

LUNCHMENYN

VECKOR 49/2021, 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51

VECKOR 44/2021, 50/2021, 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52

VECKOR 45/2021, 51/2021, 5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47

MÅNDAG

Helmis korvpanna **L o**
Kycklingstek med bbq-sås **M o**
Krämig laxsoppa **L o**
Operaschnitzel **L**

MÅNDAG

Köttfärssås **L o**
Dijonkyckling **L o**
Mexikansk tomatsoppa **L o**
Ytterfilébiff av gris med béarnaisesås **o**

MÅNDAG

Korvsås **L o**
Helmis fish & chips **M o**
Curry-kycklingsoppa **L o**
Operaschnitzel **L**

TISDAG

Helmis pannbiff med stekt lök **L o**
Kycklingpasta bearnaise
Spenatsoppa med kokt ägg **LL**
Pepparlövbiff av gris **L o**

TISDAG

Pyttipanna med stekt ägg **M o**
Spenatplättar med lingon **M o**
Köttfärssoppa **M o**
Hawaiiansk kycklingschnitzel

TISDAG

Helmis pannbiffar med lök- och baconsås **L o**
Kyckling sweet 'n' sour **M o**
Krämig laxsoppa **L o**
Pepparlövbiff av gris **L o**

ONSDAG

Pepprig grisgryta **L o**
Panerad flundra med tartarsås **L**
Kokos- och kycklingsoppa **M o**
Grillbiff av gris **L o**

ONSDAG

Helmis köttfärs med brunsås **L o**
Kyckling Kiev **L**
Soppa med rökt regnbågslax **L o**
Lövbiff av grisytterfilé **L o**

ONSDAG

Karelsk stek **M o**
Källåda med lingon **M o**
Svampsoppa **LL**
Grillbiff av gris **L o**

TORSDAG

Ugnskorv **L o**
Frestelse med rökt lax **L o**
Ärtsoppa **M o** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med auraost **L o**

TORSDAG

Ugnsstekt regnbågslax och gräddfilssås med dill **L o**
Lök- och korvbiffar **L o**
Ärtsoppa **M o** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med bacon **M o**

TORSDAG

Smetanaregnbågslax **L o**
Djävulens kycklinggryta **L o**
Ärtsoppa **M o** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med auraost **L o**

FREDAG

Helmis köttbullar med brunsås **L o**
Kökets val
Korvsoppa **M o**
Hawaiischnitzel

FREDAG

Helmis köttbullar med peppargräddsås **L o**
Kökets val
Knackkorvssoppa **M o**
Jägarschnitzel **L**

FREDAG

Helmis viltköttbullar med brunsås **L o**
Kökets val
Spansk chorizosoppa med crème fraiche **LL o**
Hawaiischnitzel

LÖRDAG

Fiskbiffar med tartarsås **L**
Lasagne **LL**
Floridakyckling

LÖRDAG

Salamifrestelse **L o**
Coq au vin **M o**
Fyllid grislövbiff **L o**

LÖRDAG

Helmis pasta carbonara **L**
Panerad fisk med gräddfilssås **L**
Floridakyckling

SÖNDAG

Currykyckling med frukt **L o**
Helmis kebab **M o** med vitlökssås **L**
Lövbiff av gris med auraost **L o**

SÖNDAG

Mör griskarré med pepparsås **L o**
Laxlasagne **L**
Grillad kyckling med béarnaisesås **o**

SÖNDAG

Grekisk köttfärslimpa **L o**
Kyckling-panmesanschnitzel med ranchsås **L**
Grislövbiff med kryddsmör **L o**

Helglunch tillgänglig på följande stationer:

Ii, Kokkola Vitsari, Muurame, Mäntsälä P, Orivesi, Pihtipudas Putaanportti, Raasepori Karjaa, Sato Halikko, Siilinjärvi, Ylöjärvi, Äänekoski Hirvaskangas, Hämeenlinna Iittala, Laitila, Jämsä, Laukaa Lievestuore, Parkano, Porvoo, Vantaa Ruskeasanta, Rovaniemi Napapiiri

L Laktosfri **M** Mjölkfri **LL** Låg laktos
o En maträtt gjord på glutenfria ingredienser.
Fråga personalen för mer information.

LUNCHMENYN

**VECKOR 46/2021, 52/2021,
6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48**

**VECKOR 47/2021, 1, 7, 13, 19,
25, 31, 37, 43, 49**

**VECKOR 47/2021, 2, 8, 14, 20,
26, 32, 38, 44, 50**

MÅNDAG

Schnitzel av kycklingstek
med peppargräddsås **L o**
Kåldolmar med lingon **L o**
Krämig laxsoppa **L o**
Ytterfilébiff av gris
med béarnaisesås **o**

MÅNDAG

Citronsmetanakyckling **L o**
Pyttipanna med stekt ägg **M o**
Mexikansk tomatsoppa **L o**
Operaschnitzel **L**

MÅNDAG

Viltfrestelse med lingon **L o**
Laxschnitzel med
Helmis remouladsås
Curry-kycklingsoppa **L o**
Ytterfilébiff av gris
med béarnaisesås **o**

TISDAG

Helmis kebab **L o**
Kycklingpasta bearnaise
Spenatsoppa med kokt ägg **LL**
Hawaiiansk kycklingschnitzel

TISDAG

Helmis korvbiffar **L**
Fiskbiffar med tartarsås **L**
Köttfärsoppa **M o**
Pepparlövbiff av gris **L o**

TISDAG

Biff à la Lindström **L**
Salamipasta **L**
Krämig laxsoppa **L o**
Hawaiiansk
kycklingschnitzel

ONSDAG

Makaronilåda **L**
Grisgryta à la stroganoff **L o**
Kokos- och kycklingsoppa
Lökbiff av grisytterfilé **L o**

ONSDAG

Bacon- och viltskav **M o**
Malda leverbiffar **L o**
Soppa med rökt regnbågslax **L o**
Grillbiff av gris **L o**

ONSDAG

Tacogräddkyckling **L o**
Karelsk stek **M o**
Svampsoppa **LL**
Lökbiff av grisytterfilé **L o**

TORSDAG

Baconknackkorvar **L o**
Ugnsströmming **LL o**
Ärtsoppa **M o** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med bacon **L o**

TORSDAG

Lasagne **LL**
Strömmingsbiffar **L**
Ärtsoppa **M o** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med auraost **L o**

TORSDAG

Knackkorvssås **L o**
Lasagne med rökt lax **L**
Ärtsoppa **M o** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med bacon **L o**

FREDAG

Helmis köttbullar med brunsås **L o**
Kökets val
Korvsoppa **M o**
Jägarschnitzel **L**

FREDAG

Helmis köttbullar
med peppargräddsås **L o**
Knackkorvssoppa **M o**
Hawaiischnitzel

FREDAG

Helmis viltköttbullar
med brunsås **L o**
Spansk chorizosoppa
med crème fraiche **LL o**
Jägarschnitzel **L**

LÖRDAG

Stekt regnbågslax med
citron- och hollandaisesås **o**
Köttfärs- och auraostfrestelse **L o**
Fyllt grislövbiff **L o**

LÖRDAG

Pastagrätäng med rökt lax **L**
Schweizisk köttfärslimpa **L o**
Floridakyckling

LÖRDAG

Texmex-ugnskorv **L o**
Knaprig kyckling med
vitlöksyoghurtsås **L o**
Fyllt grislövbiff **L o**

SÖNDAG

Rökt kassler av gris
med rödlökssås **M o**
Vingbuffé **L o**
Grillad kyckling
med béarnaisesås **o**

SÖNDAG

Mör griskarré med senapssås **L o**
Fiskfärs med citron-
hollandaisesås **o**
Grislövbiff med kryddsmör **L o**

SÖNDAG

Helmis köttfärslimpa
med brunsås **L o**
Ugnsregnbågslax med
citron- och hollandaisesås **o**
Lövbiff av gris med kryddsmör **o**

Helglunch tillgänglig på följande stationer:

Ii, Kokkola Vitsari, Muurame, Mäntsälä P, Orivesi, Pihtipudas Putaanportti, Raasepori Karjaa, Sato Halikko, Siilinjärvi, Ylöjärvi, Äänekoski Hirvaskangas, Hämeenlinna Iittala, Laitila, Jämsä, Laukaa Lievestuore, Parkano, Porvoo, Vantaa Ruskeasanta, Rovaniemi Napapiiri

L Laktosfri **M** Mjölkfri **LL** Låg laktos
o En maträtt gjord på glutenfria ingredienser.
Fråga personalen för mer information.