

**Kontulan seniorikeskus,
ravintola**

Ravintola / kahvila Mantelin aukioloajat:
- Arkipäivisin ma - pe klo 8.30-15.00
- Arkipyhinä ja viikonloppuisin klo 9.00-14.30

Lounas tarjolla joka päivä 11.00 - 14.00
Jos tarvitset erityisruokavaliota, kysythän
neuvoa henkilökunnalta.

09 310 27019 09 310 61807
ravintokeskus.kontula@hel.fi
Kontukuja 5,00940,Helsinki

Helsinki

**Palvelukeskus
Helsinki**

MAANANTAI 31.3.2025

Lounas

Porsasta rosepippurikastikkeessa L, VL, M, G Perunat L, VL, M, G, Veg, ♥

Lounas.

Appelsiini-sitruunakalaa L, VL, M, ♥ Kermaviili-kurkkusalaattikastiketta L, VL, G, ♥
Perunat L, VL, M, G, Veg, ♥

Keitto

Juuressosekeittoa L, VL, G, ♥ Krutonkeja L, VL, M, Veg

Jälkiruoka

Kuningatarkiisseliä L, VL, M, G, Veg

Muutokset ruokalistalla ovat mahdollisia. Tarkista allergeenit tarvittaessa keittiöhenkilökunnalta.

♥ - Parempi valinta, L - Laktoositon, VL - Vähälaktoosinen, M - Maidoton, G - Gluteeniton, Veg - Vegaaninen