

LUNCHMENYN

VECKOR

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

MÅNDAG

Helmis korvpanna **L G**
Kycklingstek med BBQ-sås **M G**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Operaschnitzel **L**

TISDAG

Helmis pannbiff med stekt lök **L G**
Kycklingpasta béarnaise **L**
Korvsoppa **M G**
Pepparlövbiff av gris **L G**

ONSDAG

Pepprig grisgröta **L G**
Panerad flundra (Nordvästatlanten) med gurkmajonnäs **M**
Kokos- och kycklingsoppa **M G**
Grillbiff av gris **L G**

TORSDAG

Ugnskorv **L G**
Strömmingsbiffar (Nordstatlanten) och gräddfilssås med dill **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med Auraost **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar med brunsås **L G**
Kökets val
Spensoppa med kokt ägg **L**
Hawaiischnitzel

LÖRDAG

Stekt siklöja och gräddfilssås med dill **L**
Wallenbergare (EU) med lingon **G**
Grillad kyckling med béarnaisesås **L G**

SÖNDAG

Burgundisk kyckling **M G**
Stekt regnbågslax med dill- och citronsaas **L G**
Grislövbiff med kryddsmör **L G**

VECKOR

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

MÅNDAG

Knackkorvssås **L G**
Dijonkyckling **L G**
Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
Ytterfilebiff av gris med béarnaisesås **G**

TISDAG

Köttfärslimpa med brunsås **L G**
Citrusgratinerad fisk (Stilla havet) **M**
Köttfärsoppa **M G**
Hawaiisk kycklingschnitzel

ONSDAG

Pyttipanna med stekt ägg **M G**
Kyckling i indisk kormasås **M G**
Mexikansk tomatoppa **L G**
Lövbiff av grisytterfile **L G**

TORSDAG

Karelsk stek **M G**
Laxfärsbiff med remouladsås **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med bacon **L G**

FREDAG

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

LÖRDAG

Tacogräddkyckling **L G**
Lasagne med rökt lax (Norge) **L**
Fyllt grislövbiff **L G**

SÖNDAG

Övermogen fläsklägg med senapssås **L G**
Panerad flundra (Nordvästatlanten) med gurkmajonnäs **M**
Grillbiff av gris **L G**

VECKOR

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

MÅNDAG

Korvsås **L G**
Kyckling Kiev **L**
Kyckling Kiev med currymajonnäs **L**
Operaschnitzel **L**

TISDAG

Fish & chips (norra Stilla havet) **M G**
Helmis pasta carbonara **L**
Köttsoppa **M G**
Pepparlövbiff av gris **L G**

ONSDAG

Lasagne **L**
Sötsur kyckling **M G**
Soppa med rökt regnbågslax (Norge) **L G**
Grillbiff av gris **L G**

TORSDAG

Lök- och korvbiffar **L G**
Mandelfisk (Nordost- och Nordvästatlanten) och gräddfilssås med dill **L**
Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
Grillad kyckling med Auraost **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar med brunsås **L G**
Kökets val
Gulaschsoppa (EU) med crème fraîche **L**
Hawaiischnitzel

LÖRDAG

Stekt regnbågslax med citron- och hollandsaas **L G**
Burgundisk köttgröta **M G**
Grillad kyckling med béarnaisesås **L G**

SÖNDAG

Mör fläskkarré med peppargräddsås **L G**
Ostfylld panerad fisk (Tyskland) och remouladsås
Grislövbiff med kryddsmör **L G**

Helglunch tillgänglig på följande stationer :

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

LUNCHMENYN

VECKOR

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

MÅNDAG

Makaronilåda **L**
 Auraostkyckling **L G**
 Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
 Ytterfilébiff av gris med béarnaisesås **G**

TISDAG

Helmis pannbiffar med lök- och baconsås **L G**
 Djävulens kycklinggröta **L G**
 Korvsoppa **M G**
 Hawaiiansk kycklingschnitzel

ONSDAG

Panerad flundra (Nordvästatlanten) med gurkmajonnäs **M**
 Viltskav (Sverige och Nya Zeeland) **L G**
 Kokos- och kycklingsoppa **M G**
 Lövbiff av grisytterfilé **L G**

TORSDAG

Texmex-ugnskorv **L G**
 Pastagratäng med rökt lax (Norge) **L**
 Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
 Grillad kyckling med bacon **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar med peppargräddsås **L G**
 Kökets val
 Spenatsoppa med kokt ägg **L**
 Jägarschnitzel **L**

LÖRDAG

Karelsk stek **M G**
 Smetanaregnbågslax **L G**
 Fyllad grislövbiff **L G**

SÖNDAG

Rökt griskasser med rödlökssås **M G**
 Stekt siklöja och gräddfilsås med dill **L**
 Grillbiff av gris **L G**

VECKOR

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

MÅNDAG

Citron-smetanakyckling **L G**
 Helmis tortillor **M**
 Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
 Operaschnitzel **L**

TISDAG

Helmis korvbiffar **L G**
 Fiskbullar (Estland) och gräddfilsås med dill **L**
 Köttfärsoppa **M G**
 Pepparlövbiff av gris **L G**

ONSDAG

Pyttipanna med stekt ägg **M G**
 Kycklingpasta béarnaise **L**
 Mexikansk tomatoppa **L G**
 Grillbiff av gris **L G**

TORSDAG

Käldolmar med lingon **L G**
 Regnbågslaxfrestelse **L G**
 Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
 Grillad kyckling med Auraost **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar med brunsås **L G**
 Kökets val
 Knackkorvsoppa **M G**
 Hawaiischnitzel

LÖRDAG

Helmis fish & chips (norra Stilla havet) **M G**
 Peppargräddkyckling **L G**
 Grillad kyckling med béarnaisesås **L G**

SÖNDAG

Mör fläskkarré med senapssås **L G**
 Citrusgratinerad fisk (Stilla havet) **M**
 Grislövbiff med kryddsmör **L G**

VECKOR

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

MÅNDAG

Kyckling i indisk kormasås **M G**
 Biff à la Lindström (EU) **L**
 Gräddig regnbågslaxsoppa **L G**
 Ytterfilébiff av gris med béarnaisesås **G**

TISDAG

Ostfylld panerad fisk (Tyskland) och remouladsås
 Helmis kebab (EU) **L G**
 Köttsoffa **M G**
 Hawaiiansk kycklingschnitzel

ONSDAG

Schweizisk köttfärs **L G**
 Kycklinglår med tzatziki **L G**
 Soppa på rökt regnbågslax (Norge) **L G**
 Lövbiff av grisytterfilé **L G**

TORSDAG

Baconknackkorv **L G**
 Lasagne med rökt lax (Norge) **L**
 Ärtsoppa **M G** och pannkaka **L**
 Grillad kyckling med bacon **L G**

FREDAG

Helmis köttbullar med peppargräddsås **L G**
 Kökets val
 Gulaschsoppa (EU) med crème fraîche **L**
 Jägarschnitzel **L**

LÖRDAG

Burgundisk köttgröta **M G**
 Krispig kyckling med currymajonnäs **L G**
 Fyllad grislövbiff **L G**

SÖNDAG

Grekisk köttfärslimpa **L G**
 Stekt regnbågslax med citron- hollandsesås **L G**
 Grillbiff av gris **L G**

Helglunch tillgänglig på följande stationer :

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