

VIIKON LOUNASLISTA

Lounaan hinta 14,9€

Lounaaseen sisältyy alkuruokasalaatti, talon leipä,
pääruoka lounaslistalta sekä kahvi/tee.
Päivittäin saatavilla vaihtuva kasvisannos.

Maanantai 23.3

GRILLATTU MAROKKOLAINEN KANA

Grillattua kanaa (evä marokkolaisilla mausteilla, paistetuilla kasviksilla,
basmatiriisillä ja tzatzikilla (L, G, sis. pähkinöitä)

TURSKA

Paneroitu turskafilee, tartarkastike, rapeat perunat ja kaalisalaatti (L)

Tiistai 24.3

RIISINUUDELEIT&TOFU

Riisinuudeleita, aasialaisia sekavihanneksia,
kotitekoista maapähkinäkastiketta, rapeaa tofua (L, G)

PANEROITU KANA

Paneroitua kananfileetä, höyrytettyä parsakaalia,
paahdettuja perunoita, pikkelöityä kaalia ja
paprikamajoneesia (L)

Keskiviikko 25.3

KIRJLOHI

Paistettua kirjolohta, grillattuja kauden kasviksia ja
katkarapukastiketta (L, G)

KREIKKALAINEN HALLOUMISALAATTI

Paistettua halloumia, kurkkua, tomaattia, paprikaa, oliiveja,
punasipulia ja oliiviöljyä, punajuurisiirappia (L, G)



Torstai 26.3

LOHICAESARSALAATTI

Savulohta, romainesalaattia, parmesania, caesarkastiketta
(sis. kala) (L, G)

MOUSSAKA

Kotimaista jauhelihaa, munakoisoa, tomaattia, valkosipulia,
sipulia, paahdettua perunaa, bechamelkastiketta (L, G)

Perjantai 27.3

LIHAPULLAT JA PERUNAMUUSI

Naudanlihapullat (Ruotsi), perunamuusi,
pippurikermakastike ja suolakurkut (L, Gluteeniton)

KASVISRAVIOLIT

Kermaisella tomaattikastikkeella, basilikalla, oliiviöljyllä ja
parmesaanilla (L)

Saatavilla päivittäin:

PERINTEINEN LOHIKEITTO (L, G)

Perunaa, porkkanaa, purjoa ja lohta kermaisessa liemessä
15,90 €

SEASIDE BOWL

Härkäpapuja, kvinoaa, kauden vihanneksia, pikkelöityä punasipulia ja
vihreää chilijogurttia (L, G)

Valitse: Kana / Kirjolohi / Tofu

€14.90

SEAGRILL BURGER

Naudanlihapihvi, briossisämpylä, cheddarjuusto, pikkelöityä kurkkua,
karamellisoitua sipulia ja majoneesia (L, G)

Tarjoillaan ranskalaisten tai salaatin kanssa.

Saatavilla myös kasvisvaihtoehtona.

18,90 €