

Lundi

Sauce de légumes et soja à l'italienne (*, A, G, L) Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

Sauce de viande hachée (*, A, L, M) Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

FRESH : Poulet de satay (A, G, L, M)

Mardi

Boulettes de légumes (A, G, L, M) Sauce au cheddar (A, G, VL, VS) Riz vapeur brun (*, G, L, M)

Nuggets de poulet (A, L, M) Sauce au cheddar (A, G, VL, VS) Riz vapeur brun (*, G, L, M)

FRESH : Fromage Halloumi (A, G)

Mercredi

Lasagnette de betteraves rouges et chou vert (A, L)

Soupe veloutée de panais (*, A, G, L)

FRESH : Saumon fumé au bleu d'Aura (A, G, L)

Kissel à la vanille (A, G) Confiture de framboise (G, L, M, Veg)

Jeudi

Soupe veloutée de purée de pommes de terre et tomates (*, G, L, M, Veg, VS)

Soupe de dinde et légumes (*, A, G, L)

Salade de tomates à la mozzarella (*, A, VL)

Pain de muesli bio (A, L, M)

Vendredi

Sauce de légumes et lentilles (*, A, G, L) Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

Ragoût de truite arc-en-ciel et légumes (*, A, G, L) Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

FRESH : Pastrami de dinde (G, L, M, VS)

Bon appétit !

Restaurant Amica

Lycée franco-finlandais d'Helsinki

Raumantie 4

00350 Helsinki

0295 33 2554

hrsk@amica.fi

VL= Avec peu de lactose

L= Sans lactose

G= (VL) Sans gluten

M= Sans lait

*= Bien être

A= Contient de l'allergène

Veg= Plat végan

VS= Contient de l'ail frais