

Maanantai

Välimeren juusto-kasvispataa (*, A, G, ILM, L)Paahdettua perunaa (*, G, ILM, L, M, Veg)
Yrteillä maustettua jauheliha-tomaattipastaa (*, A, L, M)

Tiistai

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

Keskiviikko

Kipparikallen pinaattikeittoa (*, A, ILM, L)
Juurestarhan broilerikeittoa (*, A, G, ILM, L)
Suklaakiisseliä (A, G, L)

Torstai

Kasvisbolognese-pastavuokaa
Lasagnetta

Perjantai

Marokkolaisia kasvispihvejä (*, G, ILM, L, M, Veg)Tzatsiki-jogurttia
Kalapyöryköitä (*, A, G, ILM, L, M)Tzatsiki-jogurttia (*, A, G, ILM, L, VS)Perunamuusia (*, A, G, ILM, L)
Appelsiiniriisiä (A, G, L)

Hyvää ruokahalua!

Food & Co-ravintola
Lasihelmi
Valimotie 17-19
00380 Helsinki
+358 40 620 8667

lasihelmi@compass-group.fi

VL = Vähälaktoosinen L = Laktoositon G = Gluteeniton M = Maidoton
A = Sisältää allergeeniä Veg = Vegaaniruoka VS = Sisältää tuoretta valkosipulia
* = Suomalaisen ravitsemussuosituksen mukainen ILM = Ilmastoystävällinen