

Syksy 2018	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
VKO 32 38 44 50	Makkarakastike  Soijanakkikastike	Pinaattiohukaiset  Parsakaalisose- keitto	Lohilasagnette  Kasvis- kikhernepasta- vuoka	Naudanlihakeitto  Tofu-kasviskeitto  Hedelmäsalaatti	Broileriwokki  Kasviswokki
33 39 45 51	Lihapyörykät  Kasviskroketit	Broileri- pastavuoka  Kasvislasagnette	Kasvistortillat  Bataattisosekeitto	Seitikeitto  Kasviskeitto  Smoothie, päärynä	Broileria currykastikkeessa  Quorn, currykastike
34 40 46 52	Broileri- tomaattikastike  Tomaattinen papukastike	Jauheliha- perunamusaka  Kasviskiusaus	Uunimakkaraa  Tofugrilleriä	Ohrasuurimopuuro  Porkkanasose- keitto	Seitiä, purjosipuli  Quornkastike, perinteinen
35 41 47	Kasvis-soijapapu- nuudelivuoka  Kikhernepata	Lohikiusaus  Linssi- perunalaatikko	Broileri- bataattipihvit  Falafelpyörykät	Jauheliha- kasviskeitto  Kasviskeitto  Jogurtti,marjasekoi- tus	Porsaspata, sinappinen  Kasviscurry, tofu- kookos
36 42 48	Kalapihvit, hauskat  Kasvispihvit, punajuuri	Jauheliha- makaronilaatikko  Soija- makaronilaatikko	Kasvislasagnette, papu  Tomaatti- soijakastike	Nakki-kasviskeitto  Soijanakkikeitto  Suklaamousse	Broileri- smetanakastike  Chili con vege
37 43 49	Jauhelihakastike, Bolognese  Kasvisbolognese	Broilerikiusaus  Kasviskiusaus, kreikkalainen	Seitiä, sitruuna- kuorrutettua  Kasvispihvit, kaura-härkäpapu	Broileri- kasviskeitto  Juuresosekeitto  Banaanirahka	Peruna- papuvuoka  Linssi- kasviskastike

Amica -sirkkala  
Sirkkala-kampus  
Sirkkalantie 12 A, 80100 Joensuu  
sirkkala@amica.fi

Ruokalista muutokset ovat mahdollisia. Päivän ruokalistan löydät ravintolan linjastosta

VL = Vähälaktoosinen

L = Laktoositon

G = Gluteeniton

M = Maidoton

\* = Voi hyvin

A = Sisältää allergeenia

Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia