

Menu

11.1.2021 - 15.1.2021

Monday

Mushroom and chickpea stew (*, G, L, M, Veg)

Minced meat sauce (*, A, L, M),

Boiled potatoes (*, G, L, M, Veg)

Tuesday

Carrot rissoles (A, G, L, M, Veg)

Chicken rissoles (*, A, G, L, M, VS),

Curry and sour cream sauce(A, G, L)

Whole grain rice(*, G, L, M, Veg)

Wednesday

Vegetable and soy Bolognese, (*, A, G, L, M, Veg),

Whole grain organic pasta (*, A, L, M Veg)

Thursday

Asian Mifu soup (*, A, L)

Rainbow trout and saithe soup (*, A, G, L)

cheese (*, A, G, L)

Jougurt (L,g)

Friday

Vegetable hash (*, G, L, M, Veg)

Hash (G, L, M)

Enjoy your meal!

Amica -ravintola
Englantilainen koulu
Mäntytie 14
00270 Helsinki

englantilainenkoulu@amica.fi

VL = Low in lactose

L = Lactose-free

G = Gluten-free

M = Milk-free

* = Feel well

Ruokalista

11.1.2021 - 15.1.2021

Maanantai

Herkkusieni-kikhernepataa (*, G, L, M, Veg),
Perinteistä jauhelihakastiketta (*, A, L, M)
Keitetyjä perunoita(*, G, L, M, Veg)

Tiistai

Porkkananappeja (A, G, L, M, Veg),
Broileripyöryköitä (*, A, G, L, M, VS)
Currykermaviilikastiketta (A, G, L)
Höyrytettyä tummaa riisiä(*, G, L, M, Veg)

Keskiviikko

Soija-kasvisbolognesea (*, A, G, L, M, Veg),
Luomutäysjyväpastaa(*, A, L, M, Veg)

Torstai

Aasialaista mifukeittoa (*, A, L)
Kirjolohi-seitikeittoa (*, A, G, L)
Juustoa (*, A, G, L)
jogurtti (G, L,)

Perjantai

Kasvispyttipannua (*, G, L, M, Veg)
Pyttipannua (G, L, M)

Hyvää ruokahalua!

Amica -ravintola
Englantilainen koulu
Mäntytie 14
00270 Helsinki

englantilainenkoulu@amica.fi

VL = Vähälaktoosinen L = Laktoositon
A = Sisältää allergeenia Veg = Vegaaniruoka

G = Gluteeniton M = Maidoton
VS = Sisältää tuoretta valkosipulia

* = Voi hyvin