











Menu 31.03. - 06.04.




Maanantai

Kermaista kalakeittoa	G, L	
Serrano-halloumijuustopastaa		 
Kasvispyöryköitä currykastikkeessa, jasmiiniriisiä	G, L	
Tomaatti-chili-korianterikeittoa	G, M	 
Mozzarellasalaattia tai Yrttibroilerisalaattia	G	
Raparperi-mandariinijogurttia	G, L	




Tiistai

Future50: Bataatti-broilercurrya (L, G), moniviljariisiä	L	
Wieninleikettä, persilja-pottuvoita	L	 
Kreikkalaista kasvispataa Mifusta, riisiä	G, L	
Metsäsienikeittoa	G, L	
Katkarapubowl tai Chilikalkkunasalaattia	G, M	
Vadelmakiisseliä	G, M	




Keskiviikko

Mac and Cheese, cajunmaustettua jauhelihapataa	L	
Chili-persiljavinegretissä haudutettua seitä, kasviksia Escapache, sitruunamajoneesia, paahdettua paprikariisiä	G, M	
Pintopapu-herkkusienipaellaa, aiolia	G, M	
Porkkana-savujuustokeittoa	G	
Tonnikalabowl tai Juustosalaatti	G	
Puolukka-kinuskirahkaa	G, L	

Torstai









Lasagnea	L	
Yrtti-valkosipulimarinoitua broilerinfilettä, paahdettuja juureksia, uunikuivattua tomaattia, kikherneaiolia	G, L	
Vuohenjuustogratinoitua bataattia, lehtikaalipestoa	VL	
Paahdettua paprikakeittoa	G, L	
Savulohibowl tai Serranokinkkusalaatti	G, M	
Mangomoussea	G	

Perjantai

Kampelaa tomaattikastikkeessa, parmesan-tuorejuustokastiketta, perunaa	G, L	
Pulled beef tortillaa, salsaa, riisiä	L	
Kasvis-kevätkääryleitä, sweet-chilikastiketta		
Parsakaalisosekeittoa	G, L	
Raejuustosalaatti tai Paahtopaistisalaatti	G, L	
Mustikkahyvettä	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