













## Menu 07.04. - 13.04.










### Maanantai

vegaani Soijapyöryköitä yrteisessä tomaattikastikkeessa ja täysjyväohraa  
Lihapyöryköitä(8KPL/ANNOS), ruskeaa kermakastiketta ja keitinperunoita  
Palsternakkasosekeittoa  
KVARKIN Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat  
KVARKIN Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M      
L    
G, M      
L   
M 

### Tiistai

Vegaaninen kasvislasagne  
Yrtti - valkosipuli täytteenen broilerpihvi, wasabi - jгурttia ja höyrytettyä riisiä  
Kermaisen Lohikeitto  
KVARKIN Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat  
KVARKIN Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

M      
VL   
G, L     
L  
M 











### Keskiviikko

Paahdettua parsakaalia ja luomukikherneitä, maapähkinäkastiketta ja vihannesriisiä  
Lohimurekepihvejä, tillikermaviikastiketta ja perunamuusia  
Paneroitu porsaanleike (1KPL/ANNOS), chilimajoneesia ja lohkoperunoita  
Punajuurisosekeittoa

G, M      
L     
M    
G, M    






### Torstai

vegaani Herkkusieni - härkäpapulasagnette  
Broilerin koipinuijat BBQ ja höyrytettyä riisiä  
Hernekeittoa ja pannukakkua  
vegaani Kasvishernekeitto  
Pannukakkua, lettuhilloa ja kermavaahto

M      
G, M     
L  
G, M      
L









### Perjantai

Pinaattihukaisia, puolukkahilloa ja höyrytettyä perunaa  
Burrito Chili con Carne  
Paneroitua kampelaa, tar-tar kastiketta ja lohkoperunoita  
KVARKIN Juustohampurilainen ja ranskalaiset perunat  
KVARKIN Vegaaninen hampurilainen ja ranskalaiset perunat

     
L   
L  
L  
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 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