

Menu

The English School:

7.1.2019-11.1.2019

Monday

Meatballs (A, L, M)
Cream sauce (*, A, G, L)
Boiled potatoes (*, G, L, M, Veg)
Vegan mac & cheese (A, L, M, Veg)

Thursday

Kebab and vegetable sauce
(*, A, G, L, M, VS)
Organic tofu and champignon with
teriyaki sauce (*, A, G, L, M, VS)
Basmati rice (G, L, M, Veg)

Tuesday

Fish fingers (*, A, L, M)
Mashed potatoes (*, A, G, L)
Sour cream sauce with dill (A, G, L)
Vegetable sticks (A, L, M, Veg)
Blueberry and raspberry fool (G, L, M,
Veg)

Friday

Chicken nuggets (A, L, M)
Potato wedges (G, L, M, Veg)
Curry mayonnaise (A, G, L, M)
Vegetables au gratin (*, A, L)

Wednesday

Creamy chicken and potato casserole
(*, A, G, L)
Sweet potato and coconut curry (A, G,
L, M, Veg, VS)
Rice (G, L, M, Veg)

Enjoy your meal!

Amica-ravintola
Lasihelmi
Valimotie 17 - 19
00380 Helsinki
+358 40 620 8667
lasihelmi@amica.fi

VL = Low in lactose

L = Lactose-free

G = Gluten-free

M = Milk-free

* = Feel well

Ruokalista

The English School:

7.1.2019-11.1.2019

Maanantai

Lihapyöryköitä (A, L, M)
Kermakastiketta (*, A, G, L)
Keitetyjä perunoita (*, G, L, M, Veg)
Vege Mac & Cheese (A, L, M, Veg)

Torstai

Kebablihaa ja kasviksia
(*, A, G, L, M, VS)
Luomutofua ja herkkusieniä
teriyakikastikkeessa (*, A, G, L, M, VS)
Basmatiriisiä (G, L, M, Veg)

Tiistai

Kalapuikkoja (*, A, L, M)
Perunasosetta (*, A, G, L)
Tillikermaviilikastiketta (A, G, L)
Kasvispuikkoja (A, L, M, Veg)
Kuningatarkiisseliä (G, L, M, Veg)

Perjantai

Broilerinugetteja (A, L, M)
Lohkoperunoita (G, L, M, Veg)
Currymajoneesia (A, G, L, M)
Juustokuorrutettua kasvisgratiinia
(*, A, L)

Keskiviikko

Broilerikiusausta (*, A, G, L)
Bataatti-kookoskermacurrya
(A, G, L, M, Veg, VS)
Höyrytettyä riisiä (G, L, M, Veg)

Hyvää ruokahalua!

Amica-ravintola
Lasihelmi
Valimotie 17 - 19
00380 Helsinki
+358 40 620 8667
lasihelmi@amica.fi

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

G = Gluteeniton M = Maidoton
VS = Sisältää tuoretta valkosipulia

* = Voi hyvin