |  |
|---|------|--|
| Foodhubin lihapullia pippurikastikkeessa, perunamuusia ja kasviksia       | G, L |  |
| Puna-ahventa rapukastikkeessa, perunamuusia ja kasviksia                  | G, L |  |
| Kasvistäytteiset paprikat, riisiä ja sitruunaista soijajogurttikastiketta | G, M |  |
| Herkkusienikeittoa  | L    |  |
| Mansikka-raparperikiisseliä ja kermavaahtoa                               | G, L |  |
| Kahvi ja tee  | G, M |  |

### Torstai










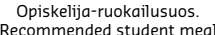
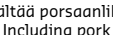



|  |      |  |
|--|------|--|
| Pollo Limonello -pastaa ja parmesaania                     | L    |  |
| Kebabia, harissa-tomaattikastiketta, riisiä ja pitaleipää  | L    |  |
| Falafel-pyöryköitä, quinoatabboulehia ja punajuurihummusta | G, M |  |
| Hernekeittoa   | G, M |  |
| Pannaria hillolla ja kermavaahdolla                        | L    |  |
| Kahvi ja tee   | G, M |  |

### Perjantai

|  |      |  |
|--|------|--|
| Blackened-paahdettua porsaankylkeä, pahalaisenhilloa ja timjamiperunaa | M    |  |
| Lohimurekepihviä, perunaa ja remouladekastiketta                       | G, L |  |
| Pohjoisafrikkalaista kasvispataa, couscousia ja soijajogurttia         | M    |  |
| Purjo-perunasosekeittoa  | G, L |  |
| Jäätelöbaari herkuilla ja kastikkeilla                                 | G, L |  |
| Kahvi ja tee   | G, 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 CO<sub>2</sub> 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