

Lundi

Farce de carottes, d'oignons et de tomates (*, G, L, M, Veg, VS) Tortillas de blé (A, L, M, Veg)

Salsa aux concombres et tomates (A, G, L, M, Veg, VS) Lait caillé (A, G, L)

Riz vapeur (*, G, L, M, Veg)

Gratin de légumes et pommes de terre épicé (*, A, G, L)

FRESH : Perles de mozzarella à l'huile d'olive (A, G)

Mardi

Sauce de haricots et légumes (*, A, G, L) Fusilli complet bio (*, A, L, M, Veg)

Sauce de thon au fromage (*, A, G, L) Fusilli complet bio (*, A, L, M, Veg)

FRESH : Poulet épicé de saté (A, G, L, M)

Mercredi « DÉJEUNER DE PÂQUES »

Steaks de feta et épinards (A, VL, VS) Sauce de yaourt au menthe (A, G, L)

Purée de carottes et pommes de terre (A, G, L)

Boulettes de mouton (A, L, M) Sauce de yaourt au menthe (A, G, L)

Purée de carottes et pommes de terre (A, G, L)

Kissel à la mangue et pêche (G, L, M, Veg)

Jeudi

Soupe veloutée aux patates douces (*, A, G, L)

Soupe de poulet au coco (*, G, L, M)

Salade de cottage (*, A, G, L)

Pain de muesli bio (A, L, M)

Orange (G, L, M, Veg)

Bonnes vacances de Pâques !

Restaurant Amica

Lycée franco-finlandais d'Helsinki

Raumantie 4

00350 Helsinki

0295 33 2554

hnsk@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 végétarien

VS= Contient de l'ail frais