

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  Mausteinen kurpitsakeitto G,L,M, Jogurttiraita G,L **KELA**
11.11.  Tomaattikala G,L, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvislisäke G,L,M,Veg **KELA**

Ti Vegenakkikastike L,M,Veg, Perunat L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
12.11. Lindströminpihvit L,M, Ruskea kastike L,M, Haudutetut sipulit G,L,M,Veg **KELA**
Perunat G,L,M,Veg

Ke Kasvis-papuvuoka G,L **KELA**
13.11.  Sipulinen uunipalapaisti L,M, Perunasose G,L, Hapankaali G,L,M,Veg **KELA**
Puolukkarahka G,L

To  Kasvislasagne L, Parsakaali **KELA**
14.11.  Broilerin marinoidut koipireidet G,L,M, Curry-kermaviilikastike G,L **KELA**
Paahdetut perunat G,L,M,Veg
Pannukakku L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Pe  Kasvis-kaalikeitto G,L,M,Veg **KELA**
15.11. Mausteiset broilerisuikaleet G,L,M, Sweet chili-kermaviilikastike G,L, **KELA**
Maissi-riisit G,L,M,Veg



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  Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg, Täysjyväriisi G,L,M,Veg **KELA**
18.11.  Lihapyörykät G,L,M, Sinappi-kermakastike L, Perunasose G,L **KELA**
Paahdetut kasvikset G,L,M,Veg
Mustikkajogurtti

Ti  Juuressosekeitto G,L, Siemensekoitus G,L,M,Veg **KELA**
19.11.  Hedelmäinen possupata L,M, Perunat G,L,M,Veg, **KELA**

Ke  Mannapuuro, Marjakeitto G,L,M,Veg, Juusto G,L **KELA**
20.11.  Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvislisäke G,L,M,Veg **KELA**
Vadelmarahka G,L

To Pesto-pasta VL, Parmesan juusto G,VL **KELA**
21.11. Silakkapihvit L,M, Kermaviilikastike G,L, Perunasose G,L **KELA**
Sitruunalohkot G,L,M,Veg

Pe  Kasvistäytteiset ohukaiset L **KELA**
22.11.  Broileritäytteiset ohukaiset L **KELA**



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  Kasvisohratto L **KELA**
25.11.  Broilerikastike G,L,M, Perunat G,L,M,Veg, Rakuuna porkkanat G,L,M,Veg **KELA**

Ti  Pinaattikeitto L, Kananmuna G,L,M, **KELA**
26.11. Broileri BBQ-kastikkeessa L,M, Riisi-kauralisäke L,M,Veg **KELA**
Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg
Mangorahka G,L

Ke  Kasvis-pastapaistos L **KELA**
27.11.  Riistakäristys G,L,M, Perunasose G,L, Uunijuurekset G,L,M,Veg **KELA**
Puolukkasurvos G,L,M,Veg
Ohukaiset L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

To  Maapähkinä-bataattikeitto G,L,M, Moniviljapatonki L,M,Veg **KELA**
28.11.  Juustoinen uunikala L, Perunat G,L,M,Veg **KELA**

Pe  Kikherneitä tikka-masala G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg, **KELA**
29.11. Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Hampurilainen talon tapaan L, Lohkoperunat G,L,M,Veg **KELA**



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		Lempeä kasviskeitto G,L KELA
2.12.		Potlohko G,L,M, Lämmin vihannes G,L,M,Veg KELA

Ti		Juures-härkäpapuvuoka G,L KELA
3.12.		Välimeren lihapyörökät VL, Jogurttikastike G,L, Parmesanperunat G,VL KELA
		Kaneli-puolukkapannacotta G,L

Ke		Pinaattiohukaiset L, Kipparin perunasalaatti G,L, KELA
4.12.		Marjainen mustaherukkahillo
		Hunajainen lohi G,L, Perunat G,L,M,Veg, Ruusukaalit G,L,M,Veg KELA

To		Chili sin carne L,M,Veg, Riisi-moniviljaseos L,M,Veg KELA
5.12.		Karjalanpaisti G,L,M, Perunat G,L,M,Veg, Porkkanalaatikko G,L KELA
		Talvikakku 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  Vege texmex-kiusaus G,L,M,Veg **KELA**
9.12.  Kanabolognaise G,L,M, Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**

Ti  Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**
10.12.  Haukipihvit G,L,M, Tilli-kermaviilikastike G,L, Pinaatti-perunasose G,L **KELA**

Ke  Kasvisseikeitto G,L, Krutongit L,M **KELA**
11.12. Kebab G,L,M, Kebabkastike G,L,M, Riisi-moniviljaseos L,M,Veg **KELA**
Hedelmärahka G,L

To  Kesäkurpitsa-pastavuoka L **KELA**
12.12. Uunimakkara G,L, Perunasose G,L, Sinappi-kurkkurelish **KELA**

Pe Tofu-currykeitto G,L,M,Veg, Lepuska M **KELA**
13.12. Lihamureke L,M, Sienikastike L, Perunat, G,L,M,Veg **KELA**
Maitokiisseli G,L, Marjainen hillo G,L,M,Veg



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