

LOUNASRAVINTOLA HELMI

vko 49 (30.11. – 4.12.2020)

Maanantai

Kasvislounas

Tofu-papukastiketta L, G,*

Lounas

Nakkeja ja perunasosetta L, G

Tiistai

Kasvislounas

Porkkana-kvinoapyöryköitä M, L, G,*

Lounas

Lihamureketta M, L, kermakastiketta L, perunaa

Keskiviikko

Kasvislounas

Sienirisottoa L, G, *

Lounas

Provencen broileripataa L, riisiä / perunaa

Silakkapihvejä (AMK)

Torstai

Kasvislounas

Yrttistä kasvis-papupaistosta L,*

Lounas

Kalapyöryköitä, remouladekastiketta, perunaa

Perjantai

Kasvislounas

Täytettyjä ohukaisia L

Lounas

Riistakäristystä M, L, G, perunaa, punakaalivuokaa

Kahvia ja teetä, piparia

Opiskelijalounas sisältää: pääruoan, salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomat.

G = gluteeniton L = laktoositon M = maidoton VL = vähälaktoosinen*=korkeakoulusuosituksen mukaan

Lounashinta opiskelijat 5,60 €

Ravintolapalveluissa huomioimme ruokailusuositusta ammatillisiin oppilaitoksiin ja lukioon. Käytämme suomalaista lihaa. Ilmoitamme kirjallisesti, mikäli alkuperämaa on joku muu.

