

HelmiSimpukkas LUNCHLISTA

VECKOR
43, 49

MÅNDAG

Helmis korpvanna **L G**
Burgundisk kyckling **M G**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Operaschnitzel **L**

TISDAG

Helmis pannbiffar med brynt lök **L G**
Kycklingpasta béarnaise **L**
Systerkorvsoppa **M G**
Pepparlövbiff av gris **L G**

ONSDAG

Peppargrisgryta **L G**
Panerad flundra (Nordvästatlanten) och gurkmajonnäs **M**
Rotsakspurésoppa **L G**
Grillbiff av gris **L G**

TORSDAG

Ugnskorv **L G**
Strömmingsbiffar (Nordostatlanten) med dillgräddfilssås **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Stekt kyckling med Aura-ost **L G**

FREDAG

Kebabpanna **L G**
Skinkfrestelse **G L**
Spansk chorizosoppa **L G**
Hawaiischnitzel

LÖRDAG

Flundra med räkfyllning (Nordöstra Stilla havet) och citronmajonnäs **L**
Koreansk BBQ-grisgryta **M G**
Stekt kyckling med bearnaisesås **G**

SÖNDAG

Grisschnitzel (DE) med svampsås **L**
Stekt regnbågslax med dill-citronsås **L G**
Grislövbiff och kryddsmör **L G**

VECKOR
44, 50

MÅNDAG

Knackorvssås **L G**
Dijonkyckling **L G**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Gris ytterfilebiff med béarnaisesås **G**

TISDAG

Köttfärs med brun sås **L G**
Siklöjabiffar med remouladesås **L G**
Maletkötsoppa **M G**
Kycklingbiff Hawaii

ONSDAG

Pyttipanna med stekta ägg **M G**
Chimichurrikyckling **L G**
Getost-tomatsoppa med crème fraîche **L G**
Lökbiff av gris ytterfile **L G**

TORSDAG

Karelsk stek **M G**
Helmis regnbågslaxfärsbiffar med pepparrotssås **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Stekt kyckling och bacon **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar och svampsås **L G**
Kökets val
Köttssoppa **M G**
Jägarschnitzel **L**

LÖRDAG

Stekta siklöja med dillgräddfilssås **L**
BBQ Ribs och koriandermajonnäs **M G**
Oskars schnitzel **L**

SÖNDAG

Mör grislägg med senapssås **L G**
Hokifisk (Sydvästra Stilla havet), vitvinsås och räkor **L G**
Grillbiff av gris **L G**

VECKOR
45, 51

MÅNDAG

Korvsås **L G**
Kyckling Kiev och currymajonnäs **L**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Operaschnitzel **L**

TISDAG

Helmis Fish&chips (Stilla havet) **M G**
Baconpasta **L**
Systerkorvsoppa **M G**
Pepparlövbiff av gris **L G**

ONSDAG

Lasagne **L**
Kyckling Sweet 'n sour **M G**
Rotsakspurésoppa **L G**
Grillbiff av gris **L G**

TORSDAG

Lök-korvbiffar **L G**
Tonfiskpasta (Stilla havet) **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Stekt kyckling med Aura-ost **L G**

FREDAG

Buffet kycklingburgare **M**
Chili Con Carne **M G**
Spansk chorizosoppa **L G**
Hawaiischnitzel

LÖRDAG

Knaprig kyckling med citronmajonnäs **M G**
Nötköttsstroganoff **L G**
Stekt kyckling med bearnaisesås **G**

SÖNDAG

Mör grisnacke med pepparsås **L G**
Stekt regnbågslax med citronhollandaisesås **L G**
Grislövbiff och kryddsmör **L G**

HelmiSimpukkas LUNCHLISTA

VECKOR
46, 52

VECKOR
41, 47

VECKOR
42, 48

MÅNDAG

Makaronilåda **L**
Kyckling med Aura-ost **L G**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Gris ytterfilébiff med bearnaisesås **G**

MÅNDAG

Kyckling med citron och smetana **L G**
Biff à la Lindström (EU) **L**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Operaschnitzel **L**

MÅNDAG

Kryddig sesamkyckling och rostade grönsaker **M**
Biffar av mald lever, bacon-löksås och lingon **L G**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Gris ytterfilébiff med bearnaisesås **G**

TISDAG

Kåldolmar och lingon **L G**
Regnbågslaxfrestelse **L G**
Maletköttssoppa **M G**
Kycklingbiff Hawaii

TISDAG

Kållåda **L G**
Djävulens kycklingryta **L G**
Systemkorvsoppa **M G**
Pepparlövbiff av gris **L G**

TISDAG

Fröpanerad fisk (Nordostatlanten) och pepparrotssås **L**
Kyckling-havrerisotto och citronpepparsås **VL**
Maletköttssoppa **M G**
Kycklingbiff Hawaii

ONSDAG

Igors kyckling **L G**
Viltskav (NZ) **L G**
Getost-tomatsoppa med crème fraiche **L G**
Lökbiff av gris ytterfilé **L G**

ONSDAG

Traditionell köttfärssås **L G**
Kycklingpasta béarnaise **L**
Rotsakspurésoppa **L G**
Grillbiff av gris **L G**

ONSDAG

Grisgryta Stroganoff **L G**
Kycklinglår med tsatsiki **L G**
Getost-tomatsoppa med crème fraiche **L G**
Lökbiff av gris ytterfilé **L G**

TORSDAG

Texmex Ugnskorv **L G**
Lasagne med regnbågslax **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Stekt kyckling och bacon **L G**

TORSDAG

Helmis pannbiffar med bacon-löksås **L G**
Regnbågslaxbullar med remouladesås **L G**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Stekt kyckling med Aura-ost **L G**

TORSDAG

Baconknackorvar **L G**
Ugnssej (Norska havet), vitvinsås och räkor **L G**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Stekt kyckling och bacon **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar och tomatsås **L G**
Kökets val
Köttssoppa **M G**
Jägarschnitzel **L**

FREDAG

Korv och pommes frites **M G**
Feta-grönsaksfrestelse **L G**
Spansk chorizosoppa **L G**
Hawaiischnitzel

FREDAG

Helmis köttbullar med peppargräddsås **L**
Kökets val
Köttssoppa **M G**
Jägarschnitzel **L**

LÖRDAG

Gris Red Curry **M G**
Stekta siklöjor med remouladesås **L**
Oskars schnitzel **L**

LÖRDAG

Flundra med räkfillning (Nordöstra Stilla havet) och citronmajonnäs **LL**
Pepparoxgryta **L G**
Stekt kyckling med bearnaisesås **G**

LÖRDAG

BBQ Ribs och koriandemajonnäs **M G**
Stekta siklöjor med remouladesås **L**
Oskars schnitzel **L**

SÖNDAG

Rökt grisnacke med rödlökssås **M G**
Hokifisk (Sydvästra Stilla havet), vitvinsås och räkor **LL G**
Grillbiff av gris **L G**

SÖNDAG

Chuck Roll av nötkött med peppargräddsås **L G**
Smetanaregnbågslax **L G**
Grislövbiff och kryddsmör **L G**

SÖNDAG

Grisschnitzel (DE) med svampsås **L**
Hokifisk (Sydvästra Stilla havet), vitvinsås och räkor **LL G**
Grillbiff av gris **L G**