

# LOUNASLISTA

## VIIKKO 49

### MAANANTAI

Helmen makkarapannu **L o**  
Kananpojanpaistia ja  
bbq-kastiketta **M o a**  
Kermainen lohikeitto **L o**  
Oopperaleike **L**

### TIISTAI

Helmen pannupihvejä  
ja ruskistettua sipulia **L o**  
Kanapastaa béarnaise  
Pinaattikeitto ja keitettyä  
kananmunaa **VL**  
Possun pippurilehtipihvi **L o**

### KESKIVIIKKO

Pippuripossupataa **L o**  
Paneroitua kampelaa  
ja tartarkastiketta **L**  
Kookos-kanakeitto **M o a**  
Possun grillipihvi **L o**

### TORSTAI

Uunimakkaraa **L o**  
Savulohikiusausta **L o**  
Hernekeitto **M o a** ja pannukakkua **L**  
Pariloitua broileria  
ja aurajuustoa **L o**

### PERJANTAI

Helmen lihapullia ja  
ruskeaa kastiketta **L o**  
Keittiön valinta  
Makkarakieitto **M o a**  
Hawaijin leike

### LAUANTAI

Kalapihvejä ja tartarkastiketta **L**  
Lasagnea **VL**  
Floridan broileria

### SUNNUNTAI

Hedelmäinen currykana **L o**  
Helmen kebabia **M o a**  
ja valkosipulikastiketta **L**  
Possun lehtipihvi  
ja maustevoita **L o**

## VIIKOT 44, 50

### MAANANTAI

Jauhelihakastiketta **L o**  
Dijonin kanaa **L o**  
Meksikon tomaattikeitto **L o**  
Porsaan ulkofileepihvi  
ja béarnaisekastiketta **o**

### TIISTAI

Pyttipannua ja paistettuja **M o a**  
kananmunia **M o a**  
Pinaattilettuja ja puolukkaa **M o a**  
Jauhelihakeitto **M o a**  
Hawaijin broilerileike

### KESKIVIIKKO

Lihamureketta ja  
ruskeaa kastiketta **L o**  
Kievin kanaa **L**  
Savukirjolohikeitto **L o a**  
Sipulipihvi possun ulkofileestä **L o a**

### TORSTAI

Uunikirjolohta ja  
tillikermaviilikastiketta **L o a**  
Sipuli-makkarapihvejä **L o a**  
Hernekeitto **M o a** ja pannukakkua **L**  
Pariloitua broileria ja pekonia **M o a**

### PERJANTAI

Helmen lihapullia ja  
pippurikermakastiketta **L o a**  
Keittiön valinta  
Nakkikeitto **M o a**  
Metsästäjän leike **L**

### LAUANTAI

Salamikiusausta **L o a**  
Kukkoa viinissä **M o a**  
Täytetty possun lehtipihvi **L o a**

### SUNNUNTAI

Mureaa possunniskaa  
ja pippurikastiketta **L o a**  
Lohilasagne **L**  
Pariloitua broileria ja  
béarnaisekastiketta **o**

## VIIKOT 45, 51

### MAANANTAI

Makkarakastiketta **L o a**  
Helmen fish & chips **M o a**  
Curry-kanakeitto **L o a**  
Oopperaleike **L**

### TIISTAI

Helmen pannupihvejä  
ja sipuli-pekonicastiketta **L o a**  
Kananpoikaa sweet 'n' sour **M o a**  
Kermainen lohikeitto **L o a**  
Possun pippurilehtipihvi **L o a**

### KESKIVIIKKO

Karjalanpaistia **M o a**  
Kaalilaatikkoa ja puolukkaa **M o a**  
Sienikeitto **VL**  
Possun grillipihvi **L o a**

### TORSTAI

Smetanakirjolohta **L o a**  
Paholaisen broileripataa **L o a**  
Hernekeitto **M o a** ja pannukakkua **L**  
Pariloitua broileria ja aurajuustoa **L o a**

### PERJANTAI

Helmen riistalihapullia  
ja ruskeaa kastiketta **L o a**  
Keittiön valinta  
Espanjalainen chorizokeitto ja  
ranskankermaa **VL o a**  
Hawaijin leike

### LAUANTAI

Helmen pasta carbonara **L**  
Paneroitua kalaa  
ja kermaviilikastiketta **L**  
Floridan broileria

### SUNNUNTAI

Kreikkalaista lihamureketta **L o a**  
Broileri-parmesanleike  
ja ranch-kastiketta **L**  
Possun lehtipihvi ja maustevoita **L o a**

Viikonloppulounas tarjolla seuraavilla asemilla:

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** Laktoositon **M** Maidoton **VL** Vähälaktoosinen  
**o** Gluteenittomista raaka-aineista valmistettu annos.  
Kysy lisää henkilökunnalta.

# LOUNASLISTA

## VIIKOT 46, 52

## VIIKKO 47

## VIIKKO 48

### MAANANTAI

Kanan paistileikettä ja pippurikermakastiketta **L o**  
Kaalikääryleitä ja puolukkaa **L o**  
Kermainen lohikeitto **L o**  
Porsaan ulkofileepihvi ja béarnaisekastiketta **o**

### TIISTAI

Helmen kebabia **L o**  
Kanapastaa béarnaise  
Pinaattikeitto ja keitettyä kananmunaa **VL**  
Hawaijin broilerileike

### KESKIVIIKKO

Makaronilaatikkoa **L**  
Possupataa stroganoff **L o**  
Kookos-kanakeitto  
Sipulipihvi possun ulkofileestä **L o**

### TORSTAI

Pekoninakit **L o**  
Uunisilakoita **VL o**  
Hernekeitto **M o** ja pannukakkua **L**  
Pariloitua broileria ja pekonia **L o**

### PERJANTAI

Helmen lihapullia ja ruskeaa kastiketta **L o**  
Makkara-keitto **M o**  
Metsästäjän leike **L**

### LAUANTAI

Paistettua kirjolohta ja sitruuna-hollandaisekastiketta **o**  
Jauheliha-aurajuustokiusaus **L o**  
Täytetty possun lehtipihvi **L o**

### SUNNUNTAI

Possun savukassleria ja punasipulikastiketta **M o**  
Siipibuffet **L o**  
Pariloitua broileria ja béarnaisekastiketta **o**

### MAANANTAI

Sitruunasmetanabroileria **L o**  
Pyttipannua ja paistettuja kananmunia **M o**  
Meksikon tomaattikeitto **L o**  
Oopperaleike **L**

### TIISTAI

Helmen makkarahihvit **L**  
Kalapihvejä ja tartarkastiketta **L**  
Jauhelihakeitto **M o**  
Possun pippurilehtipihvi **L o**

### KESKIVIIKKO

Pekoni-riistakäristystä **M o**  
Jauhemaksapihvejä **L o**  
Savukirjolohikeitto **L o**  
Possun grillipihvi **L o**

### TORSTAI

Lasagnea **VL**  
Silakkapihvejä **L**  
Hernekeitto **M o** ja pannukakkua **L**  
Pariloitua broileria ja aurajuustoa **L o**

### PERJANTAI

Helmen lihapullia ja pippurikermakastiketta **L o**  
Nakkikeitto **M o**  
Hawaijin leike

### LAUANTAI

Savulohipastavuokaa **L**  
Sveitsiläistä lihamureketta **L o**  
Floridan broileria

### SUNNUNTAI

Mureaa possunniskaa ja sinappikastiketta **L o**  
Kalamureketta ja sitruuna-hollandaisekastiketta **o**  
Possun lehtipihvi ja maustevoita **L o**

### MAANANTAI

Riistakiusausta ja puolukkaa **L o**  
Lohileike ja Helmen remouladekastiketta  
Curry-kanakeitto **L o**  
Porsaan ulkofileepihvi ja béarnaisekastiketta **o**

### TIISTAI

Lindströminpihvejä **L**  
Salamipastaa **L**  
Kermainen lohikeitto **L o**  
Hawaijin broilerileike

### KESKIVIIKKO

Tacokermakanaa **L o**  
Karjalanpaistia **M o**  
Sienikeitto **VL**  
Sipulipihvi possun ulkofileestä **L o**

### TORSTAI

Nakkikastiketta **L o**  
Savulohilasagnea **L**  
Hernekeitto **M o** ja pannukakkua **L**  
Pariloitua broileria ja pekonia **L o**

### PERJANTAI

Helmen riistalihapullia ja ruskeaa kastiketta **L o**  
Espanjalainen chorizokeitto ja ranskankermaa **VL o**  
Metsästäjän leike **L**

### LAUANTAI

Tex-mex-uunimakkaraa **L o**  
Rapeaa kanaa ja valkosipulijogurttikastiketta **L o**  
Täytetty possun lehtipihvi **L o**

### SUNNUNTAI

Helmen lihamureketta ja ruskeaa kastiketta **L o**  
Uunikirjolohta ja sitruuna-hollandaisekastiketta **o**  
Possun lehtipihvi ja maustevoita **o**

Viikonloppulounas tarjolla seuraavilla asemilla:

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** Laktoositon **M** Maidoton **VL** Vähälaktoosinen  
**o** Gluteenittomista raaka-aineista valmistettu annos.  
Kysy lisää henkilökunnalta.