

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, kastikeen, pihvin sekä aterian energialisäkkeen. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma
10.11

 Valkopapu-juuressosekeitto G,L,M,Veg, Raejuusto G,L **KELA**
 Broileririsotto G,L,M **KELA**
 Burgundin lihapata L,M, Perunat G,L,M,Veg, Höyrytetty ruusukaalit G,L,M,Veg

Ti
11.11

 Keltainen papucurry G,L, Kauranjyvät L,M,Veg **KELA**
 Kinkkukiusaus G,L, Kukkakaali-porkkana-paprikalisäke G,L,M,Veg **KELA**
 Silakkapihvit L,M, Kermaviilikastike G,L, Perunasose G,L,
 Sitruunalohkot G,L,M,Veg

Ke
12.11

 Tofu-kasvispyttipannu G,L,Veg, Paistettu kananmuna G,L **KELA**
 Tomaattinen jauhelihakastike L,M, Täysjyväpagetti L,M,Veg, **KELA**
 Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Lämmin broilerileipä L
 Puolukkarahka G,L

To
13.11

 Chili sin carne G,L,M,Veg, Riisi-kauralisäke L,M,Veg, **KELA**
 Vihannesmix G,L,M,Veg
 Lempeä kanakeitto G,L, Täysjyväsämpylä L,M,Veg **KELA**
 Saariston savukalavuoka G,L
 Ruusunmarja-omenapaistos L,M,Veg, Vaniljajäätelö G,L

Pe
14.11

 Punajuuriropyökät G,L,M, Minttu-jogurttikastike G,L, **KELA**
 Perunat G,L,M,Veg
 Tonnikalapasta L **KELA**
 Kebabkastike G,L,M, Täysjyväriisi G,L,M,Veg

La
15.11

 Tomaattikeitto G,L, Krutongit **KELA**
 Stroganoff L,M, Perunasose G, L, Uunijuurekset G,L,M,Veg
 MarjasMOOTHIE G,L

Su
16.11

 Pesto-pasta VL, Parmesanlastut **KELA**
 Uunikirjolohi G,L,M, Tilli-kermaviilikastike G,L, Perunat 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, kastikkeen, pihvin sekä aterian energialisäkkeen. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma
17.11

 Maapähkinä-bataattikeitto G,L,M,Veg, Rouhesämpylä L,M **KELA**
 Curry-kalkkunakastike L,M, Vehnänjyvät L,M,Veg **KELA**
 Potlohko G,L,M,Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Ti
18.11

 Härkäpapu-bolognase G,L,M,Veg, Täysjyväpasta L,M,Veg **KELA**
 Jauhelihakiusaus G,L, Maustekurkut G,L,M,Veg **KELA**
 Sweet Chili-uunikala G,L, Perunat G,L,M,Veg

Ke
19.11

 Punajuuri-sinihomejuustovuoka G,L **KELA**
 Lihakeitto G,L,M, Luomu ruisleipä L,M,Veg **KELA**
 Broilerin koipireidet G,L, Curry-kermaviilikastike G,L, Riisi-ohralisäke L,M,Veg
 Mustikka-kaurapannukakku L, Marjainen hillo G,L,M,Veg

To
20.11

 Ohrapuuro, Marjakeitto G,L,M,Veg, Juusto **KELA**
 Broileripasta L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg **KELA**
 Hedelmäinen possupata L,M, Perunat G,L,M,Veg

Pe
21.11

 Pinaattiohukaiset L, Perunasose G,L, Puolukkahillo G,L,M,Veg **KELA**
 Moussaka G,L **KELA**
 Hunajainen lohi G,L, Perunasose G,L, Uunipunajuuret G,L,M,Veg
 Kolmenmarjankiisseli G,L,M,Veg, Rahka-kermavaahto G, L

La
22.11

 Kukkakaali wings G,L,M,Veg, Mango-jogurttikastike G,L, **KELA**
 Paahdetut perunat G,L,M,Veg
 Juusto-kalkkunakeitto G,L
 Mustikkavanukas G,L

Su
23.11

 Kasvis-papupasta L **KELA**
 Sipulinen palapaisti L,M, Perunat G,L,M, Höyrytetyt porkkanat 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, kastikeen, pihvin sekä aterian energialisäkkeen. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma
24.11

 Juuressosekeitto G,L, Lähtuottajan ruisleipä L,M,Veg **KELA**
 Voipapu-hernelevite G,L,M,Veg
 Kalkkunalasagnette L **KELA**
 Possua talon tapaan G,L,M, Rosmariiniperunat G,L,M,Veg,
 Haudutetut sipulit G,L,M,Veg

Ti
25.11

 Kasvis-nuudeliwokki L, M **KELA**
 Kaalilaatikko G,L,M, Puolukkahillo G,L,M,Veg **KELA**
 Juustoinen uunikala L, Perunaose G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Kuningatarrahka G,L

Ke
26.11

 Vegepuikko L,M,Veg, Jogurttikastike G,L, Lohkoperunat G,L,M,Veg **KELA**
 Kalastajan keitto G, L, M **KELA**
 Hampurilainen talon tapaan L, Lohkoperunat G,L,M,Veg
 Maitokiisseli G,L, Marjainen hillo G,L,M,Veg

To
27.11

 Porkkanapannukakku L,Omena-puolukkahillo G,L,M,Veg, **KELA**
 Tonnikalasalaatti L,M
 Broilerikastike L, Perunat G,L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L M,Veg **KELA**
 Lapin ukon keitto G,L, Moniviljarieskanen L,M,Veg

Pe
28.11

 Maa-artisokkakeitto G,L, Riisipiirakka L **KELA**
 Jauheliha-makaronilaatikko L **KELA**
 Kanaa tomaatti-voikastikkeessa G,L, Riisi-kauralisäke L,M,Veg,
 Yrttimarinoidut kasvikset G,L,Veg

La
29.11

 Basilika-tomaattipasta L **KELA**
 Suikalelihakastike L,M, Perunat G,L,M,Veg, Uunipunajuuret G,L,M,Veg
 Kaneli-puolukkapannacotta G,L

Su
30.11

 Riisipuuro G, Marjakeitto G,L,M,Veg, Juusto **KELA**
 Rapea seitipala L, Tartarkastike G,L, Pinaatti-perunasose G,L,
 Lämmin kasvis G,L,M,Veg
 Joulutorttu


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, kastikeen, pihvin sekä aterian energialisäkkeen. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma 1.12		Kasvisborssikeitto G,L,M, Smetana G,L KELA
		Juustoinen broilerikastike G,L, Täysjyväpasta L,M,Veg, KELA
		Lämmin kasvis G,L,M,Veg
		Tomaattikala G,L,Perunat G,L,M,Veg
Ti 2.12		Kermanen quorn-currykastike G,L,M, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA
		Herne-maissilisäke G,L,M,Veg
		Mausteinen kalakeitto G,L,M KELA
		Uunimakkara G,L, Perunasose G,L, Sinappi-kurkkurelish
Ke 3.12		Basilika-hernesosekeitto G,L, Raejuusto G,L KELA
		Broilerikiusaus G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA
		Kaalikääryleet G,L,M, Ruskea kastike L,M, Puolukkahillo G,L,M,Veg,
		Perunat G,L,M,Veg Piparkakkumousse L
To 4.12		Kahden kaalin gratiini L KELA
		Kalakeitto G,L, Ruispuikula L,M,Veg KELA
		Hunajainen sitruunabroileri G,L,M, Jogurttikastike G, L,
		Riisi-kauralisäke L,M,Veg Puolukkapaistos L,M,Veg, Vaniljakastike
Pe 5.12		Kasvislasagne L, Marinoidut pavut G,L,M,Veg KELA
		Appelsiini-broileriwokki G,L,M, Täysjyvänuudelit KELA
		Willimiehen pata G,L
La 6.12 Itsenäi- syys pvä		Punajuurisotto G,L, Täysjyväsämpylä L,M KELA
		Karjalanpaisti G,L,M,Perunat G,L,M, Veg, Porkkanalaatikko G,L
		Karpalokiisseli G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L
Su 7.12		Tomaattinen italianpata L,M,Veg KELA
		Broileria curry-kermakastikkeessa L, Täysjyväriisi G,L,M,Veg
		Jogurtti-mangomousse G,L

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, kastikeen, pihvin sekä aterian energialisäkkeen. Kahvi/tee sisältyy hintaan.

Ma
8.12


Keltainen vihanneskeitto G,L, Kurpitsansiemenet KELA

Maukas possunlihakastike L,M, Perunat G,L,M KELA

 Ahvenpyörökät G,L, Tilli-kermaviilikastike G,L,
 Perunaa Talon tapaan G,L,M,Veg

Ti
9.12


Maapähkinävoi-kukkakaalicurry G,L,M,Veg, Täysjyväriisi G,L,M,Veg KELA

Kalastajan vuoka G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg KELA

Lihamureke L,M, Sienikastike L, Perunasose G,L

Ke
10.12


Porkkanapyörökät G,L, Mango-jogurttikastike G,L, Perunat G,L,M KELA

Kanabolognaise G,L,M, Täysjyväspagetti L,M,Veg KELA

Lämmin vihanneslisäke G,L,M,Veg



Pinaattinen uunikala L, Perunat G,L,M,Veg

Appelsiiniiriisi G,L

To
11.12


Kikherneitä tikka masala G,L, Ohralisäke L,M,Veg KELA



Hernekeitto L,M, Ruisleipä L,M,Veg KELA



Slaavilainen Broileripata G,L, Ohralisäke L,M,Veg, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Ohukainen L, Marjainen hillo G,L,M,Veg, Kermavaahto G,L

Pe
12.12


Kookos-tofukeitto L,M,Veg,Porkkana-riisipiirakat L KELA

Jauhelihatexmex kastike G,L,M, Tortillat ,Salsadippi G, L KELA



Kirjolahipasta L

La
13.12


Sitruuna-härkäpurisotto L,M,Veg, Täysjyväpatonki KELA



Hunajainen broilerihöystö G,L,M, Perunasose G,L, Lämmin kasvis G,L,M,Veg

Suklaamousse G,L

Su
14.12


Mifu-pastapaistos L KELA



Tuhti lihapata L, Perunat G,L,M, Uunijuurekset G,L,M,Veg

Puolakkakiisseli G,L,M,Veg, Vanilja-rahkavaahto L



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