

# HelmiSimpukkas LUNCHLISTA

## VECKOR

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

### 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 dillgräddfilsås **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**  
Grislövbiiff och kryddsmör **L G**

## VECKOR

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

### 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 dillgräddfilsås **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

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

### 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**  
Grislövbiiff och kryddsmör **L G**



# HelmiSimpukkas LUNCHLISTA

## VECKOR

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

### MÅNDAG

Makaronilåda **L**  
Kyckling med Aura-ost **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

### ONSDAG

Igors kyckling **L G**  
Viltskav (NZ) **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**

### FREDAG

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

### LÖRDAG

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

### SÖNDAG

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

## VECKOR

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

### MÅNDAG

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

### TISDAG

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

### ONSDAG

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

### FREDAG

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

### LÖRDAG

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

### SÖNDAG

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

## VECKOR

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

### 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

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

### ONSDAG

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

### TORSDAG

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

### FREDAG

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

### LÖRDAG

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

### SÖNDAG

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

**LL** Låglaktos **L** Laktosfri **M** Mjölkfri **G** Tillverkad av glutenfria ingredienser, produkten är inte glutenfri. Tilläggsinformation av personalen.

Fråga personalen om du har allergi eller intolerans och vill veta mer om ämnen i maten.  
Priserna på nätet är rekommenderade priser. Kolla priserna på stationen.