

Lundi

Sauce bolognaise aux légumes (*, A, G, L, M, Veg, VS) Spaghetti complet bio (*, A, L, M, Veg)

Sauce bolognaise (*, A, G, L, M, VS) Spaghetti complet bio (*, A, L, M, Veg)

FRESH : Poulet aux épices Satay (A, G, L, M)

Mardi

Boulettes de légumes (A, G, L, M) Sauce de lait caillé aux herbes (A, G, L) Riz vapeur brun (*, G, L, M, Veg)

Croquettes de poulet au fromage (A, L) Sauce de lait caillé aux herbes (A, G, L) Riz vapeur brun (*, G, L, M, Veg)

FRESH : Fromage Halloumi (A, G)

Mercredi

Gratin de légumes et fromage à la Grècque (*, A, G, L)

Soupe de purée de racines comestibles et amandes (A, G, L, M, Veg)

FRESH : Saumon fumé au fromage bleu (A, G, L)

Jeudi

Soupe de purée de carottes au fromage (*, A, G, L)

Soupe de dinde jaune (*, A, G, L)

Salade de tomates et mozzarella (*, A, VL)

Pain muëсли bio (A, L, M)

Kissel de chocolat (A, G)

Vendredi

Sauce de courgettes et tofu bio (*, A, L) Pommes de terre cuites (*, G, L, M, Veg)

Sauce de tomates de truite arc-en-ciel et colin (*, A, L, VS) 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