

# Meny 49

4/12/2023-10/12/2023

## Måndag

Kyckling och grönsaker i sötsur sås (\*, A, ILM, L, M)

Vönersås (\*, A, ILM, L, M, Veg, VS) Fullkornsrís (\*, G, L, M, Veg)

**Vegan:** Vönersås (\*, A, ILM, L, M, Veg, VS) Fullkornsrís (\*, G, L, M, Veg)

## Tisdag

TexMex-ugnskorv (A, G, L) Potatismos (\*, A, G, ILM, L) Äppelpaj (A, L)

Morotsknappar (A, G, L, M, Veg) Potatismos (\*, A, G, ILM, L) Gräddfilssås med basilika (A, G, ILM, L)

**Vegan:** Morotsknappar (A, G, L, M, Veg) Örtmajonnäs (G, M, Veg) Potatismos (G, M, Veg)

## Onsdag

Självständighetsdagen

## Torsdag

Spenatplättar (A, L) Lingonsylt (A, G, L, M, Veg) Äggsås (\*, A, L) Kokt potatis (\*, G, ILM, L, M, Veg)

**Vegan:** Spenatplättar (A, L, M; Veg) Lingonsylt (A, G, L, M, Veg) Kokt potatis (\*, G, ILM, L, M, Veg)

## Fredag

Sås på rökt regnbågsforell (\*, A, G, ILM, L) Fullkorns ekopasta (\*, A, ILM, L, M, Veg)

Tomat- getostsås (\*, A, G, ILM, L, VS) Fullkorns ekopasta (\*, A, ILM, L, M, Veg)

**Vegan:** Tomat- bönsås (\*, A, G, L, M, Veg VS) Fullkorns ekopasta (\*, A, ILM, L, M, Veg)

## Smaklig måltid!

Amica  
Vasa övningsskola Gymnasiet  
Skolhusgatan 31  
65100 VASA  
+358404811266

ovningsskola.gymnasiet@compass-group.fi

VL = Laktosfattig

L = Laktosfri

G = Glutenfri

M = Mjölkfri

A = Contains allergen

Veg = Vegan food

VS = Contains fresh garlic

\* = Comply with Finnish nutrition recommendations

ILM = Climate-friendly