

Lundi

Ragoût de légumes et fromage (*, A, G, L) Riz vapeur brun (*, G, L, M, Veg)

Butter Chicken (A, G, L, VS) Riz vapeur brun (*, G, L, M, Veg)

FRESH : Fromage Cottage (A, G, L)

Mardi

Gratin végan de haricots et patates douces (*, A, L, M, Veg, VS)

Gratin de viande hachée et purée de pommes de terre (*, L, M)

FRESH : Thon (A, G, L, M)

Mercredi

Sauce de haricots en beurre et fromage pain (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 : Filet de porc poivré (G, L M)

Jeudi

Porridge de gruaux d'orge (*, A) Soupe de fraises (G, L, M, Veg)

Salade de pâtes et fromage (A, L)

Pain de gruaux bio (A, L, M, Veg)

Vendredi

Boulettes de lentilles et légumes (A, L, M) Sauce de curry (*, A, L) Perles d'orge (*, A, L, M)

Boulettes de poulet (*, A, L, M, VS) Sauce de curry (*, A, L) Perles d'orge (*, A, L, M)

FRESH : Fromage (A, G, L)

Bon appétit !

Restaurant Amica

Lycée franco-finlandais d'Helsinki

Raumantie 4

00350 Helsinki

0295 33 2554

hrsk@amica.fi

VL= Avec peu de lactose
A= Contient de l'allergène

L= Sans lactose
Veg= Plat végan

G= (VL) Sans gluten
VS= Contient de l'ail frais

M= Sans lait

*= Bien être