

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 Lounaskeidas

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

Ma
22.1



Kasvisborssikeitto G,L,M, Smetana G,L **KELA**

Cappellin kana-pastavuoka L **KELA**



Haukipihvi G,L,M, Kermaviilikastike G,L,
Tilliperunat G,L

Ti
23.1



Mifu-pastapaistos L **KELA**



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

Lämmin broilerileipä L

Marjajogurtti G,L

Ke
24.1



Aurinkoinen bataattikeitto G,L, Inkiväärijogurtti G,L **KELA**



Tomaattikala G,L, Perunasose G,L **KELA**



Pippurinen lihapata L, Ohraisaake L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

To
25.1



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



Vihannes-pastasalaatti L,M



Kalkkunakastike G,L, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**



Potlohko G,L,M

Pe
26.1



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



Broilerikeitto G,L,M **KELA**



Saariston savukalavuoka G,L, Uunipunajuuret G,L,M,Veg

Hedelmärahka G,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 Lounaskeidas

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



Ma
29.1

 Värikäs risotto G,L **KELA**
 Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Höyrytetyt porkkanat G,L,M,Veg **KELA**
 Itämeren kalapuikot G,L,M Tartarakastike G,L, Perunat G,L,M,Veg




Ti
30.1

 Papu-kasviskastike G,L, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**
 Lohilaatikko G,L **KELA**
 Broilerin koipireisi G,L, Sitruuna-aioli G,L, Maissi-riisit G,L,M,Veg



Ke
31.1

 Ohrapuuro L, 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
1.2

 Fenkolisosekeitto G,L, Täysjyväsämpylä L, M **KELA**
 Jauheliha-perunalaatikko G,L,M **KELA**
 Tonnikalakastike L, Täysjyväpasta L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Pe
2.2

 Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg, Riisi-Kauralisäke L,M,Veg **KELA**
 Kalakeitto G,L
Välimeren lihapyörökät VL, Jogurttikastike G,L, Bataattilohkot G, L, M
Omenapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike G,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 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**
5.2 Rune-  Willimiehenpata G,L
bergin
pvä Rapea seitipala L, Tilli-kermaviilikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg
Runebergintorttu

Ti  Kahden kaalin gratiini L **KELA**
6.2  Kanabolognaise G,L,M,Täysjyväpasta L,M,Veg, **KELA**
Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Uniperunat kasvis-ja kinkkutäytteellä G,L

Ke  Säskylän kasvispyörökät G,L,M, Punasipuli-kermaviilikastike G,L, **KELA**
7.2 Perunasose G,L
Tonnikalamusaka G,L **KELA**
 Stroganoff L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

To  Mifu-perunalaatikko G,L **KELA**
8.2  Lihakeitto G,L,M **KELA**
Kanaa tomaatti-voikastikkeessa G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg,
Kukkakaali-porkkana-paprikalisäke G,L,M,Veg

Pe  Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Perunat G,L,M,Veg **KELA**
9.2  Broileripasta L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
Imatran Inkerin lohikeitto G,L
Appelsiiniriisi G,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 Lounaskeidas


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

Ma		Pinaattikeitto L, Kananmuna G,L,M, Riisipiirakka L KELA
12.2		Curryporsas L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA
		Kermainen lohi-kasvispannu G,L

Ti		Feta-kasvismunakas G,L KELA
13.2		Hernekeitto L,M KELA
Laskiais		Mandariinibroileri G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg
tiistai		Laskiaispulla L

Ke		Punajuurisorotto G,L KELA
14.2		Kinkku-kasvisvuoka G,L
Ystävän		Juustoinen uunikala L, Perunasose G,L, KELA
pvä		Kukkakaali-parsakaalilisäke G,L,M,Veg
		Marja-murumalja L

To		Kasvisosekeitto G,L, Täysjyväsämpylä L,M,Veg KELA
15.2		Kaalilaatikko G,L,M, Puolukkasurvos G,L,M,Veg KELA
		Hunajainen broilerihöystö G,L,M, Riisi-kauralisäke L,M,Veg,
		Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Pe		Härkiskastike G,L,M, Ohralisäke L,M,Veg KELA
16.2		Kalastajan keitto G,L,M KELA
		Glaseerattua possua G,L,M, Kermaperunat G,L, Uunijuurekset G,L,M,Veg
		Marjapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike G,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 Lounaskeidas

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

Ma
19.2



Kasvismoussaka G,L **KELA**



Persikkainen broilerikastike L, Riisi-moniviljalisäke L,M,Veg **KELA**
Lämmin kasvis G,L,M,Veg



Savunmakuinen lohikeitto G,L

Ti
20.2



Basilika-hernesosekeitto G,L, Patonki L **KELA**

Jauheliha-makaronilaatikko L **KELA**

Mantelikala L, Tsatsiki G,L, Perunasose G,L,

Suklaakiisseli G,L, Mansikkasose G,L,M,Veg

Ke
21.2



Batatti-juurespihvit G,L,M Sweet chili-kermaviilikastike G,L **KELA**

Perunaa Talon tapaan G,L,M



Lempeä kanakeitto G,L **KELA**



Burgundin lihapata L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Kuningatarrahka G,L

To
22.2



Meksikolainen papukeitto G,L,M,Veg **KELA**

Tonnikalalasangne L **KELA**

Uunimakkara G,L, Perunasose G,L, Höyrytetyt porkkanat G,L,M,Veg

Pe
23.2



Kermainen quorn-currykastike G,L, Perunat G,L,M,Veg **KELA**



Kirjolohikiusaus G,L, Punajuuret G,L,M,Veg **KELA**



Slaavilainen broileripata G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg



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