

Menu

23.5.2022 - 27.5.2022

Monday

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

Tuesday

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

Hash (G, L, M),

Wednesday

Lentil and vegetable soup (ILM, *, A, G, L, M, Veg, VS)

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

Turkey escalope(*, G, L, M),Vegetable(G, L, M, Veg),Fruits

Jogurtti, , (L,G)

Thursday

Friday

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

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

Whole grain rice(*, 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

A = Contains allergen

Veg = Vegan food

VS = Contains fresh garlic

Ruokalista

23.5.2022 - 27.5.2022

Maanantai

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

Luomutäysjyväpastaa (ILM, *, A, L, M, Veg)

Tiistai

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

Pyttipannua (G, L, M),

Keskiviikko

Linssi-kasviskeittoa (ILM, *, A, G, L, M, Veg, VS)

Kirjolohti-seitikeittoa (ILM, *, A, G, L)

Kalkkunaleikettä (*, G, L, M), Vihannesta (G, L, M, Veg), hedelmää

Jogurtti, (L,G)

Torstai

Perjantai

Porkkananappeja (ILM, A, G, L, M, Veg),

Broileripyöryköitä (*, A, G, L, M, VS), Currykastiketta (*, A, L)

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

Hyvää ruokahalua!

Amica -ravintola
Englantilainen koulu
Mäntytie 14
00270 Helsinki

englantilainenkoulu@amica.fi

VL = Vähälaktoosinen L = Laktoositon G = Gluteeniton M = Maidoton

A = Sisältää allergeeniä Veg = Vegaaniruoka VS = Sisältää tuoretta valkosipulia

* = Suomalaisten ravitsemussuosittelun mukainen ILM = Ilmastoystävällinen