

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	  	Punajuuriseosekeitto G,L, Smetana G,L, KELA
7.10.		Jauhelihakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg KELA
		Tomaattikala G,L, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvislisäke G,L,M,Veg



Ti	 	Härkäpapu-bolognaise G,L,M,Veg, Ohralisäke L,M,Veg KELA
8.10.		Broileripasta L, Lämmin kasvislisäke G,L,M,Veg KELA
		Kaalikäryleet G,L,M, Ruskea kastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Puolukkahillo G,L,M,Veg

Ke	  	Kasvis-papuvuoka G,L KELA
9.10.		Sitruunainen kala L, Perunat G,L,M,Veg KELA
		Pippurinen lihapata L, Perunasose, G,L, Hapankaali G,L,M,Veg Kuningatarraha G,L

To	  	Kasvislasagne L, Höyrytetyt parsat ja kukkakaalit G,L,M,Veg KELA
10.10.		Hernekeitto L,M KELA
		Mandariinibroileri G,L, Ohralisuke L,M,Veg, Höyrytetyt parsat ja kukkakaalit G,L,M, Pannukakku L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Pe		Keltainen vihanneskeitto G,L, Raejuusto G,L KELA
11.10.		Kirjolohikiusaus G,L, KELA Uuniperunat G,L,M,Veg, Broileritäyte G,L, Kasvistäyte G,L

La	 	Porkkanapyörykät G,L, Mango-jogurttikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg KELA
12.10.		Kinkkukastike L, Perunat G,L,M,Veg, Maustekurkkuviipaleet G,L,M,Veg Jäätelö G,L, Marjainen hillo G,L,M,Veg

Su	 	Pinaattipasta L KELA
13.10.		Pedron kanapata G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg, Lämmin kasvislisuke G,L,M,Veg, Omena-kanelirahka 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 Valto

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




Ma
14.10.

 Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg, Täysjyväriisi G,L,M,Veg **KELA**
 Juusto-kalkkunakeitto G,L **KELA**
 Suikalelihakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Paahdetut kasvikset G,L,M,Veg
 Mustikkajogurtti G,L




Ti
15.10.

 Juuressosekeitto G,L, Siemensekoitus G,L,M,Veg **KELA**
 Tonnikalapasta L, Uunipunajuuret G,I,M,Veg **KELA**
 Broileripyörökät L,M, Curry-kermakastike L, Vehnänjyvät L,M,Veg




Ke
16.10.

 Ohrapuuro, Marjakeitto G,L,M,Veg, Juusto G,L **KELA**
 Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Höyryteyt porkkanat G,L,M,Veg **KELA**
 Kermainen lohi-kasvispannu G,L
 Vadelmarahka G,L



To
17.10.

 Pesto-pasta VL, Parmesan juusto G,VL **KELA**
 Silakkapihvit L,M, Kermaviilikastike G,L, Perunasose G,L **KELA**
 Sitruunalohkot G,L,M,Veg
 Willimiehen pata G,L


Pe
18.10.

 Porkkanapannukakku L, Omena-puolukkahillo G,L,M, Perunasalaatti G,L **KELA**
 Kaalilaatikko G,L,M, Marjainen puolukkahillo G,I,M,Veg **KELA**
 Hunajainen broilerhöystö G,L,M, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

La
19.10.

 Kasvimoussaka G,L **KELA**
 Lohikeitto G,L, Saaristolaisleipä
 Omenapaistos L,M, Veg, Vaniljavaahto G,L

Su
20.10.

 Juusto-kasviskastike L, Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**
 Ylikypsää possun niskaa G,L,M, Kermaperunat G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Hedelmäsalaatti G,I,M,Veg, Kermavaahto 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 Valto


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


Ma  Kasvisohratto L **KELA**
21.10.  Broilerikastike G,L,M, Perunat G,L,M,Veg, Rakuuna porkkanat G,L,M,Veg **KELA**
 Lapin ukon keitto G,L, Rieska L



Ti  Meksikolainen papukeitto G,L,M,Veg **KELA**
22.10. Jauhelihakiusaus G,L, Maustekurkut G,L,M,Veg **KELA**
 Kalaleike L, Tilli-kermaviilikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg

Ke Kukkakaali wings G,L,M,Veg, Sweet chili-kermaviilikastike G,L **KELA**
23.10. Paahdetut perunat G,L,M,Veg
 Lempeä kanakeitto G,L **KELA**
 Burgundin lihapata L,M, Perunat G,L,M,Veg, Uunijuurekset G,L,M,Veg
 Ohukaiset L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

To  Linssikeitto G,L,M,Veg, Moniviljapatonki L,M,Veg **KELA**
24.10.  Juustoinen uunikala L, Perunat G,L,M,Veg **KELA**
 Appelsiini-broileriwokki G,L,M, Täysjyvänuudelit L,M
 Suklaakiisseli G,L, Vadelmahillo G,L,M,Veg

Pe  Kikherneitä tikka-masala G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg, **KELA**
25.10. Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Lasagne L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
 Broileria gruusialaisittain G, L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

La Punajuuririsotto G,L **KELA**
26.10.  Stoganoff L,M, Perunasose G,L, Sienisalaatti G,L
 Omena-kanelikiisseli G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Su  Basilika-tomaattipasta L **KELA**
27.10.  Uunikirjolohi G,L,M, Jogurttikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg,
 Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Sitruunamousse 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 Valto

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

Ma 28.10.	 	Mausteinen kurpitsakeitto G,L,M,Veg, Jogurttiraita G,L KELA Tommaattinen jauhelihakastike L,M, Täysjyväpagetti/Perunat KELA Potlohko G,L,M, Lämmin vihannes G,L,M,Veg
Ti 29.10.		Juures-härkäpapuvuoka G,L KELA Tonnikalakastike L, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA Välimeren lihapyörökät VL, Jogurttikastike G,L, Parmesanperunat G,VL Puolukkarahka G,L
Ke 30.10.		Keltainen papucurry G,L, Vehnänjyvät L,M,Veg KELA Broileri-sinhomejuustopizza Kinkku-pepperonipizza
To 31.10.	 	Kasvis-makaronilaatikko L KELA Lihakeitto G,L,M Hunajainen lohi G,L, Perunat G,L,M,Veg, Ruusukaalit G,L,M,Veg KELA Kuningatarpaistos L,M,Veg, Jäätelö G,L
Pe 1.11.	 	Pinaattiohukaiset L, Puolukkahillo G,L,M,Veg, KELA Hedelmäinen juustosalaatti L Moussaka G,L, Lämmin vihannes G,L,M,Veg KELA Koskenlaskijan kalakeitto G,L, Ruiskolmio
La 2.11.		Juustomestarinkiusaus G,L KELA Uunikalkkuna G,L,M, Curry-kermakastike L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg Lämmin kasvislisäke G,L,M,Veg Suklaamousse G,L
Su 3.11.		Mifu-pastapaistos L KELA Jauhelihipihvit L,M, Haudutetut sipulit G,L,M,Veg, Ruskea kastike L,M, Perunasose G,L Mustikkakiisseli G,L,M,Veg, Rahka-kermavaahto 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 Valto


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


Ma  Vege texmex-kiusaus G,L,M,Veg **KELA**
4.11.  Kanabolognaise G,L,M, Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**
  Merimiespihvit talon tapaan G,L,M, Lämmin vihannes G,L,M,Veg


Ti  Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**
5.11.  Jauheliha-makaronilaatikko L **KELA**
  Kalapyörykät G,L, Juures-perunasose G,L, Kermaviilikastike G,L,

Ke  Kasvissosekeitto G,L, Krutongit L,M **KELA**
6.11. Kebabkiusaus G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
 Uunibroileri G,L,M, Curry-kermaviilikastike G,L, Maissi-riisit G,L,M,Veg
 Hedelmärahka G,L

To  Kesäkurpitsa-pastavuoka L **KELA**
7.11. Uunimakkara G,L, Perunasose G,L, Sinappi-kurkkurelish **KELA**
  Savunmakuinen lohikeitto G,L, Luomu ruisleipä

Pe Basilika-hernesosekeitto G,L, Lepuska M **KELA**
8.11.  Broilerikiusaus G,L Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg **KELA**
 Lihamureke L,M, Sienikastike L, Perunat, G,L,M,Veg
 Maitokiisseli G,L, Marjainen hillo G,L,M,Veg

La Chili sin carne L,M,Veg, Täysjyväriisi G,L,M,Veg **KELA**
9.11.  Tonnikalamusaka G,L, Lämmin vihannesekeitto G,L,M,Veg
 Jogurtti-mangomousse G,L

Su  Puutarhurin pasta L **KELA**
10.11. Karjalanpaisti G,L,M, Perunat G,L,M,Veg, Uunijuurekset G,L,M,Veg
 Täytekakku L



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