

Menu

13.5.2019 - 17.5.2019

Monday

Vegetables in soy sauce (*, A, G, L, M, Veg, VS)

Turkey stew (*, G, L, M, VS)

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

Tuesday

Spicy coconut, bean and noodle casserole (*, A, L, M)

Tuna and pasta casserole (*, A, L)

Wednesday

Vegetable patties (*, G, L, M, Veg), Tomato sauce (*, A, G, L)

Minced meat patties (A, L, M), Tomato sauce (*, A, G, L),

Mashed potatoes(*, A, G, L)

Thursday

Semolina porridge (*, A), Berry soup (G, L, M, Veg)

Cheese (*, A, G, L), Vegetagle (G, L, M, Veg), Fruits (G, L, M, Veg)

Friday

Soy sausage sauce (*, A, L, M), Boiled potatoes (*, G, L, M, Veg)

Sausage sauce (*, A, G, L, M), 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

13.5.2019 - 17.5.2019

Maanantai

Kasviksia soijakastikkeessa (*, A, G, L, M, Veg, VS),

Kalkkunakastike (*, G, L, M, VS)

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

Tiistai

Mausteista kookos-papu-nuudeliuokaa (*, A, L, M)

Tonnikala-pastavuokaa (*, A, L)

Keskiviikko

Kasvispihvejä (*, G, L, M, Veg),

Jauhelihapihvejä (A, L, M),

Tomaattikastiketta (*, A, G, L)

Perunasosetta (*, A, G, L)

Torstai

Mannapuuroa (*, A), Marjakeittoa (G, L, M, Veg)

Juustoa (*, A, G, L), Vihannesta (G, L, M, Veg), Hedelmää (G, L, M,

Perjantai

Soijanakkikastiketta (*, A, L, M),

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

Keitetyjä perunoita (*, 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

* = Voi hyvin

A = Sisältää allergeenia

Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia