

Menu 21.04. - 27.04.

Tiistai

Kasvislasagnea
Mausteista broiler-chilipataa ja riisiä
Lohipyöryköitä (7 kpl/annos), tilli-kermaviilikastiketta ja perunaa
Palsternakkasekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
Tomaatti-mozzarellapatonki
Kreikkalainen salaatti
Kardemumma-marjapaistosta ja vaniljakastiketta
Naudanliha-, kana-, halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat
Grillattua halloumia, lehtikaalipestoa ja paahdettua peruna-kasvissalaattia

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

Keskiviikko

Paahdettua parsakaalia ja luomutofua, punajuuricremeä ja perunaa
Palak Paneer ja basmatiriisiä
Liha-makaronilaatikkoo ja ketsuppia (gluteeniton vaihtoehto saatavana)
Bataattisekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
Tonnikalapatonki
Kana-tacosalaatti
Turkkilaista jogurttia, hunajaa ja myslä
Naudanliha-, kana-, halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat
Pizzapäivä

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

Torstai

Harissalla maustettua kasvispataa luomukikherneistä, pitaleipää ja soijagurtia
Broileria mangokastikkeessa ja riisiä
Mantelikalaa (1 kpl/annos) ja kasvis-jyväpastaa (gluteeniton vaihtoehto saatavana)
Herkkusienikeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
vegaaninen Roast biif Meeat patonki
Tomaatti-mozzarellapastasalaatti
Ananasraikkaa
Naudanliha-, kana-, halloumi- tai vegaanihampurilainen ja ranskalaiset perunat
Kievin kanaa, currymajoneesia ja paahdettua perunaa

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

Perjantai

Bolognesea jauhismurusta
Juustokuorrutettua uunimakkaraa (1 kpl/annos), ketsuppia ja perunamuusia
Tomaatti-Oliivibroileria ja keitettyä riisiä

M   
G, L  
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 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  



Fenkolisekeittoa (annos sis 2 napasta ja lisäkesalaatin)
Kreikkalainen juustopatonki
Caesar broilersalaatti
Mustikka-banaanismoothie
Pizzapäivä

G, M	  
L	
L	
G, L	
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