

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

7,60€ / 8,90 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

8,90€ / 10,50 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,10 € / 2,10 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Lounaskeidas

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

Ma 21.8	 Kreikkalainen kasvisvuoka G, L KELA  Nakkikastike L,M, Perunat G,L,M,Veg KELA  Broileripasta L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Ti 22.8	 Valkopapu-juuressosekeitto G,L,M,Veg, Krutonki KELA  Silakkapihvit L,M, Kermaviilikastike G,L, Perunasose G,L KELA Kebabkiusaus G,L, Höyrytetyt parsakaalit G,L,M,Veg Mustikka-murumalja VL
Ke 23.8	 Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA  Lempeä kanakeitto G,L KELA  Saariston savukalavuoka G,L, Paahdetut uunijuurekset G,L,M,Veg
To 24.8	 Kasvisborssikeitto G,L,M, Smetana G,L KELA  Lasagne L KELA  Slaavilainen Broileripata G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Pe 25.8	 Kahden kaalin gratiini L KELA  Kalastajan keitto G,L,M KELA  Pippurinen lihapata L, Perunat G,L,M,Veg Punaherukkavispupuuro L,M,Veg



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

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

7,60€ / 8,90 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

8,90€ / 10,50 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,10 € / 2,10 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Lounaskeidas

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

Ma
28.8

Kukkakaali wings L,M,Veg, Mango-jogurttikastike G,L **KELA**

Paahdetutu perunat G,L,M,Veg



Broilerikiusaus G,L **KELA**

Savulohipasta L, Uunipunajuuret G,L,M,Veg

Ti
29.8

Lempeä kasviskeitto G,L **KELA**

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

Appelsiini-broileriwokki G,L,M, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

Vaniljapannacotta G,L

Ke
30.8



Pesto-pasta VL **KELA**

Tonnikalamusaka G,L, Höyrytetyt kukkakaalit G,L,M,Veg **KELA**

Jauhelihapihvit L, Sweet chili-kermaviilikastike G,L, Bataatillohkot G,L,M,Veg

To
31.8



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

Jauhelihakeitto G,L,M **KELA**

Itämeren kalapuikko G,L,M, Tilli-kermaviilikastike G,L,Perunasose G,L

Omenapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike L

Pe
1.9



Porkkanapyörökät G,L, Punasipuli-kermaviilikastike G,L, **KELA**

Perunasose G,L



Italianpata L,M, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**

Lämmin broilerileipä L



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

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

7,60€ / 8,90 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)




8,90€ / 10,50 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)



2,10 € / 2,10 € Jälkiruoka




KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Lounaskeidas



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

Ma
4.9 Kikherne-kasviskiusaus G,L **KELA**
Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg **KELA**
Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg
Rapea seitipala L, Sitruunakastike L, Tilliperunat G,L

Ti
5.9  Punajuuriseikeitto, Smetana G,L **KELA**
 Lohilaatikko G,L **KELA**
 Kalkkunakastike G,L Täysjyväriisi G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Ohukaiset L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Ke
6.9  Mifu-pastapaistos L **KELA**
 Broilerikeitto G,L,M **KELA**
Possua talon tapaan G,L,M, Kermaperunat G,L, Hunajaiset juurekset G,L,M

To
7.9  Kermainen quorn-currykastike G,L, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**
 Liha-spagettivuoka L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
 Koskenlaskija kalakeitto G,L

Pe
8.9  Tarhurin kasvispata G,L **KELA**
 Tonnikalakastike L, Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**
Mausteiset broilerisuikaleet G,L,M, Curry-kermaviilikastike G,L,
Maissi-riisit G,L,M
Suklaakiisseli G,L, Vadelmasose G,L,M,Veg



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

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

7,60€ / 8,90 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

8,90€ / 10,50 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,10 € / 2,10 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Lounaskeidas

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

Ma 11.9	  Keltainen papucurry G,L, Vehnänjyvät L,M,Veg KELA  Lihakeitto G,L,M KELA Haukipihvit L, Tartarkastike G,L, Perunat G,L,M,Veg Puolukkavahto G,L
Ti 12.9	 Maapähkinä-bataattikeitto G,L,M, Riisipiirakka L KELA  Tonnikalapasta L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA Ryynimakkara L, Perunasose G,L, Marjainen puolukkahillo G,L,M,Veg
Ke 13.9	  Kasviskaalilaatikko G,L,M,Veg, Marjainen puolukkahillo G,L,M,Veg KELA  Broilerikastike L, Ohralisäke G,L,M,Veg KELA  Potlohko G,L,M, Hunajaiset juurekset G,L,M
To 14.9	 Juusto-kasviskastike L, Perunat G,L,M,Veg KELA  Jauheliha-makaronilaatikko L KELA  Kalkkunarisotto G,L,M, Sekavihannes G,L,M,Veg Appelsiini kiisseli G,L,M,Veg
Pe 15.9	  Vaalea vihanneskeitto G,L, Täysjyväämpylä L,M KELA Tomaattikala G,L, Perunasose G,L KELA  Riistakiusaus G,L, Höyrytetyt parsakaalit G,L,M,Veg



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

Lounashinnat henkilökunta / ulkopuoliset asiakkaat

7,60€ / 8,90 € Kasvislounas sis.kasvislounasvaihtoehdon (ei jr)

8,90€ / 10,50 € Sisältää kaikki lounasvaihtoehdot valintasi mukaan (ei jr)

2,10 € / 2,10 € Jälkiruoka

KELA = Kela tuettu opiskelija-ateria / Henkilöstöravintola Lounaskeidas

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

Ma
18.9



Juussosekeitto G,L, Perunalepuska L **KELA**



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

Kanaa tomaatti-voikastikkeessa G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

Ti
19.9

Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Perunat G,L,M,Veg **KELA**

Cappelin kana-pastavuoka L **KELA**

Lammaspata L,M, Vehnänjyvät L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Marja-murumalja

Ke
20.9

Hernepihvit G,L,M,Veg, Kermakastike L **KELA**

Porkkana-perunasose G,L



Kalakeitto G,L **KELA**

Makkarapyttipannu G,L Paistettu kananmuna G,L

To
21.9



Kasvislasagne L **KELA**



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

Juustoinen uunikala L, Perunat G,L,M,Veg

Ruusunmarjarahka G,L

Pe
22.9



Pinaattikeitto L, Kananmuna, Riisipiirakka L **KELA**



Kirjolohikiusaus G,L **KELA**

Persikkainen broilerikastike L, Riisi-moniviljalisäke L,M,Veg,

Lämmin Kasvis G,L,M,Veg



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