

**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**  
 Kirjolahimurekepihvi 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**       Juuressosekeitto G,L, Riisipiirakka L, Juusto G,L **KELA**  
**23.10**      Willimiehenpata G,L **KELA**  
Silakkapihvi L,M, Sitruuna-aioli G,L, Tilliperunat G,L



---

**Ti**       Kasvisohratto L **KELA**  
**24.10**       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**       Härkäpapu-bolognaise G,L,M,Veg, Perunat G,L,M,Veg **KELA**  
**25.10**       Tonnikalamusaka G,L **KELA**  
Riistakäristys G,L,M, Marjainen puolukkahillo G,L,M,Veg, Perunasose G,L  
Marja-murumalja

---

**To**       Mifu-pastapaistos L **KELA**  
**26.10**       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**      TexMex Siemen-kasvispyörykkä G,L,M,Veg, Mango-jogurttikastike G,L **KELA**  
**27.10**      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 &amp; kastikkeen ja ruokajuomat sekä kastike, pihvi yms. aterioihin perunat, riisi tai pasta. Kahvi/tee sisältyy hintaan.




---

<b>Ma</b> <b>30.10</b>	 Punajuuririsotto G,L <b>KELA</b>  Curryporsas L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg <b>KELA</b>  Kermainen lohi-kasvispannu G,L
---------------------------	---




---

<b>Ti</b> <b>31.10</b>	 Mausteinen kurpitsakeitto G,L,M, Perunalepuska L <b>KELA</b>  Broilerikiusaus G,L <b>KELA</b> Lihamureke L,M, Sienikastike L, Perunasose G,L Lakritsimousse G,L
---------------------------	---



---

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

---

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

---

<b>Pe</b> <b>3.11</b>	 Kermainen quorn-currykastike G,L, Perunat G,L,M,Veg <b>KELA</b>  Kalastajan keitto G,L,M <b>KELA</b> 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**



Kasvismoussaka 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-juuresspihvi G,L,M, Sweet chili-kermaviilikastike G,L **KELA**

Perunaa Talon tapaan G,L,M



Lempää 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