

Master-uinnin SM-kilpailut; ruokailut la 28.3 ja su 29.3.2026 ravintola Muru 2.0

Lounas tarjoilla molempina päivinä klo 11 – 14

Salaattipöytä

Jäävuorisalaatti

Kurkku

Tomaatti

Porkkanaraaste

Sipuli

Fetajuusto L, G

Kananmuna L, G

Raejuusto L, G

Pasta L

Kanan suikaleet L, G

Marinoidut pavut L, G, V

Paahdetut kikherneet L, G, V

Salaatinkastike L, G, V

Leivät ja juomat

Talon focaccia V

Ruisleipä L, V

Gluteenittomat leivät

Margariini ja tuorejuusto L, G

Hummus V

Maito

Piimä

Mehu

Vesi

Lauantain lounas

Broilerikasvispata L, G

(broilerin fileesuikaleita, paprika, porkkana, sipuli, kesäkurpitsa, tomaattimurska, tuorejuusto, mausteet).

Falafelpyörykät tomaattikastikkeessa V

Riisi L, G, V

Peruna L, G, V

Rahkavaahto marjoilla L, G

Vegaaninen rahkavaahto marjoilla

Kahvi / tee (maito, kauramaito)

Hinta: 13.50 € / hlö

Sunnuntain lounas

Naudanlihapullat pippurikermakastikkeessa L, G

Perunamuusi L, G

Peruna L, G, V

Vegaaninen kebab ja kastike V

Suklaarahka L, G

Vegaaninen suklaarahka V

Kahvi / tee (maito, kauramaito)

Hinta: 13,50 € / hlö

L = laktoositon, G = gluteeniton, V = vegaaninen, maidoton, munaton

Ravintola Muru 2.0

Keskusraitti 4, 05200 Rajamäki

Puh. 050 336 1776