

Menu

5.10.2020 - 9.10.2020

Monday

Vegetable wok (*, A, G, L, M, Veg),

Turkey and vegetables in coconut sauce (*, A, G, L, M, VS)

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

Tuesday

Beanit lasagnette (*, A, L, M, Veg, VS)

Minced meat lasagnette (*, A, L)

Wednesday

Beetroot steaks (A, G, L, M, Veg),

Baltic herring patties (A, L), Boiled potatoes (*, G, L, M, Veg)

Sour cream sauce with dill (Ä, G, L)

Thursday

Vegetarian pea soup (*, A, G, L, M, Veg)

Pea soup (*, A, G, L, M)

Friday

Vegetable sticks (G, L, M, Veg),/Carrot patties (A, L, M)

BBQ mayonnaise (A, G, L, M, VS),

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

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

5.10.2020 - 9.10.2020

Maanantai

Kasviswokkia (*, A, G, L, M, Veg),

Kalkkunaa ja vihanneksia kookoskastikkeessa (*, A, G, L, M, VS)

Höyrytettyä tummaa riisiä(*, G, L, M, Veg)

Tiistai

Beanitlasagnettea (*, A, L, M, Veg, VS)

Jauhelihalasagnettea (*, A, L)

Keskiviikko

Punajuuripihvejä (A, G, L, M, Veg)

Siläkkamurekepihvejä (A, L), Keitetyjä perunoita (*, G, L, M, Veg),

Tillikermaviilikastiketta (A, G, L)

Torstai

Kasvis-hernekeittoa (*, A, G, L, M, Veg)

Hernekeittoa (*, A, G, L, M)

Perjantai

Kasviskeppukka(G,L,M,Veg) / Porkkanapihvejä (A, L, M) ,

Keitetyjä perunoita (*, G, L, M, Veg),

BBQ -majoneesia (A, G, L, M, VS),

Hyvää ruokahalua!

Amica -ravintola
Englantilainen koulu
Mäntytie 14
00270 Helsinki

englantilainenkoulu@amica.fi

VL = Vähälaktoosinen L = Laktoositon

G = Gluteeniton

M = Maidoton

* = Voi hyvin

A = Sisältää allergeenia Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia