

Menu

11/21/2022 - 11/25/2022

Monday

Vegetable sausage sauce (*, A, G, L, M, Veg)

Frankfurter sauce (*, A, L, M),

Boiled potatoes (*, G, ILM, L, M, Veg)

Tuesday

Lentil and potato casserole (*, A, G, ILM, L)

Minced meat and potato puree casserole (*, A, G, L)

Wednesday

Vegetable rissoles (*, A, G, L, M)

Fish patties (*, A, G, L, M),)

Sour cream sauce with dill (A, G, ILM, L)

Boiled potatoes (*, G, ILM, L, M, Veg)

Thursday

Yellow soy and vegetable sauce (*, A, G, ILM, L, VS)

Chicken bolognese (*, A, G, ILM, L, M),

Whole grain organic pasta(*, A, ILM, L, M, Veg)

Friday

Rice porridge (A, G, L),Cinnamon (G, L, M, Veg),Sugar

cheese (*, A, G, L), fruits(G, L, M, Veg)

piparkakku

Sour milk bread (*, A, VL)

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

11/21/2022 - 11/25/2022

Maanantai

Kasvisnakkikastiketta (*, A, G, L, M, Veg)

Nakkikastiketta (*, A, L, M),

Keitetyjä perunoita (*, G, ILM, L, M, Veg)

Tiistai

Linssi-perunalaatikkoa (*, A, G, ILM, L)

Jauheliha-perunasoselaatikkoa (*, A, G, L)

Keskiviikko

Kasvispyöryköitä (*, A, G, L, M)

Kalapyöryköitä (*, A, G, L, M),

Tillikermaviilikastiketta (A, G, ILM, L)

Keitetyjä perunoita (*, G, ILM, L, M, Veg)

Torstai

Keltaista soija-kasviskastiketta (*, A, G, ILM, L, VS)

Broileribolognesea (*, A, G, ILM, L, M),

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

PIKKUJOULU Perjantai

Riisipuuroa (A, G, L), Kanelia (G, L, M, Veg), Sokeria

juustoa (*, A, G, L), hedelmä (G, L, M, Veg),

piparkakku

Piimälimppua (*, A, VL)

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

* = Suomalaisen ravitsemussuosituksen mukainen

ILM = Ilmastoystävällinen