
**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**

FREDAG 2025-04-04

Lunch

Broilercurry L, LL, M, G Ris L, LL, M, G, Veg

Lunch

Tonfisk-tomatpizza L, LL

Sopplunch

Ribollita – toskansk grönsakssoppa L, LL, M, Veg, ♥

Efterrätt

Karamelpudding L, LL, G

Ändringar i matsedeln är möjliga. Kontrollera vid behov allergenerna av kökspersonalen.

♥ - Hjärtmärket - bättre val, L - Laktosfri, LL - Låglaktos, M - Mjölkfri, G - Glutenfri, Veg - Vegandiet