

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
9.10



Maapähkinä-bataattikeitto G,L,M, Krutongit **KELA**
Cappellin kana-pastavuoka L **KELA**
Kirjolohimurekepihvi G,L, Kermaviilikastike G,L, Tilliperunat G,L

Ti
10.10



Feta-kasvismunakas G,L **KELA**
Jauhelihakastike L,M,Perunat G,L,M,Veg **KELA**
Slaavilainen Broileripata G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

Ke
11.10



Lempeä kasviskeitto G,L, Täysjyväsämpylä L,M **KELA**
Tomaattikala G,L, Perunasose G,L **KELA**
Pippurinen lihapata L, Ohralisäke L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Puolukkapiirakka L, Vaniljavaahto L

To
12.10



Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**
Kalkkunakastike G,L, Vehnänjyvät L, M,Veg **KELA**
Potlohko G,L,M, Uunijuurekset G,L,M,Veg

Pe
13.10



Vegepuikko L,M,Veg, Jogurttikastike G,L,Paahdetut perunat G,L,M,Veg **KELA**
Broilerikeitto G,L,M **KELA**
Saariston savukalavuoka G,L, Uunipunajuuret G,L,M,Veg
Vaniljapannacotta G,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
16.10

Pesto-pasta VL **KELA**

Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Hunajaiset juurekset G,L,M **KELA**



Kalaleike, Tilli-kermaviilikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg

Ti
17.10



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



Lohilaatikko G,L **KELA**

Broilerin koipireisi G,L, Curry-kermaviilikastike G,L, Maissi-riisit G,L,M,Veg

Ke
18.10



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



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



Kebabkiusaus G,L, Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg

Ruusunmarjarahka G,L

To
19.10



Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg,Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**

Jauheliha-perunalaatikko G,L,M, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**

Koskenlaskijan kalakeitto G,L

Omenapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike L

Pe
20.10



Punajuurisosekeitto G,L, Smetana G,L **KELA**

Tonnikala-katkarapupizza L

Kinkku-pepperonipizza



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
23.10



Juuressosekeitto G,L, Riisiپییرakka L, Juusto G,L **KELA**
Willimiehenpata G,L **KELA**
Silakkapihvi L,M, Sitruuna-aioli G,L, Tilliperunat G,L

Ti
24.10



Kasvisohratto L **KELA**



Kanabolognaise G,L,M,Täysjyvápasta L,M,Veg **KELA**



Possua talon tapaan G,L,M, Kermaperunat G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Ke
25.10



Härkäpapu-bolognaise G,L,M,Veg, Perunat G,L,M,Veg **KELA**



Tonnikalamusaka G,L **KELA**

Riistakäristys G,L,M, Marjainen puolukkahillo G,L,M,Veg, Perunasose G,L
Marja-murumalja

To
26.10



Mifu-pastapaistos L **KELA**



Hernekeitto G,L,M **KELA**

Kanaa tomaatti-voikastikkeessa G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg
Pannukakku L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Pe
27.10

TexMex Siemen-kasvispyörykkä G,L,M,Veg, Mango-jogurttikastike G,L **KELA**

Paahdetut perunat G,L,M,Veg



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



Savunmakuinen lohikeitto G,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 Punajuuririsotto G,L **KELA**
30.10  Curryporsas L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
 Kermainen lohi-kasvispannu G,L

Ti Mausteinen kurpitsakeitto G,L,M, Perunalepuska L **KELA**
31.10  Broilerikiusaus G,L **KELA**
Lihamureke L,M, Sienikastike L, Perunasose G,L
Lakritsimousse G,L

Ke  Kikherneitä tikka masala G,L, Ohralisäke L,M,Veg **KELA**
1.11  Kinkku-kasvisvuoka G,L **KELA**
 Juustoinen uunikala L, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

To Vaalea vihanneskeitto G,L, Jogurttiraita G,L **KELA**
2.11  Kaalilaatikko G,L,M, Puolukkasurvos G,L,M,Veg **KELA**
 Persikkainen broilerikastike L, Riisi-moniviljalisäke L,M,Veg,
Höyrytetyt porkkanat G,L,M,Veg

Pe  Kermainen quorn-currykastike G,L, Perunat G,L,M,Veg **KELA**
3.11  Kalastajan keitto G,L,M **KELA**
Makkarapyttipannu G,L, Paistettu kananmuna G,L
Marjapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike G,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
6.11



Kasvismoussa G,L **KELA**



Juustoinen broilerikastike G,L, Riisi-moniviljalisäke L,M,Veg **KELA**

Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Lapin ukon keitto G,L

Ti
7.11



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



Jauheliha-makaronilaatikko L **KELA**

Haukipihvit G,L,M, Tartarkastike G,L, Tilli-sitruunaperunat G,L,M,Veg

Suklaakiisseli G,L

Ke
8.11



Bataatti-juurespihvi G,L,M, Sweet chili-kermaviilikastike G,L **KELA**

Perunaa Talon tapaan G,L,M



Lempeä kanakeitto G,L **KELA**



Stroganoff L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Kuningatarrahka G,L

To
9.11



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

Tonnikalapasta L **KELA**

Uunimakkara G,L, Perunasose G,L

Pe
10.11



Juusto-kasviskastike L, Perunat G,L,M,Veg **KELA**



Italianpata G,L,M **KELA**



Kirjolohikiusaus G,L, Uunipunajuuret G,L,M,Veg



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