


Pvm	Aamuateria	Lounas	Keittolounas	Kasvislounas	Salaattilounas	Jälkiruoka
ma 18.3.	Kaurapuuro (M) <b>luomu</b>	Aura-broilerikiusaus (G,L)	Jauhelihakeitto (G,M)	Meksikon papupata (G,M) Täysjyväriisi 	Salaattilounas (ma-pe) sisältää päivittäin vaihtuvia salaattikomponentteja ja lämpimän lisäkkeen	Vadelmakiisseli (G,M)
ti 19.3.	Vehnähiutalepuuro (M)	Nakkikastike (G,M)	Lohi-paprikakeitto (VL)	Kasvis-papukroketti (G,M) Soijatsatsiki (G,M) 		Mandariinikiisseli (G,M)
ke 20.3.	Riisipuuro (G)	Broileripyörykkä (M) Currykastike (G,L)	Riisipuuro (G,L) Mansikkakiisseli (G,M)	Sweet and sour -kasviskastike (G,M) Täysjyväriisi 		Mansikkakiisseli (G,M)
to 21.3.	Ruishiutalepuuro (M) <b>luomu</b>	Silakkapihvi (M) Perunasose (G,L)	Hernekeitto (G,M)	Soijabolognese (G,M) Täysjyväpasta 		Mustikkarahka (G,L)
pe 22.3.	Neljänviljanpuuro (M) <b>luomu</b>	Rosvopata (G,L) 	Juressosekeitto (G,L) Leipäkrutongit	Kasvismoussa (G,M) 		Persikkakiisseli (G,M)
la 23.3.		Uuniseiti (G,L) 		Intialainen kasvis-kaalivuoka (M) 		Marjapiristys (L)
su 24.3.		Appelsiinikukka (G,L) Täysjyväriisi 		Kasvispyörykkä (G,M) Perunasose (G,M) 		Mansikka-raparperikiisseli (G,M)

G = Gluteeniton VL = Vähälaktoosinen L = Laktoositon M = Maidoton



= suositeltava opiskelija-ateria

412 (muutokset mahdollisia)

Ateria sisältää salaatin, leivän, levitteen, ruokajuoman sekä kahvin/teen paikalla nautittuna tai mukaan otettuna