

Ruokalista

5/8/2023 - 5/12/2023

Maanantai

Quorncurryä (*, A, ILM, L),

Broileria currykastikkeessa (*, A, G, L)

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

Tiistai

Juurespihvejä (*, A, G, ILM, L, M, Veg)

Hauskat kalapihvit (A, ILM, L, M),

Tartarkastiketta (A, L)

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

Keskiviikko

Härkäpapu-makaronilaatikka (*, A, ILM, L)

Jauheliha-makaronilaatikka (*, A, L)

Torstai

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

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

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

Mansikkakiisseliä (G, L, M, Veg)

Perjantai

KOKKISKABA 2023 VOITTAJA RUOKA:

Shahi Paneer (*, A, ILM),

Höyrytettyä 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

* = Suomalaisen ravitsemussuosituksen mukainen

ILM = Ilmastoystävällinen