

Lundi

Quorn en sauce au curry (*, A, G, L) Riz vapeur brun (*, G, L, M, Veg)

Poulet en sauce au curry (*, A, G, L) Riz vapeur brun (*, G, L, M, Veg)

FRESH : Œuf cuit (A, G, L, M)

Mardi

Pyttipannu aux légumes (Ragout aux légumes) (*, G, L, M, Veg)

Soupe velouté de racine comestibles au fromage (A, G, L)

FRESH : Fromage cottage (A, G, L)

Mercredi

Gratin de bolognaise aux légumes, halloumi et penne(*, A)

Gratin de coquillettes à la viande (A) Ketchup (G, L, M, Veg)

FRESH : Blanc de dinde poivré (G, L, M)

Jeudi

Soupe de saucisses de Francfort de soja (*, A, L, M, VS)

Spiäe de saucisses de Francfort (G, L, M)

Salade de fromage méditerranéenne (*, A, G, L)

pain de muesli bio (A, L, M)

Vendredi

Boulettes falafel (G, L, M, Veg, VS) Tzatziki (A, G, L, VS)

Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

Boulettes de poisson (*, A, G, L, M) Tzatziki (A, G, L, VS)

Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

FRESH : Poulet épicé au romarin

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