

Menu

4/29/2024 - 5/3/2024

Monday

Vöner and lentil sauce (*, A, ILM, L, M, Veg, VS)

Kebab and vegetable wok (*, A, G, L, M),

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

Tuesday

Vegetable frankfurters (G, ILM, L, M, Veg)

Boiled frankfurters (G, L, M),

Mashed potatoes(*, A, G, L)

Wednesday

Thursday

Pureed sweet potato soup (*, A, G, ILM, L)

Crêpes (A, L),Jam (G, L, M, Veg)

cheese (*, A, G, L),Vihannesta (G, L, M, Veg),Fruits (G, L, M, Veg)

Friday

Tomato and goat cheese sauce (*, A, G, ILM, L, VS)

Smoked rainbow trout sauce (*, A, G, ILM, L),

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

Enjoy your meal!

Amica -ravintola
Englantilainen koulu
Mäntytie 14
00270 Helsinki

englantilainenkoulu@compass-group.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

4/29/2024 - 5/3/2024

Maanantai

Vöner-linssikastiketta (*, A, ILM, L, M, Veg, VS)

Kebab-kasviswokkia (*, A, G, L, M),

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

Tiistai

Kasvisnukkeja (G, ILM, L, M, Veg)

Keitetyjä nukkeja (G, L, M),

Perunasosetta (*, A, G, L)

Keskiviikko

Torstai

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

Ohukaisia (A, L),Hilloa (G, L, M, Veg)

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

Perjantai

Tomaatti-vuohenjuustokastiketta (*, A, G, ILM, L, VS)

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

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

Hyvää ruokahalua!

Amica -ravintola
Englantilainen koulu
Mäntytie 14
00270 Helsinki

englantilainenkoulu@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