

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	  	Lempää kasviskeitto G,L KELA
24.2.		Jauhelihakastike L,M, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA
		Tomaattikala G,L, Perunat G,L,M,Veg, Yrttimarinoidut kasvikset G,L,M,Veg

Ti	  	Härkäpapu-bolognaise G,L,M,Veg, Riisi-ohraseos L,M,Veg KELA
25.2.		Broileripasta L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA
		Ranskalainen lihapata G,L,M, Perunat G,L,M,Veg Apelsiiniriisi G,L

Ke		Porkkanasosekeitto G,L, Raejuusto G,L, Perunalepuska L,M,Veg KELA
26.2.		Tonnikala-katkarapupizza L KELA
		Kinkku-pepperonipizza L

To	  	Kasvislasagne L, Parsakaalit G,L,M,Veg KELA
27.2.		Lihakeitto G,L,M KELA
		Lempään tulinen uunikala G,L, Perunasose G,L, Parsakaalit G,L,M,Veg Puolukkarahka G,L

Pe	 	Papu-kasviskastike G,L, Kauranjyvälisuke L,M,Veg KELA
28.2.		Gulassikeitto G,L,M, Rieska
		Lohilaatikko G,L, Paahdetut hunajaiset punajuuret ja porkkanat G,L,M KELA

La		Vegepuikot L,M,Veg, Mango-jogurttikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg KELA
1.3.		Kinkkukastike L, Perunat G,L,M,Veg, Maustekurkkuviipaleet G,L,M,Veg
		Sitruuna-masikkakiisseli G,L,M,Veg, Rahka-kermavaahto G,L

Su		Kasvis-makaronilaatikko L KELA
2.3.		Pedron kanapata G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg, Lämmin kasvislisäke 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
3.3.  Punajuurisosekeitto G,L, Smetana G,L, Perunapiirakka L **KELA**
 Cappellin kana-pastavuoka L **KELA**
 Palapaisti L,M, Perunat G,L,M,Veg, Ruusukaalit G,L,M,Veg


Ti
4.3.  Chili sin carne L,M,Veg, Riisi-moniviljaseos L,M,Veg **KELA**
 Hernekeitto L,M **KELA**
 Tonnikalapasta L, Uunipunajuuret G,L,M,Veg
Laskiaispulla L

Ke
5.3.  Linssikeitto G,L,M,Veg, Moniviljapatonki L,M,Veg **KELA**
Makkarakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, **KELA**
Höyrytetyt kukka- ja parsakaalit G,L,M,Veg
Appelsiini broileriwokki G,L,M, Täysjyvänuudelit L,M
Suklaakiisseli G,L, Vadelmahillo G,L,M,Veg

To
6.3.  Kahden kaalin gratiini L **KELA**
Silakkapihvit L,M, Kermaviilikastike G,L, Perunasose G,L, **KELA**
Sitruunalohkot G,L,M,Veg
 Willimiehenpata G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Pe
7.3.  Kermainen quorn-currykastike G,L,M, Riisi-ohraseos L,M,Veg **KELA**
 Kaalilaatikko G,L,M, Marjainen puolukkahillo G,L,M,Veg **KELA**
Mausteiset broilersuikaleet G,L,M, Sweet chili-kermaviilikastike G,L
Riisi-ohraseos L,M,Veg

La
8.3.  Kasvimoussaka G,L **KELA**
 Lohikeitto G,L, Saaristolaisleipä
Omenapaistos L,M,Veg, Jäätelö G,L

Su
9.3.  Kikherneitä tikka masala G,L, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**
Ylikypsää possun niskaa G,L,M, Kermaperunat G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
Hedelmäsalaatti G,L,M,Veg, Vaniljavaahto 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		Juuressosekeitto G,L, Perunalepuska L,M,Veg KELA
10.3.		Broilerikastike L, Riisi-kauraseos L,M,Veg, Rakuuna porkkanat G,L,M,Veg KELA Savulohipasta L



Ti		Falafelpuikot G,L,M, Tsatsiki G,L, Lohkoperunat G,L,M,Veg KELA
11.3.		Jauhelihakiusaus G,L KELA
		Kalakeitto G,L, Ruisnapit L,M,Veg Mangorahka

Ke		Härkiskastike G,L,M, Perunat G,L,M,Veg KELA
12.3.		Lempeä kanakeitto G,L KELA
		Lindströminpihvit L,M, Hauduteut sipulit G,L,M,Veg, Ruskea kastike L,M Perunat G,L,M,Veg Ohukaiset L, Marjainen hillo G,L,M,Veg

To		Kasvisminestronekeitto L,M,Veg, Riisipiirakka L KELA
13.3.		Juustoinen uunikala L, Perunat G,L,M,Veg, Haudutettu punakaali G,L,M,Veg KELA
		Hedelmäinen possupata L,M, Perunat G,L,M,Veg

Pe		Keltainen papucurry G,L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA
14.3.		Lasagne L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA
		Broileria BBQ-kastikkeessa L,M, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

La		Vege texmex-kiusaus G,L,M,Veg KELA
15.3.		Stroganoff L,M, Perunasose G,L, Sienisalaatti G,L Omena-kanelikiisseli G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Su		Kasvis-pastapaistos L KELA
16.3.		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 17.3.	 Vegebolognese G,L,M,Veg, Täysjyväpagetti L,M,Veg KELA  Potlohko G,L,M, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA  Koskenlaskijan kalakeitto G,L
Ti 18.3.	 Pinaattikeitto L, Kananmuna KELA  Tonnikalakastike L, Täysjyväpasta L,M,Veg KELA Moussaka G,L, Coctailkurkut G,L,M,Veg Kaneli-puolukkapannacotta G,L
Ke 19.3.	 Ohrapuuro, Vadelmakeitto G,L,M,Veg, Juusto G,L KELA  Broileririsotto G,L,M KELA Paahdettu kukkakaali-porkkana-paprikalisäke G,L,M,Veg  Sipulinen uunipalapaisti L,M, Perunasose G,L
To 20.3.	 Basilika-tomaattipasta L KELA Juusto-kalkkunakeitto G,L KELA Uuniperunat G,L,M,Veg, Kasvis- ja kinkkutäytteellä G,L Kunigatarpaistos L,M,Veg, Vaniljavaahto G,L
Pe 21.3.	 Porkkanapannukakku L, Omena-puolukkahillo G,L,M,Veg KELA Hedelmäinen juustosalaatti L  Tomaattinen jauhelihakastike L,M, Täysjyväpagetti L,M,Veg KELA Lämmin kasvis G,L,M,Veg  Hunajainen lohi G,L, Perunat G,L,M,Veg
La 22.3.	 Juustomestarinkiusaus G,L, Lämmin papulisäke G,L,M,Veg KELA  Curry-kalkkunakastike L,M, Täysjyväriisi G,L,M,Veg Lämmin papulisäke G,L,M,Veg Suklaamousse G,L
Su 23.3.	 Värikäs kasviskastike G,L,M,Veg, Perunat G,L,M,Veg 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 24.3.		Pinaattinen mifu-perunakiusaus G,L KELA Kanabolognaise G,L,M, Täysjyväpasta L,M,Veg, KELA Lämmin kasvislisäke G,L,M,Veg Siskonmakkarakeitto G,L,M
Ti 25.3.	 	Aurinkoinen tofu-kasviskeitto G,L,M,Veg, Porkkana-riisipiirakka L KELA Perinteinen jauheliha-makaronilaatikko L KELA Kalaleike L, Tilli-kermaviilikastike G,L, Perunat G,L,M,Veg
Ke 26.3.	 	Kasvissosekeitto G,L, Jogurttiraita G,L KELA Persikkainen broilerikastike L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA Glaseerattua possua G,L,M, Yrttiset peruna-uunijuurekset G,L,M,Veg Hedelmärahka G,L
To 27.3.	 	Willimiehen juuresvuoka L,M,Veg, Kaurafraiche L,M,Veg KELA Uunimakkara G,L, Perunasose G,L, Sinappi-kurkkurelish KELA Savun makuinen lohikeitto G,L, Ruiskolmio L,M,Veg
Pe 28.3.	 	Tomaattinen kasviskastike G,L,M,Veg, Perunat G,L,M,Veg KELA Broilerikiusaus G,L, Punajuurilohkot 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 29.3.	 	Kasvis-nuudeliwokki L,M KELA Tonnikalamusaka G,L, Lämmin vihannesekoitus G,L,M,Veg Jogurtti-mangomousse G,L
Su 30.3.	 	Kasvis-papupasta L KELA Karjalanpaisti G,L,M, Perunat G,L,M,Veg, Uunijuurekset G,L,M,Veg Puolukkakiisseli G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L



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