

Menu

The English School: 10.-14.02.2020

Monday

Chicken and korma sauce (A, G, L, VS)
Basmati rice (G, L, M, Veg)
Härkis tikka masala (*, A, G, L, VS)

Thursday

Crispy fish pieces (*, A, L, M)
Boiled potatoes (*, G, L, M, Veg)
Tartar sauce (A, G, L, M)
Vegetable sticks (A, L, M, Veg)

Tuesday

Tuna and spinach lasagnette (A, L)
Champignon pasta (A, L, VS)

Friday

Mexican-style meat risotto
(*, G, L, M, VS)
Sriracha mayonnaise (A, G, L, M, VS)
Tomato and onion risotto
(*, G, L, M, Veg, VS)

Wednesday

Moussaka (A, VS)
Kale, goat cheese and spelt risotto
(A, VL, VS)
Chocolate fool (A, G)

VL = Low in lactose

L = Lactose-free

G = Gluten-free

M = Milk-free

* = Feel well

Ruokalista

The English School:

10.-14.02.2020

Maanantai

Broileria kormakastikkeessa
(A, G, L, VS)
Basmatiriisiä (G, L, M, Veg)
Härkistä tikka masala (*, A, G, L, VS)

Torstai

Rapeita kalapaloja (*, A, L, M)
Keitettyjä perunoita (*, G, L, M, Veg)
Tartarkastiketta (A, G, L, M)
Kasvispuikkoja (A, L, M, Veg)

Tiistai

Tonnikala-pinaattilasagnettoa (A, L)
Herkkusienipastaa (A, L, VS)

Perjantai

Kebabrisottoa (*, G, L, M, VS)
Srirachamajoneesia (A, G, L, M, VS)
Tomaatti-sipulirisottoa
(*, G, L, M, Veg, VS)

Keskiviikko

Moussakaa (A, VS)
Lehtikaali-vuohenjuusto-spelttirisottoa
(A, VL, VS)
Suklaakiisseliä (A, G)

VL = Vähälaktoosinen

L = Laktoositon

G = Gluteeniton

M = Maidoton

* = Voi hyvin

A = Contains allergen

Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia