

Ruokalista

11.2.2019-22.2.2019

Maanantai

Quornia smetanakastikkeessa (*, A, G, L) Tomaattista täysjyvävehnää (A, L, M, Veg)
Broileria cashewpähkinä-jogurttikastikkeessa (A, G, L, VS) Täysjyvävehnää (*, A, L, M, Veg)

Tiistai

Luomutofu-kasvishöystöä (*, A, G, L, M, Veg, VS) Keitetyjä perunoita (*, G, L, M, Veg)
Rapeita kalapaloja (*, A, L, M) Sinappirelishkermaviilikastiketta (A, G, L)
Keitetyjä perunoita (*, G, L, M, Veg)

Keskiviikko

Kasvis-kikhernekiusausta (*, A, G, L, VS)
Naudanliha-smetanakastiketta (*, A, L) Höyrytettyä tummaa riisiä (*, G, L, M, Veg)

Torstai

Linssi-kasviskeittoa (*, A, G, L, M, Veg, VS) +Katkarapusalaatti (*, A, G, L)
Kalkkuna-kasviskeittoa (*, A, G, L)+ Katkarapusalaatti (*, A, G, L)

Perjantai

Punajuuri-tattaripihvejä (*, A, L, M) Ruohosipulikermaviilikastiketta (A, G, L)
Keitetyjä perunoita (*, G, L, M, Veg)
Jauhelihalasagnettoa (A, VS)

Hyvää ruokahalua!

Amica-ravintola
Traderia
Martinlaaksontie 36
01620 VANTAA
040 167 9241

mercuria@amica.fi

VL = Vähälaktoosinen

L = Laktoositon

G = Gluteeniton

M = Maidoton

* = Voi hyvin

A = Sisältää allergeenia

Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia

Iltakeitot

11.2.2019-22.2.2019

Maanantai

Seitikeittoa (*, A, G)

Tiistai

Jauheliuhakeittoa (*, G, L, M)

Keskiviikko

Bataattisosekeittoa (*, A, G, L)

Torstai

Perjantai

Hyvää ruokahalua!

Amica-ravintola
Traderia
Martinlaaksontie 36
01620 VANTAA
040 167 9241

mercuria@amica.fi

VL = Vähälaktoosinen

L = Laktoositon

G = Gluteeniton

M = Maidoton

* = Voi hyvin

A = Sisältää allergeenia

Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia