

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

8,50 € / 9,50 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

9,50 € / 11 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,20 € / 2,20 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Valto

Kaikki lounasvaihtoehdot sisältävät leivät, levitteet, salaatin & kastikkeen ja ruokajuomat sekä kastike, pihvi yms. aterioihin perunat, riisi tai pasta. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma 6.5		Kahden kaalin sosekeitto G,L, Riisipiirakka L, Juusto G,L KELA Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg KELA Savulohipasta L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Ti 7.5		Chili sin carne G,L,M,Veg, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA Broilerikeitto G,L,M KELA Silakkapihvi L,M, Sitruunalohkot G,L,M,Veg, Kermaviilikastike G,L, Perunasose G,L
Ke 8.5	 	Kasvispihvit G,L,M, Salsadippi G,L,M, Paahdetut perunat G,L,M,Veg KELA Tonnikalamusaka G,L KELA Pippurinen lihapata L, Ohralisäke L,M,Veg, Lämmin vihanneksisäke G,L,M,Veg Mustikka-vadelmamousse G,L
To 9.5 Hela- torstai		Pesto-pasta VL KELA Curryporsas L,M, Perunat G,L,M, Höyrytetyt porkkanat G,L,M,Veg Raparperikiisseli G,L,M,Veg, Rahka-kermavaahto G,L
Pe 10.5	 	Basilika-hernekeitto G,L, Jogurttiraita G,L KELA Italianpata L,M KELA Uunikalkkuna G,L,M, Sitruunakastike L, Riisi-kauralisäke L,M,Veg
La 11.5		Värikäs risotto G,L, Monivilja patonki KELA Merimiespihvit talon tapaan G,L,M, Lämmin kasvis G,L,M,Veg Hedelmäjogurtti G,L
Su 12.5 Äitien pv		Kasvislasagne L KELA Mantelikala L,M, Tsatsiki G,L, Perunasose G,L Täytekakku L



L=laktoositon, G=gluteeniton, M=maidoton Veg=vegaaninen

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

8,50 € / 9,50 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

9,50 € / 11 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,20 € / 2,20 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Valto

Kaikki lounasvaihtoehdot sisältävät leivät, levitteet, salaatin & kastikkeen ja ruokajuomat sekä kastike, pihvi yms. aterioihin perunat, riisi tai pasta. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma
13.5

 Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Vehnänjyvät L,M,Veg KELA
 Broilerikiusaus G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA
 Koskenlaskijan kalakeitto G,L, Saaristolaisleipä

Ti
14.5

 Kahden kaalin gratiini L KELA
 Tomaattinen jauhelihakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, KELA
 Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Slaavilainen Broileripata G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg
 Raparperipaistos L,M,Veg, Vaniljakastike L

Ke
15.5

 Mannapuuro, Marjakeitto G,L,M,Veg, Juusto G,L KELA
 Tonnikalapasta L KELA
 Unimakkara G,L, Perunasose G,L,
 Höyrytetyt porkkanat G,L,M,Veg

To
16.5

 Kasvissosekeitto G,L, Siemensekoitus KELA
 Keltainen broileri-kasvisvuoka G,L KELA
 Glaseerattua possua G,L,M, Yrttiset peruna-uunijuurekset G,L,M,Veg

Pe
17.5

 Härkäpapu-bolognais G,L,M,Veg, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA
 Juusto-kalkkunakeitto G,L KELA
 Hunajainen lohi G,L, Perunasose G,L
 Mango-sitruunamalja L

La
18.5

 Keltainen papucurry G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA
 Jauheliha-perunasoselaatikko G, L, Höyrytetyt parsakaalit G,L,M,Veg
 Karviaiskiisseli G,L,M,Veg, Rahka-kermavaahto G,L

Su
19.5

 Kasvis-nuudeliwokki L,M KELA
 Palapaisti L,M, Perunat G,L,M, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Jäätelö G,L, Marjainen hillo G,L,M,Veg


L=laktoositon, G=gluteeniton, M=maidoton Veg=vegaaninen

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

8,50 € / 9,50 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

9,50 € / 11 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,20 € / 2,20 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Valto

Kaikki lounasvaihtoehdot sisältävät leivät, levitteet, salaatin & kastikkeen ja ruokajuomat sekä kastike, pihvi yms. aterioihin perunat, riisi tai pasta. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma 20.5	 Juuressosekeitto G,L, Rieska L, Juusto G,L KELA  Kanabolognaise G,L,M, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA Kebabkiusaus G,L, Höyrytetyt parsakaalit G,L,M,Veg
--------------------------	---

Ti 21.5	 Mifu-pastapaistos L KELA  Chili con carne L,M,Täysjyväriisi G,L,M,Veg, KELA  Juustoinen uunikala G,L, Juures-perunasose G,L, Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg Hedelmäpannacotta G,L
--------------------------	--

Ke 22.5	 Kukkakaali Wings G,L,M,Veg, Mango-jogurttikastike G,L, KELA Paahdetut perunat G,L,M,Veg  Lempeä kanakeitto G,L KELA  Burgundin lihapata L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg Ohukaiset L, Kermavaahto G,L, Marjainen hillo G,L,M,Veg
--------------------------	---

To 23.5	 Pehmeä vihanneskeitto G,L, Moniviljapatonki, Hummus G,L,M,Veg KELA  Kalastajan vuoka G,L KELA Mausteiset broilerisuikaleet G,L,M, Sweet chili-kermaviilikastike G,L, Maissi-riisit G,L,M,Veg
--------------------------	--

Pe 24.5	 Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA Tonnikala-katkarapupizza L Kinkku-pepperonipizza
--------------------------	---

La 25.5	 Kermainen quorn-currykastike G,L, Ohralisäke L,M,Veg KELA Willimiehen pata G,L Sitruunakiisseli G,L,M,Veg, Vaniljakastike L
--------------------------	--

Su 26.5	 Kesäkurpitsa-pastavuoka L KELA  Mandariinibroileri G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg, Höyrytetyt porkkanat G,L,M,Veg Marja-murumalja L
--------------------------	--

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

8,50 € / 9,50 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

9,50 € / 11 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,20 € / 2,20 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Valto

Kaikki lounasvaihtoehdot sisältävät leivät, levitteet, salaatin & kastikkeen ja ruokajuomat sekä kastike, pihvi yms. aterioihin perunat, riisi tai pasta. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

**Ma
27.5**

Kasvismoussaka G,L **KELA**

Nakkikeitto G,L,M **KELA**

Kalkkunakastike G,L, Riisi-moniviljalisäke L,M,Veg,
Yrttimarinoidut kasvikset G,L,M,Veg

**Ti
28.5**

Ohrapuuro, Marjakeitto G,L,M,Veg, Juusto G,L **KELA**

Tonnikalalasangne L **KELA**

Porsaan kyljykset G,L,M, Pippuri-kermakastike L, Perunat G,L,M,Veg

**Ke
29.5**

Porkkanapannukakku L, Omena-puolukkahillo G,L,M,Veg **KELA**

Vihannes-pastasalaatti L,M


Broilerikastike L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg **KELA**

Uniperunat kasvis-ja kinkkutäytteellä G,L
Kuningatarrahka G,L

**To
30.5**

Valkopapu-juuressosekeitto G,L,M,Veg, Perunalepuska L,M,Veg **KELA**

Jauheliha-makaronilaatikko L **KELA**

Broileria gruusialaisittain G,L, Riisi-kauralisäke L,M,Veg,

Lämmin kasvis G,L,M,Veg

**Pe
31.5**

Papu-kasviskastike G,L, Ohralisäke L,M,Veg **KELA**

Tomaattikala G,L, Perunat G,L,M,Veg **KELA**

Välimeren lihapyörökät VL, Jogurttikastike G,L, Paahdetut perunat G,L,M,Veg
Jogurtti-mangomousse G,L

**La
1.6**

Pinaattipasta L **KELA**

Suikalelihakastike L,M, Perunasose G,L, Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg
MarjasMOOTHIE G,L

**Su
2.6**

Juustomestarinkiusaus G,L, Lämmin papulisäke G,L,M,Veg **KELA**

Unikirjolohi G,L,M, Kermaviilikastike G,L, Perunat G,L,M

Punaherukkakiisseli G,L,M,Veg, Rahka-kermavaahto G,L

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

8,50 € / 9,50 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

9,50 € / 11 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,20 € / 2,20 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Valto

Kaikki lounasvaihtoehdot sisältävät leivät, levitteet, salaatin & kastikkeen ja ruokajuomat sekä kastike, pihvi yms. aterioihin perunat, riisi tai pasta. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma 3.6		Vege texmex-kiusaus G,L,M,Veg KELA Jauhelihakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA Broileri-kasvispaella G,L,M
-------------------------	---	--

Ti 4.6		Meksikolainen papukeitto G,L,M,Veg KELA Cappellin kana-pastavuoka L KELA Haukipihvi G,L,M, Tartarkastike G,L, Perunasose G,L Sitruunamousse G,L
-------------------------	---	--

Ke 5.6		Feta-kasvismunakas G,L KELA Kalakeitto G,L, Ruisleipä luomu L KELA Kebab G,L,M, Kebabkastike L,M, Riisi-moniviljalisäke L,M,Veg Marjapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike L
-------------------------	---	---

To 6.6	  	Tomaattikeitto G,L, Krutonki KELA Juustoinen broilerikastike G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA Saariston savukalavuoka G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
-------------------------	---	---

Pe 7.6		Pinaattinen mifu-perunakiusaus G,L KELA Potlohko G,L,M, Höyrytetyt ruusukaalit G,L,M,Veg KELA Appelsiini-broileriwokki G,L,M, Nuudelit
-------------------------	---	--

La 8.6	 	Kikherneitä tikka masala G,L, Ohralisäke L,M,Veg KELA Stroganoff L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg Marjajogurtti G,L
-------------------------	--	---

Su 9.6		Välimeren kasviskiusaus G,L KELA Uunibroileri G,L,M, Curry-kermaviilikastike G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg Persikkarahka G,L
-------------------------	--	--



L=laktoositon, G=gluteeniton, M=maidoton Veg=vegaaninen