

LOUNASLISTA

VIIKOT

3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51

MAANANTAI

Helmen makkarapannu **L O**
Kananpojanpaistia ja
bbq-kastiketta **M O**
Kermanen 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 (Luoteis-
Atlanti) ja tartarkastiketta **L**
Kookos-kanakeitto **M O**
Possun grillipihvi **L O**

TORSTAI

Uunimakkaraa **L O**
Savulohikiusausta (NO) **L O**
Hernekeitto **M O** ja pannukakkua **L**
Pariloitua broileria
ja aurajuustoa **L O**

PERJANTAI

Helmen lihapullia ja
ruskeaa kastiketta **L O**
Keittiön valinta
Makkarakeitto **M O**
Hawaijin leike

LAUANTAI

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

SUNNUNTAI

Hedelmäinen currykana **L O**
Helmen kebabia (EU) **M O**
ja valkosipulikastiketta **L**
Possun lehtipihvi
ja maustevoita **L O**

VIIKOT

4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52

MAANANTAI

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

TIISTAI

Pyttipannua ja paistettuja
kananmunia **M O**
Pinaattilettuja ja puolukkaa **M O**
Jauhelihakeitto **M O**
Hawaijin broilerileike

KESKIVIIKKO

Lihamureketta ja
ruskeaa kastiketta **L O**
Kievin kanaa **L**
Savukirjolohikeitto (NO) **L O**
Sipulipihvi possun ulkofileestä **L O**

TORSTAI

Uunikirjolohta (FI/SWE/NO/DK/EE)
ja tillikermaviilikastiketta **L O**
Sipuli-makkarapihvejä **L O**
Hernekeitto **M O** ja pannukakkua **L**
Pariloitua broileria ja pekonia **L O**

PERJANTAI

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

LAUANTAI

Salamikiusausta **L O**
Kukkoa viinissä **M O**
Täytetty possun lehtipihvi **L O**

SUNNUNTAI

Mureaa possunniskaa
ja pippurikastiketta **L O**
Lohilasagne (FI/SWE/NO) **L**
Pariloitua broileria ja
béarnaisekastiketta **O**

VIIKOT

5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47

MAANANTAI

Makkarakastiketta **L O**
Helmen fish & chips
(Pohjoinen Tyynimeri) **M O**
Curry-kanakeitto **L O**
Oopperaleike **L**

TIISTAI

Helmen pannupihvejä
ja sipuli-pekoni-kastiketta **L O**
Kananpoikaa sweet 'n' sour **M O**
Kermanen lohikeitto **L O**
Possun pippurilehtipihvi **L O**

KESKIVIIKKO

Karjalanpaistia **M O**
Kaalilaatikkoo ja puolukkaa **M O**
Sienikeitto **VL**
Possun grillipihvi **L O**

TORSTAI

Smetanakirjolohta
(FI/SWE/NO/DK/EE) **L O**
Paholaisen broileripataa **L O**
Hernekeitto **M O** ja pannukakkua **L**
Pariloitua broileria ja aurajuustoa **L O**

PERJANTAI

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

LAUANTAI

Helmen pasta carbonara **L**
Paneroitua kalaa (Pohjoinen
Tyynimeri) ja kermaviilikastiketta **L**
Floridan broileria

SUNNUNTAI

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

Viikonloppulounas tarjolla seuraavilla asemilla:

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

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

LOUNASLISTA

VIIKOT

6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48

MAANANTAI

Kanan paistileikettä ja pippurikermakastiketta **L O**
Kaatikäryleitä ja puolukkaa **L O**
Kermanen lohikeitto **L O**
Porsaan ulkofileepihvi ja béarnaisekastiketta **O**

TIISTAI

Helmen kebabia (EU) **L O**
Kanapastaa béarnaise
Pinaattikeitto ja keitettyä kananmunaa **VL**
Hawaijin broilerileike

KESKIVIIKKO

Makaronilaatikkoo **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**
Keittiön valinta
Makkarakeitto **M O**
Metsästäjän leike **L**

LAUANTAI

Paistettua kirjolohta (FI/SWE/NO/DK/EE) 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**

VIIKOT

1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49

MAANANTAI

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

TIISTAI

Helmen makkarapihvit **L**
Kalapihvejä ja tartarkastiketta **L**
Jauhelihakeitto **M O**
Possun pippurilehtipihvi **L O**

KESKIVIIKKO

Pekoni-riistakäristystä (EU/NZ) **M O**
Jauhemaksapihvejä **L O**
Savukirjolohikeitto (NO) **L O**
Possun grillipihvi **L O**

TORSTAI

Lasagnea **VL**
Silakkapihvejä (Koillis-Atlanti) **L**
Hernekeitto **M O** ja pannukakkua **L**
Pariloitua broileria ja aurajuustoa **L O**

PERJANTAI

Helmen lihapullia ja pippurikermakastiketta **L O**
Keittiön valinta
Nakkikeitto **M O**
Hawaijin leike

LAUANTAI

Savulohipastavuokaa (NO) **L**
Sveitsiläistä lihamureketa **L O**
Floridan broileria

SUNNUNTAI

Mureaa possunniskaa ja sinappikastiketta **L O**
Kalamureketa ja sitruuna-hollandaisekastiketta **O**
Possun lehtipihvi ja maustevoita **L O**

VIIKOT

2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50

MAANANTAI

Riistakiusausta (EU/NZ) ja puolukkaa **L O**
Lohileike (NO) ja Helmen remouladekastiketta
Curry-kanakeitto **L O**
Porsaan ulkofileepihvi ja béarnaisea **O**

TIISTAI

Lindströminpihvejä (EU) **L**
Salamipastaa **L**
Kermanen lohikeitto **L O**
Hawaijin broilerileike

KESKIVIIKKO

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

TORSTAI

Nakkikastiketta **L O**
Savulohilasagnea (FI/SWE/NO) **L**
Hernekeitto **M O** ja pannukakkua **L**
Pariloitua broileria ja pekonia **L O**

PERJANTAI

Helmen riistalihapullia (FI/EU) ja ruskeaa kastiketta **L O**
Keittiön valinta
Espanjalainen chorizokeitto ja ranskankermaa **VL O**
Metsästäjän leike **L**

LAUANTAI

Texmex-uunimakkaraa **L O**
Rapeaa kanaa ja valkosipuli-jogurttikastiketta **L O**
Täytetty possun lehtipihvi **L O**

SUNNUNTAI

Helmen lihamureketa ja ruskeaa kastiketta **L O**
Uunikirjolohta (FI/SWE/NO/DK/EE) ja sitruuna-hollandaisekastiketta **O**
Possun lehtipihvi ja maustevoita **L O**

Viikonloppulounas tarjolla seuraavilla asemilla:

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

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