

LOUNAS – VIIKKO 23 (1.-7.6.2026)

MA	Lounasbuffet	Feta-kasvispihvejä (A, G, VL) Antellin Kasvimpaa jauheliha-bolognesekastiketta (A, G, L, M) Lime-kermaviilikastiketta (A, G, L)
	Lämmin lisäke	Hunajaisia rakuunaporkkanoita (G, L, M) Basmatiriisiä (G, L, M, Veg)
	Keittolounas	Curry-kukkakaalikeittoa (G, L, M, Veg)
	Jälkiruoka	Kahvi (A, G, L) Kahvimaito Barista-kaurajuoma, gluteeniton Ananas-banaanismoothieta (A, G, L)
TI	Lounasbuffet	Punajuuri-vuohenjuustokiusausta (A, G, VL) Antellin Kasvimpaa Butter chicken - intialaista kanakastiketta (A, G, L) Antellin Kasvimpaa jauheliha-bolognesekastiketta (A, G, L, M)
	Lämmin lisäke	Basmatiriisiä (G, L, M, Veg) Paahdettuja vihreäpapuja (G, L, M, Veg)
	Keittolounas	Basilika-tomaattikeittoa kookoskermalla (A, G, L, M, Veg)
	Jälkiruoka	Kahvi (A, G, L) Kahviisseliä (A, G, L) Kahvimaito Barista-kaurajuoma, gluteeniton
KE	Lounasbuffet	Herkkusienipastaa (A, L) Antellin Kasvimpaa makkarapyttipannua (A, G, L, M)
	Lämmin lisäke	Balsamico-paahdettua punajuurta (A, G, L, M, Veg)
	Keittolounas	Hunajaista kalkkunakeittoa (A, G, L)
	Jälkiruoka	Kinuski-karpalorahkaa (A, G) Kahvimaito Barista-kaurajuoma, gluteeniton
TO	Lounasbuffet	Herne-punajuurihiphi, pa Antellin Kasvimpaa jauhelihalasagnea (A, L) Aurajuustomajoneesia (A, G, L)
	Lämmin lisäke	Herneitä (G, L, M, Veg) Perunoita (G, L, M, Veg)
	Keittolounas	Chorizomakkarakeittoa (A, G, L, M)
	Jälkiruoka	Kahvi (A, G, L) Suklaamoussea (A, G, VL) Kahvimaito Barista-kaurajuoma, gluteeniton
PE	Lounasbuffet	Kasviskormaa (A, G, L) Antellin Kasvimpaa American BBQ-possukastiketta (A, G, L, M)
	Lämmin lisäke	Perunoita (G, L, M, Veg) Currypaahdettua kukkakaalia (G, L, M, Veg)
	Keittolounas	Bataattisosekeittoa (A, G, L, M, Veg)
	Jälkiruoka	Kahvi (A, G, L) Kahvimaito Barista-kaurajuoma, gluteeniton Vaniljakastiketta (A, G, L)

Oikeus muutoksiin pidetään. (Veg) Vegaaninen (M) Maidoton (L) Laktoositon (VL) Vähälaktoosinen (G) Gluteeniton (A) Sis. allergeeneja. Kysy tarkemmat tiedot allergisoivista raaka-aineista henkilökunnalta.

(#) Kelan korkeakouluruokailusuositus. Itte tehty on keuhko- ja sydänterveyttä tukeva ruoka. Ilmoitamme kirjallisesti mikäli alkuperämaa on joku muu.