

Maanantai

Nahm-chim makeaa chilikastiketta tofulla (A, G, ILM, L, M, Veg, VS)Tummaa riisiä (*, G, L, M, Veg)

Nahm-chim makeaa chilikastiketta ja porsasta (A, G, L, M, VS)Tummaa riisiä (*, G, L, M, Veg)

Tiistai

Cheddar-mifucappellipastaa (*, A, ILM, L)

Cheddar-jauheliha-cappellipastaa (*, A, L)

Keskiviikko

Kasviskuisausta (*, A, G, ILM, L)

Broilerikuisausta (*, A, G, L)

Torstai

Bataattikeittoa (*, A, G, ILM, L)Paahdettuja auringonkukansiemeniä (G, L, M, Veg)

Nakkikeittoa (A, G, L, M)

Hedelmäkiisseliä L,G,M,A

Perjantai

Härkismusakaa (*, A, G, ILM, L, M, Veg, VS)

Savukirjolohikastiketta (*, A, G, ILM, L)Luomutäysjyväpastaa

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

