

|                                        | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                                                                                   | 2025.07.15. - kedd                                                                                                                                   | 2025.07.16. - szerda                                                                                                                 | 2025.07.17. - csütörtök                                                                                           | 2025.07.18. - péntek                                                                                                                                                                       | 2025.07.19. - szombat        |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| <b>NYR - Nyári ételek</b>              | Roston sült csirkemell padlizsánkrémrel, pitával<br><b>1995 Ft</b>                                                                                                                    | Nyári saláta, kukoricával sült baconnal, füstölt sajttal<br><b>1635 Ft</b>                                                                           | Grillezett sajtallér, balsamecetes salátával<br><b>2170 Ft</b>                                                                       | Kapros kovászsuborka- leves pirított baconnal<br><b>1120 Ft</b>                                                   | Hamburger<br><b>2495 Ft</b>                                                                                                                                                                |                              |
| <b>FUN - Gyermekünk kedvenc ételei</b> | Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs, Kakaós palacsinta (1 db)<br><b>1865 Ft</b>                                                                                                | Falusi kacsaleves csigatésztával, Csirkemell paprikás, szarvacska tészta<br><b>1955 Ft</b>                                                           | Házi rakott burgonya, Magyórókrémes palacsinta (1 db)<br><b>1955 Ft</b>                                                              | Csirke nuggets, sült burgonya, ketchup, Fahéjas palacsinta (1 db)<br><b>1695 Ft</b>                               | Palócleves, Kókusz kocka<br><b>1795 Ft</b>                                                                                                                                                 |                              |
| <b>SP1 - Sport és egészség</b>         | Chilis csirke wrap teljes kiőrlésű tortillában<br>533 kcal, 39g szénh., 47g fehérje, 19g zsír<br><b>2055 Ft</b>                                                                       | Citrusos vörös sügér fokhagymás tejszínes pennével<br>653 kcal, 65g szénh., 51g fehérje, 20g zsír<br><b>2150 Ft</b>                                  | Tabbouleh marhaszeletekkel<br>747 kcal, 62g szénh., 51g fehérje, 30g zsír<br><b>2295 Ft</b>                                          | Prosciutto sonka rukkolás-krémsajtos farfallával<br>732 kcal, 57g szénh., 40g fehérje, 39g zsír<br><b>2280 Ft</b> | Currys mangós csirke vadrizses körettel<br>567 kcal, 56g szénh., 47g fehérje, 17g zsír<br><b>1945 Ft</b>                                                                                   |                              |
| <b>SP2 - Sport és egészség</b>         | <br>Stroganoff gombaragu quinoával*<br>524 kcal, 60g szénh., 24g fehérje, 20g zsír<br><b>1820 Ft</b> | Vegán golyók török bulgural, fűszeres joghurttal*<br>625 kcal, 56g szénh., 34g fehérje, 25g zsír<br><b>2265 Ft</b>                                   | Zöldséges lasagne vegán darált hússal*<br>753 kcal, 89g szénh., 38g fehérje, 24g zsír<br><b>1820 Ft</b>                              | Chilis bab héjában sült burgonyával*<br>499 kcal, 79g szénh., 24g fehérje, 7g zsír<br><b>1835 Ft</b>              | <br>Gombapaprikás csicseritarhonyával*<br>508 kcal, 60g szénh., 26g fehérje, 17g zsír<br><b>1775 Ft</b> |                              |
| <b>SP3 - Sport desszert</b>            | Köles rudi szelet*<br>307 kcal, 18g szénh., 9g fehérje, 15g zsír<br><b>1335 Ft</b>                                                                                                    | Alma-mák szelet*<br>537 kcal, 40g szénh., 48g fehérje, 19g zsír<br><b>1275 Ft</b>                                                                    | Mangó-citrom szelet*<br>201 kcal, 13g szénh., 6g fehérje, 16g zsír<br><b>1355 Ft</b>                                                 | Tiramisu szelet*<br>254 kcal, 18g szénh., 8g fehérje, 19g zsír<br><b>1295 Ft</b>                                  | Csokis ekler*<br>248 kcal, 14g szénh., 4g fehérje, 15g zsír<br><b>1245 Ft</b>                                                                                                              |                              |
| <b>L1 - Leves</b>                      | Lencseleves füstölt tarjával<br><b>1120 Ft</b>                                                                                                                                        | Falusi kacsaleves csigatésztával<br><b>1195 Ft</b>                                                                                                   | <br>Újházy tyúkhúsleves<br><b>1130 Ft</b>           | Frankfurti leves<br><b>1145 Ft</b>                                                                                | Babgulyás<br><b>1295 Ft</b>                                                                                                                                                                | Palócleves<br><b>1260 Ft</b> |
| <b>L1K - Kis Leves</b>                 | Lencseleves füstölt tarjával<br><b>785 Ft</b>                                                                                                                                         | Falusi kacsaleves csigatésztával<br><b>835 Ft</b>                                                                                                    | <br>Újházy tyúkhúsleves<br><b>790 Ft</b>            | Frankfurti leves<br><b>795 Ft</b>                                                                                 | Babgulyás<br><b>920 Ft</b>                                                                                                                                                                 | Palócleves<br><b>880 Ft</b>  |
| <b>L2 - Leves</b>                      | Minestrone (olasz zöldség) leves*<br><b>965 Ft</b>                                                                                                                                    | <br>Erdei gombakrémleves, pirított zsemlekockák*<br><b>980 Ft</b>   | <br>Tárkonyos zöldségragu leves*<br><b>995 Ft</b>   | Olasz paradicsomleves (bazzalikom, tejszín)*<br><b>950 Ft</b>                                                     | Csontleves cérnámetélttel<br><b>945 Ft</b>                                                                                                                                                 |                              |
| <b>L2K - Kis Leves</b>                 | Minestrone leves*<br><b>675 Ft</b>                                                                                                                                                    | <br>Erdei gombakrémleves, pirított zsemlekockák*<br><b>685 Ft</b> | <br>Tárkonyos zöldségragu leves*<br><b>695 Ft</b> | Olasz paradicsomleves*<br><b>665 Ft</b>                                                                           | Csontleves cérnámetélttel<br><b>660 Ft</b>                                                                                                                                                 |                              |
| <b>L3 - Leves</b>                      | Hideg meggyleves*<br><b>1030 Ft</b>                                                                                                                                                   | Tejszínes feketeszeder leves*<br><b>1095 Ft</b>                                                                                                      | Ősziarack leves*<br><b>1050 Ft</b>                                                                                                   | Citromos, tejszínes cherry cseresznye leves pirított földimogyoróval*<br><b>1140 Ft</b>                           | Tejszínes körteleves*<br><b>1120 Ft</b>                                                                                                                                                    |                              |
| <b>L3K - Kis Leves</b>                 | Hideg meggyleves*<br><b>790 Ft</b>                                                                                                                                                    | Tejszínes feketeszeder leves*<br><b>765 Ft</b>                                                                                                       | Ősziarack leves*<br><b>735 Ft</b>                                                                                                    | Citromos, tejszínes cherry cseresznye leves pirított földimogyoróval*<br><b>795 Ft</b>                            | Tejszínes körteleves*<br><b>785 Ft</b>                                                                                                                                                     |                              |
| <b>E1 - Friss saláták</b>              | Csirkemell saláta joghurt öntettel<br><b>2070 Ft</b>                                                                                                                                  | Cézár saláta (sült csirkemellel), pirított zsemlekockák<br><b>2090 Ft</b>                                                                            | Rántott camembert, tejfőls vitamin saláta*<br><b>2350 Ft</b>                                                                         | Grill csirkemell filé friss zöldségekkel, tartármártással<br><b>2090 Ft</b>                                       | Fűszeres grill csirkecomb, Retekcsírázás zöld saláta<br><b>2050 Ft</b>                                                                                                                     |                              |
| <b>E1K - Friss saláták kis adag</b>    | Csirkemell saláta joghurt öntettel<br><b>1450 Ft</b>                                                                                                                                  | Cézár saláta (sült csirkemellel), pirított zsemlekockák, cézár öntet<br><b>1465 Ft</b>                                                               | Rántott camembert, tejfőls vitamin saláta, tejfől mártás*<br><b>1645 Ft</b>                                                          | Grill csirkemell filé friss zöldségekkel, tartármártással<br><b>1465 Ft</b>                                       | Fűszeres grill csirkecomb, Retekcsírázás zöld saláta<br><b>1435 Ft</b>                                                                                                                     |                              |

|                                     | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                                                                                         | 2025.07.15. - kedd                                                                                                                                                                                                                                   | 2025.07.16. - szerda                                                                                                                                                                         | 2025.07.17. - csütörtök                                                                                                                                                    | 2025.07.18. - péntek                                                                                                                | 2025.07.19. - szombat                                                              |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| E2 - Fitness és alakbarát           |  <p>Sonkás-brokkolis rizottó</p> <p>714 kcal, 100g szénh., 43g fehérje, 15g zsír</p> <p><b>1785 Ft</b></p> | <p>Ketalazac roston hollandi mártással, édesburgonyával és rizzsel</p> <p>728 kcal, 85g szénh., 51g fehérje, 19g zsír</p> <p><b>2540 Ft</b></p>                                                                                                      | <p>Paradicsommal rakott sajtos csirke, hajdinával</p> <p>817 kcal, 77g szénh., 62g fehérje, 27g zsír</p> <p><b>1795 Ft</b></p>                                                               | <p>Húsos, juhtúrós rakott karfiol</p> <p>575 kcal, 24g szénh., 47g fehérje, 32g zsír</p> <p><b>1885 Ft</b></p>                                                             | <p>Bífteki joghurtos padlizsánkrémlel, pitával</p> <p>1035 kcal, 56g szénh., 48g fehérje, 69g zsír</p> <p><b>2260 Ft</b></p>        |                                                                                    |
| E2K - Fitness és alakbarát kis adag |  <p>Sonkás-brokkolis rizottó</p> <p>447 kcal, 62g szénh., 27g fehérje, 9g zsír</p> <p><b>1250 Ft</b></p>   | <p>Ketalazac roston hollandi mártással, édesburgonyával és rizzsel</p> <p>426 kcal, 50g szénh., 30g fehérje, 11g zsír</p> <p><b>1780 Ft</b></p>                                                                                                      | <p>Paradicsommal rakott sajtos csirke, hajdinával</p> <p>498 kcal, 47g szénh., 38g fehérje, 16g zsír</p> <p><b>1255 Ft</b></p>                                                               | <p>Húsos, juhtúrós rakott karfiol</p> <p>360 kcal, 15g szénh., 30g fehérje, 20g zsír</p> <p><b>1320 Ft</b></p>                                                             | <p>Bífteki joghurtos padlizsánkrémlel, pitával</p> <p>622 kcal, 33g szénh., 29g fehérje, 41g zsír</p> <p><b>1580 Ft</b></p>         |                                                                                    |
| E3 - Fitness és alakbarát           | <p>Sonkával, aszalt paradicsommal göngyölt pulykamell, fokhagymás durum spagetti</p> <p>795 kcal, 104g szénh., 63g fehérje, 12g zsír</p> <p><b>2120 Ft</b></p>                              | <p>Székelykáposzta csirkemellből</p> <p>377 kcal, 19g szénh., 40g fehérje, 16g zsír</p> <p><b>1780 Ft</b></p>                                                                                                                                        | <p>Zöldséges kuszkuszt sült csirkecombbal</p> <p>868 kcal, 92g szénh., 68g fehérje, 24g zsír</p> <p><b>1720 Ft</b></p>                                                                       | <p>Roston sült csirkemell, bazsalikomozöld-ségekötet (zöldbab, zöldborsó, sárgarépa, kukorica)</p> <p>473 kcal, 60g szénh., 52g fehérje, 4g zsír</p> <p><b>1920 Ft</b></p> | <p>Ínyenc rakott zöldbab (csirkehússal, barna rizzsel)</p> <p>791 kcal, 69g szénh., 56g fehérje, 30g zsír</p> <p><b>1935 Ft</b></p> |                                                                                    |
| E3K - Fitness és alakbarát kis adag | <p>Sonkával, aszalt paradicsommal göngyölt pulykamell, fokhagymás durum spagetti</p> <p>498 kcal, 65g szénh., 39g fehérje, 8g zsír</p> <p><b>1490 Ft</b></p>                                | <p>Székelykáposzta csirkemellből</p> <p>237 kcal, 12g szénh., 25g fehérje, 10g zsír</p> <p><b>1245 Ft</b></p>                                                                                                                                        | <p>Zöldséges kuszkuszt sült csirkecombbal</p> <p>543 kcal, 57g szénh., 42g fehérje, 15g zsír</p> <p><b>1220 Ft</b></p>                                                                       | <p>Roston sült csirkemell, bazsalikomozöld-ségekötet</p> <p>297 kcal, 38g szénh., 33g fehérje, 3g zsír</p> <p><b>1345 Ft</b></p>                                           | <p>Ínyenc rakott zöldbab</p> <p>495 kcal, 43g szénh., 35g fehérje, 19g zsír</p> <p><b>1355 Ft</b></p>                               |                                                                                    |
| E4 - Fitness és alakbarát           | <p>Fokhagymás joghurtos csirkemell, zöldséges rizs</p> <p>805 kcal, 104g szénh., 54g fehérje, 19g zsír</p> <p><b>1870 Ft</b></p>                                                            |  <p>Roston sült sertésstarja grill zöldségágyon (padlizsán, cukkini, gomba, sárgarépa)</p> <p>748 kcal, 31g szénh., 43g fehérje, 50g zsír</p> <p><b>2050 Ft</b></p> |  <p>Tavaszi csirkemell rizottó</p> <p>658 kcal, 77g szénh., 57g fehérje, 14g zsír</p> <p><b>1875 Ft</b></p> | <p>Sült csirkecomb, almás párolt káposzta</p> <p>590 kcal, 53g szénh., 60g fehérje, 14g zsír</p> <p><b>1890 Ft</b></p>                                                     | <p>Currys pulyka sárgabarackkal, mazsolás jázmin rizs</p> <p>795 kcal, 143g szénh., 40g fehérje, 9g zsír</p> <p><b>1970 Ft</b></p>  |                                                                                    |
| E4K - Fitness és alakbarát kis adag | <p>Fokhagymás joghurtos csirkemell, zöldséges rizs</p> <p>504 kcal, 65g szénh., 34g fehérje, 12g zsír</p> <p><b>1320 Ft</b></p>                                                             |  <p>Roston sült sertésstarja grill zöldségágyon</p> <p>468 kcal, 19g szénh., 27g fehérje, 31g zsír</p> <p><b>1435 Ft</b></p>                                        |  <p>Tavaszi csirkemell rizottó</p> <p>411 kcal, 48g szénh., 36g fehérje, 8g zsír</p> <p><b>1320 Ft</b></p>  | <p>Sült csirkecomb, almás párolt káposzta</p> <p>369 kcal, 33g szénh., 38g fehérje, 9g zsír</p> <p><b>1325 Ft</b></p>                                                      | <p>Currys pulyka sárgabarackkal, mazsolás jázmin rizs</p> <p>498 kcal, 89g szénh., 25g fehérje, 5g zsír</p> <p><b>1380 Ft</b></p>   |                                                                                    |
| R1 - Rántott                        | <p>Rántott tök, jázmin rizs, Tartármártás*</p> <p><b>1740 Ft</b></p>                                                                                                                        | <p>Rántott kacsamáj, petrezselymes újbúrgonya</p> <p><b>1845 Ft</b></p>                                                                                                                                                                              | <p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, petrezselymes újbúrgonya</p> <p><b>1985 Ft</b></p>                                                                                   | <p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésborda, rizi-bizi</p> <p><b>1950 Ft</b></p>                                                                                      | <p>Rántott harcsa, jázmin rizs</p> <p><b>2030 Ft</b></p>                                                                            | <p>Pulykamell párizsi bundában, jázmin rizs</p> <p><b>1895 Ft</b></p>              |
| R1K - Kis rántott                   | <p>Rántott tök, jázmin rizs, Tartármártás*</p> <p><b>1220 Ft</b></p>                                                                                                                        | <p>Rántott kacsamáj, petrezselymes újbúrgonya</p> <p><b>1290 Ft</b></p>                                                                                                                                                                              | <p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, petrezselymes újbúrgonya</p> <p><b>1395 Ft</b></p>                                                                                   | <p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésborda, rizi-bizi</p> <p><b>1365 Ft</b></p>                                                                                      | <p>Rántott harcsa, jázmin rizs</p> <p><b>1420 Ft</b></p>                                                                            | <p>Pulykamell párizsi bundában, jázmin rizs</p> <p><b>1330 Ft</b></p>              |
| R2 - Rántott                        | <p>Rántott tök, burgonyapüré*</p> <p><b>1695 Ft</b></p>                                                                                                                                     |  <p>Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, jázmin rizs</p> <p><b>1870 Ft</b></p>                                                                   | <p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, jázmin rizs</p> <p><b>1950 Ft</b></p>                                                                                                | <p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésborda, sült burgonya</p> <p><b>2050 Ft</b></p>                                                                                  | <p>Rántott harcsa, burgonyapüré</p> <p><b>2095 Ft</b></p>                                                                           | <p>Pulykamell párizsi bundában, petrezselymes újbúrgonya</p> <p><b>1920 Ft</b></p> |
| R2K - Kis rántott                   | <p>Rántott tök, burgonyapüré*</p> <p><b>1280 Ft</b></p>                                                                                                                                     |  <p>Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, jázmin rizs</p> <p><b>1320 Ft</b></p>                                                                   | <p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, jázmin rizs</p> <p><b>1365 Ft</b></p>                                                                                                | <p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésborda, sült burgonya</p> <p><b>1435 Ft</b></p>                                                                                  | <p>Rántott harcsa, burgonyapüré</p> <p><b>1475 Ft</b></p>                                                                           | <p>Pulykamell párizsi bundában, petrezselymes újbúrgonya</p> <p><b>1345 Ft</b></p> |
| R3 - Rántott                        | <p>Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs</p> <p><b>1845 Ft</b></p>                                                                                                                     | <p>Rántott mozzarella, jázmin rizs, Tartármártás*</p> <p><b>1895 Ft</b></p>                                                                                                                                                                          | <p>Tengeri halfilé orly módon, jázmin rizs, Tartármártás</p> <p><b>1965 Ft</b></p>                                                                                                           | <p>Bundázott csirkemell, kukoricás rizs</p> <p><b>1855 Ft</b></p>                                                                                                          | <p>Rántott csirkecomb, rizi-bizi</p> <p><b>1855 Ft</b></p>                                                                          |                                                                                    |

|                               | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                     | 2025.07.15. - kedd                                                                                                                                                          | 2025.07.16. - szerda                                                                                                                             | 2025.07.17. - csütörtök                                          | 2025.07.18. - péntek                                                                                            | 2025.07.19. - szombat                                            |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| R3K - Kis rántott             | Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs<br>1290 Ft                                                                   | Rántott mozzarella, jázmin rizs, Tartár-mártás*<br>1330 Ft                                                                                                                  | Tengeri halfilé orly módon, jázmin rizs, Tartármártás<br>1375 Ft                                                                                 | Bundázott csirkemell, kukoricás rizs<br>1295 Ft                  | Rántott csirkecomb, rizi-bizi<br>1295 Ft                                                                        |                                                                  |
| R4 - Rántott                  | Csirkemell sajtos bundában, petrezselymes újbургonya<br>1920 Ft                                                         | Rántott mozzarella, burgonyapüré*<br>1845 Ft                                                                                                                                | Tengeri halfilé orly módon, vajás burgonya<br>1860 Ft                                                                                            | Bundázott csirkemell, petrezselymes újburgonya<br>1860 Ft        | Rántott csirkecomb, petrezselymes újburgonya<br>1880 Ft                                                         |                                                                  |
| R4K - Kis rántott             | Csirkemell sajtos bundában, petrezselymes újburgonya<br>1345 Ft                                                         | Rántott mozzarella, burgonyapüré*<br>1290 Ft                                                                                                                                | Tengeri halfilé orly módon, vajás burgonya<br>1295 Ft                                                                                            | Bundázott csirkemell, petrezselymes újburgonya<br>1295 Ft        | Rántott csirkecomb, petrezselymes újburgonya<br>1320 Ft                                                         |                                                                  |
| RZ - Rántott zöldségkörettel  | Csirkemell sajtos bundában, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)<br>2055 Ft |  Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, melange mix zöldségköret<br>2080 Ft | Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)<br>2165 Ft | Bundázott csirkemell, melange mix zöldségköret<br>2055 Ft        | Rántott csirkecomb, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)<br>1980 Ft | Pulykamell párizsi bundában, melange mix zöldségköret<br>2095 Ft |
| RZK - Rántott zöldségkörettel | Csirkemell sajtos bundában, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)<br>1445 Ft |  Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, melange mix zöldségköret<br>1455 Ft | Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)<br>1520 Ft | Bundázott csirkemell, melange mix zöldségköret<br>1440 Ft        | Rántott csirkecomb, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)<br>1385 Ft | Pulykamell párizsi bundában, melange mix zöldségköret<br>1470 Ft |
| F1 - Főzelék                  | Fehérbab főzelék*<br>1150 Ft                                                                                            | Tökfőzelék*<br>1350 Ft                                                                                                                                                      | Sárgaborsó főzelék<br>1120 Ft                                                                                                                    | Zöldborsófőzelék*<br>1275 Ft                                     | Parajfőzelék*<br>1195 Ft                                                                                        |                                                                  |
| F1K - Kis főzelék             | Fehérbab főzelék*<br>795 Ft                                                                                             | Tökfőzelék*<br>945 Ft                                                                                                                                                       | Sárgaborsó főzelék<br>785 Ft                                                                                                                     | Zöldborsófőzelék*<br>890 Ft                                      | Parajfőzelék*<br>835 Ft                                                                                         |                                                                  |
| F2 - Főzelék feltéttel        | Fehérbab főzelék, fasírt<br>1680 Ft                                                                                     | Tökfőzelék, fasírt<br>1865 Ft                                                                                                                                               | Sárgaborsó főzelék, sült oldalas<br>1720 Ft                                                                                                      | Zöldborsófőzelék, fasírt<br>1820 Ft                              | Parajfőzelék, fasírt<br>1720 Ft                                                                                 |                                                                  |
| F2K - Kis főzelék feltéttel   | Fehérbab főzelék, fasírt<br>1175 Ft                                                                                     | Tökfőzelék, fasírt<br>1295 Ft                                                                                                                                               | Sárgaborsó főzelék, sült oldalas<br>1195 Ft                                                                                                      | Zöldborsófőzelék, fasírt<br>1275 Ft                              | Parajfőzelék, fasírt<br>1195 Ft                                                                                 |                                                                  |
| F3 - Főzelék feltéttel        | Fehérbab főzelék, Sertéspörkölt<br>1720 Ft                                                                              | Tökfőzelék, Sertéspörkölt<br>1835 Ft                                                                                                                                        | Sárgaborsó főzelék, sült virsli<br>1620 Ft                                                                                                       | Zöldborsófőzelék, sült virsli<br>1770 Ft                         | Parajfőzelék, magyaros grillkolbász<br>1845 Ft                                                                  |                                                                  |
| F3K - Kis főzelék feltéttel   | Fehérbab főzelék, Sertéspörkölt<br>1195 Ft                                                                              | Tökfőzelék, Sertéspörkölt<br>1285 Ft                                                                                                                                        | Sárgaborsó főzelék, sült virsli<br>1135 Ft                                                                                                       | Zöldborsófőzelék, sült virsli<br>1240 Ft                         | Parajfőzelék, magyaros grillkolbász<br>1290 Ft                                                                  |                                                                  |
| F4 - Főzelék hús nélkül       | Fehérbab főzelék, főtt tojás*<br>1570 Ft                                                                                | Tökfőzelék, Rántott sajt*<br>1925 Ft                                                                                                                                        | Sárgaborsó főzelék, Rántott sajt<br>1680 Ft                                                                                                      | Zöldborsófőzelék, Sajttal töltött rántott palacsinta*<br>1880 Ft | Parajfőzelék, főtt tojás*<br>1595 Ft                                                                            |                                                                  |
| F4K - Kis főzelék feltéttel   | Fehérbab főzelék, főtt tojás*<br>1095 Ft                                                                                | Tökfőzelék, Rántott sajt*<br>1350 Ft                                                                                                                                        | Sárgaborsó főzelék, Rántott sajt<br>1175 Ft                                                                                                      | Zöldborsófőzelék, Sajttal töltött rántott palacsinta*<br>1320 Ft | Parajfőzelék, főtt tojás*<br>1120 Ft                                                                            |                                                                  |

|                  | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                           | 2025.07.15. - kedd                                                                  | 2025.07.16. - szerda                                                                                   | 2025.07.17. - csütörtök                                                                                                                      | 2025.07.18. - péntek                                                                                                          | 2025.07.19. - szombat                         |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| U - Világkonyha  | Buffalo csirkemell (enyhén csípős), jázmin rizs<br>1885 Ft                                                                    | Mexikói paradicsomszószos csirkés burrito<br>2240 Ft                                | Argentín penne, reszelt sajt (paradicsomos, tejfölös, chilis marharagu)<br>2065 Ft                     | Indonéz rizses csirke (kukoricával, póréhagymával, pritaminpaprikával, fahéjjal, korianderrel)<br>1820 Ft                                    | Csirkemell spanyol módra (paprika, paradicsom), jázmin rizs<br>1980 Ft                                                        |                                               |
| UK - Világkonyha | Buffalo csirkemell (enyhén csípős), jázmin rizs<br>1320 Ft                                                                    |                                                                                     | Argentín penne, reszelt sajt (paradicsomos, tejfölös, chilis marharagu)<br>1445 Ft                     | Indonéz rizses csirke<br>1275 Ft                                                                                                             | Csirkemell spanyol módra, jázmin rizs<br>1385 Ft                                                                              |                                               |
| A - Főétel       | Csirkemáj roston, burgonyapüré<br>1670 Ft                                                                                     | Húsos rakott kelkáposzta<br>1840 Ft                                                 | Házi rakott burgonya<br>1980 Ft                                                                        | Vadas marha, tészta köret<br>2065 Ft                                                                                                         | Brassói aprópecsenye<br>1930 Ft                                                                                               | Tojásos lecsó virslivel, bulgurral<br>1790 Ft |
| AK - Kis adag    | Csirkemáj roston, burgonyapüré<br>1170 Ft                                                                                     | Húsos rakott kelkáposzta<br>1290 Ft                                                 | Házi rakott burgonya<br>1385 Ft                                                                        | Vadas marha, tészta köret<br>1445 Ft                                                                                                         | Brassói aprópecsenye<br>1350 Ft                                                                                               | Tojásos lecsó virslivel, bulgurral<br>1255 Ft |
| B - Főétel       | Borsos tokány, tarhonya<br>2035 Ft                                                                                            | Olaszos tepsis csirkemell (rásütött sajttal, paradicsommal), jázmin rizs<br>1795 Ft | Csikós tokány, galuska<br>1940 Ft                                                                      | Sült csirkemell mozzarellaival, ananással, jázmin rizs<br>1850 Ft                                                                            | Sült pulykamell csikók rokfortos sajt-mártásban, jázmin rizs<br>1990 Ft                                                       | Töltött káposzta<br>1750 Ft                   |
| BK - Kis adag    | Borsos tokány, tarhonya<br>1425 Ft                                                                                            | Olaszos tepsis csirkemell (sajt, parad.), jázmin rizs<br>1255 Ft                    | Csikós tokány, galuska<br>1360 Ft                                                                      | Sült csirkemell mozzarellaival, ananással, jázmin rizs<br>1295 Ft                                                                            | Sült pulykamell csikók rokfortos sajt-mártásban, jázmin rizs<br>1395 Ft                                                       | Töltött káposzta<br>1225 Ft                   |
| C - Főétel       | <br>Bakonyi sertésszelet, galuska<br>1795 Ft | Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)*<br>1755 Ft                              | Káposztás tészta*<br>1420 Ft                                                                           | Pulykamell Marco Polo módra (sonka, brokkoli, sajt), kukoricás rizs<br>1965 Ft                                                               | <br>Gombapaprikás, orsó tészta*<br>1545 Ft |                                               |
| CK - Kis adag    | <br>Bakonyi sertésszelet, galuska<br>1255 Ft | Vargabéles*<br>1230 Ft                                                              | Káposztás tészta*<br>995 Ft                                                                            | Pulykamell Marco Polo módra (sonka, brokkoli, sajt), kukoricás rizs<br>1375 Ft                                                               | <br>Gombapaprikás, orsó tészta*<br>1080 Ft |                                               |
| D - Főétel       | Zsiványpecsenye (s. tarja, kolbász, szalonna, fokhagyma), sült burgonya<br>2040 Ft                                            | Csirkemell paprikás, szarvacska tészta<br>1780 Ft                                   | Orosházi tarhonyás csirke<br>1745 Ft                                                                   | Makói aprópecsenye (sertéscomb, paprika, paradicsom), jázmin rizs<br>1820 Ft                                                                 | Marhapörkölt, galuska<br>1970 Ft                                                                                              |                                               |
| DK - Kis adag    | Zsiványpecsenye, sült burgonya<br>1430 Ft                                                                                     | Csirkemell paprikás, szarvacska tészta<br>1245 Ft                                   | Orosházi tarhonyás csirke<br>1220 Ft                                                                   | Makói aprópecsenye, jázmin rizs<br>1275 Ft                                                                                                   | Marhapörkölt, galuska<br>1380 Ft                                                                                              |                                               |
| G - Főétel       | Sonkás-túrós csusza<br>1720 Ft                                                                                                | Sztrapacska (juhtúrós-tepertős galuska)<br>1940 Ft                                  | Sült pulykacomb pecsenye, hagymás tört-burgonya<br>1935 Ft                                             | <br>Tejfölös, gombás sertésragu, jázmin rizs<br>1720 Ft | Tejszínes, sajtos, sült rakott csirkemell, burgonyapüré<br>2065 Ft                                                            |                                               |
| GK - Kis adag    | Sonkás-túrós csusza<br>1195 Ft                                                                                                | Sztrapacska (juhtúrós-tepertős galuska)<br>1360 Ft                                  | Sült pulykacomb pecsenye, hagymás tört-burgonya<br>1355 Ft                                             | <br>Tejfölös, gombás sertésragu, jázmin rizs<br>1195 Ft | Tejszínes, sajtos, sült rakott csirkemell, burgonyapüré<br>1445 Ft                                                            |                                               |
| K - Főétel       | Mákos tészta*<br>1480 Ft                                                                                                      | Párolt marhaszelet, meggy mártás, főtt burgonya<br>2260 Ft                          | Csirkemell füstölt sajtos, lilahagymás sajtkrémmel kemencében sütvé, Fűszeres sült burgonya<br>1880 Ft | Padlizsánnal, cukkinivel rakott csirkemell sajttal, Burgonyapüré<br>1945 Ft                                                                  | <br>Milánói sonkás spagetti<br>1760 Ft   |                                               |

|                                                     | 2025.07.14. - hétfő                                                    | 2025.07.15. - kedd                                                                                                                                                               | 2025.07.16. - szerda                                                                                                                                    | 2025.07.17. - csütörtök                                                               | 2025.07.18. - péntek                                                                                                                          | 2025.07.19. - szombat                                           |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| O - Főétel                                          | Tepsis csirkemell baconos, hagymás mártással, sült burgonya<br>1985 Ft | Baconbe tekert roston csirkemell, steak burgonya<br>2080 Ft                                                                                                                      | Töltött csirkecomb, petrezselymes újbungonya<br>1750 Ft                                                                                                 | Reszelt sertésmáj, sós burgonya<br>1545 Ft                                            | Szilvalekváros derelye*<br>1740 Ft                                                                                                            |                                                                 |
| L - Főétel                                          | Házi aranygaluska, vanília öntet*<br>1580 Ft                           | Hortobágyi húsos palacsinta<br>1975 Ft                                                                                                                                           | Tordai malacpecsenye, párolt káposzta, pirított burgonya<br>1980 Ft                                                                                     | Tojásos galuska*<br>1620 Ft                                                           | Mustáros sertésflekken, petrezselymes újbungonya<br>1940 Ft                                                                                   |                                                                 |
| Z - Főétel                                          | Csirkés-sajtos lasagne<br>1750 Ft                                      | Dubarry pulykamell, vegyes köret (sült burg., párolt rizs)<br>1980 Ft                                                                                                            | Diós metélt*<br>1520 Ft                                                                                                                                 | Vegyes hurka (májás, véres) főtt burgonya, pároltkáposzta<br>1945 Ft                  | Vasi pecsenye csirkemellből, hagymás törtburgonya<br>1865 Ft                                                                                  |                                                                 |
| VD - Vadvilág                                       | Szarvasszeletek vadasan zsemlegombóccal<br>2365 Ft                     | Őzpaprikás túrós galuskával<br>1995 Ft                                                                                                                                           |  Shiitake gombás tejszínes vaddisznópörkölt tojásos galuska<br>2275 Ft | Vörösboros szarvaspörkölt, petrezselymes újbungonyával<br>1870 Ft                     | Eszterházy őztojás zsemlegombóccal<br>2440 Ft                                                                                                 |                                                                 |
| VDK - Vadvilág (kis adag)                           | Szarvasszeletek vadasan zsemlegombóccal<br>1655 Ft                     | Őzpaprikás túrós galuskával<br>1395 Ft                                                                                                                                           |  Shiitake gombás tejszínes vaddisznópörkölt tojásos galuska<br>1595 Ft | Vörösboros szarvaspörkölt, petrezselymes újbungonyával<br>1320 Ft                     | Eszterházy őztojás zsemlegombóccal<br>1695 Ft                                                                                                 |                                                                 |
| V - Varia menü<br>1 fél adag főétel<br>+ 1 sütemény | Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs, Túrós krémes<br>2050 Ft    | Sztrapacska, Málnás túró torta<br>2120 Ft                                                                                                                                        | Orosházi tarhonyás csirke, Mákos guba<br>1695 Ft                                                                                                        | Baconnal, sajttal töltött rántott sertésborda, sült burgonya, Gyümölcsrizs<br>1835 Ft | Mustáros sertésflekken, petrezselymes újbungonya, Tiramisu<br>2155 Ft                                                                         | Roston sült pulykamell, kukoricás rizs, Almás krémes<br>2095 Ft |
| M - Menü (kis adag leves+nagy adag főétel)          | Hideg meggyleves, Sonkás-túrós csusza<br>2335 Ft                       |  Erdei gombakréMLEVES, pirított zsemlekockák, Csirkemell paprikás, szarvacskatészta<br>2290 Ft  |  Újházy tyúkhúsleves, Házi rakott burgonya<br>2575 Ft                  | Frankfurti leves, Tojásos galuska<br>2245 Ft                                          |  Tejszínes körteleves, Milánói sonkás spagetti<br>2365 Ft  | Palócleves, Tojásos lecsó virslivel, bulgurral<br>2485 Ft       |
| KM - Kis menü (kis adag leves+kis adag főétel)      | Hideg meggyleves, Sonkás-túrós csusza<br>1865 Ft                       |  Erdei gombakréMLEVES, pirított zsemlekockák, Csirkemell paprikás, szarvacskatészta<br>1820 Ft |  Újházy tyúkhúsleves, Házi rakott burgonya<br>2045 Ft                 | Frankfurti leves, Tojásos galuska<br>1820 Ft                                          |  Tejszínes körteleves, Milánói sonkás spagetti<br>1895 Ft | Palócleves, Tojásos lecsó virslivel, bulgurral<br>1995 Ft       |
| H - Hidegtál25-30 dkg                               | Majonézestojássaláta, sült csirkemellcsikok<br>1260 Ft                 | Kaszinótojás, franciasaláta*<br>1040 Ft                                                                                                                                          | Oroszos jércehússaláta<br>1135 Ft                                                                                                                       | Sült csirkecomb, majonézest zöldborsó<br>1140 Ft                                      | Majonézest tonhal saláta<br>1260 Ft                                                                                                           |                                                                 |
| I - Desszert                                        | Sárgabarackos gombóc*<br>820 Ft                                        | Somlói galuska*<br>1050 Ft                                                                                                                                                       | Mákos guba (desszert)*<br>850 Ft                                                                                                                        | Gyümölcsrizs*<br>820 Ft                                                               | Madártej*<br>780 Ft                                                                                                                           | Kókusz kocka*<br>1040 Ft                                        |
| X - Desszert                                        | Túrós krémes*<br>1150 Ft                                               | Málnás túró torta*<br>1150 Ft                                                                                                                                                    | Meggyes pite*<br>1195 Ft                                                                                                                                | Eperhabos szelet*<br>1150 Ft                                                          | Tiramisu*<br>1195 Ft                                                                                                                          | Almás krémes*<br>1195 Ft                                        |
| P - Palacsinta (2db)                                | Diós palacsinta, csokoládéöntet*<br>1250 Ft                            | Vegyes palacsinta (csokis, lekváros)*<br>995 Ft                                                                                                                                  | Meggyes palacsinta, csokoládéöntet*<br>1195 Ft                                                                                                          | Somlói palacsinta, csokiöntet*<br>1350 Ft                                             | Túrós palacsinta, eperöntet*<br>1150 Ft                                                                                                       |                                                                 |

|                       | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                                          | 2025.07.15. - kedd                                                                                                                           | 2025.07.16. - szerda                                        | 2025.07.17. - csütörtök                                                    | 2025.07.18. - péntek                                                                                                                             | 2025.07.19. - szombat |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| VG1 - Vegán           | Gyömbéres édesburgonya krémleves*<br>1075 Ft                                                                                                 | Zöldborsóleves durumtésztával*<br>960 Ft                                                                                                     | Vegán brokkoli krémleves, pirított zsemle-kockák*<br>975 Ft | Kókusztejes céklakrémleves mandulával*<br>1075 Ft                          | Kurkumás csicseriborsóleves*<br>1035 Ft                                                                                                          |                       |
| VG2 - Vegán           | Vegán bácskai rizses natúrfalet*<br>2220 Ft                                                                                                  | Oroszázi csicseriborsós-tarhonyás vegánfalatok*<br>2340 Ft                                                                                   | Vegán zöldbabfőzelék vegán frankfurti feltéttel*<br>1645 Ft | Zöldséges vegán natúrfalet paprikás, rizses-köleses fusillival*<br>2095 Ft | Vegán lencsefőzelék vegán frankfurti feltéttel*<br>1550 Ft                                                                                       |                       |
| VG2K - Vegán kis adag | Vegán bácskai rizses natúrfalet*<br>1645 Ft                                                                                                  | Oroszázi csicseriborsós-tarhonyás vegánfalatok*<br>1730 Ft                                                                                   | Vegán zöldbabfőzelék vegán frankfurti feltéttel*<br>1220 Ft | Zöldséges vegán natúrfalet paprikás, rizses-köleses fusillival*<br>1550 Ft | Vegán lencsefőzelék vegán frankfurti feltéttel*<br>1145 Ft                                                                                       |                       |
| VG3 - Vegán           | BBQ vegán burger szelet sült édesburgonya*<br>2880 Ft                                                                                        |  Vegán gombapaprikás, rizses-köleses fusillival*<br>1670 Ft | Paradicsomos lencseragu steak burgonyával*<br>1490 Ft       | Vegán burger szelet friss salátával, ezersziget öntettel*<br>2550 Ft       | Vegán vunás cézársaláta*<br>2545 Ft                                                                                                              |                       |
| VG4 - Vegán           | Vegán mákosguba*<br>950 Ft                                                                                                                   | Kókusztejberizs ribizlivel*<br>950 Ft                                                                                                        | Vegán snickers szelet*<br>1350 Ft                           | Kókusztejes zabkása eperdarabokkal*<br>995 Ft                              | Mandulatejes chiamagpuding málnaöntettel*<br>980 Ft                                                                                              |                       |
| Z1 - Zero leves       | Kókusztejes zellerkrémleves pulykacsikkal<br>1140 Ft                                                                                         |  Paleo csirkeraguleves<br>1140 Ft                           | Mustáros-tárkonyos kolbászleves<br>1230 Ft                  | Köményes vöröslencsekrém leves*<br>1080 Ft                                 | Fahéjas erdei gyümölcsleves*<br>1375 Ft                                                                                                          |                       |
| Z1K - Zero kis leves  | Kókusztejes zellerkrémleves pulykacsikkal<br>845 Ft                                                                                          |  Paleo csirkeraguleves<br>845 Ft                            | Mustáros-tárkonyos kolbászleves<br>920 Ft                   | Köményes vöröslencsekrém leves*<br>795 Ft                                  | Fahéjas erdei gyümölcsleves*<br>1020 Ft                                                                                                          |                       |
| Z2 - Zero főétel      | Bazsalikomos csirkecomb filé wok zöldségekkel<br>1895 Ft                                                                                     | Ropogós, szeszámagos halpogácsa rizszel, áfonyaszósszal<br>1895 Ft                                                                           | Rántott tengeri hal cukkinis quinoával<br>2230 Ft           | Lecsós csirkemáj kölessel<br>1620 Ft                                       | Paradicsomos káposztafőzelék paleo fasírttal<br>1695 Ft                                                                                          |                       |
| Z3 - Zero főétel      |  Milánói sertésborda rizses-köleses fusillivel<br>2290 Ft | Kapros tökfőzelék paleo rántott sertésbordával<br>2185 Ft                                                                                    | Zelleres cukkinifőzelék, sertéspörkölt<br>1730 Ft           | Omlós csirkemell szeszámagos bébirépával<br>1945 Ft                        | Csikós tokány rizses-köleses fusillival<br>1850 Ft                                                                                               |                       |
| Z4 - Zero főétel      | Sertéspörkölt hajdinával<br>1680 Ft                                                                                                          | Erdélyi rakott káposzta paleo tejföllel<br>2120 Ft                                                                                           | Borsos sertéstokány rizses-köleses fusilli<br>1760 Ft       | Csülök pékné módra, hagymás tört zeller<br>2060 Ft                         |  Pirított gombafejek, húspogácsa (marha, sertés)<br>2095 Ft |                       |
| Z5 - Zero desszert    | Mandulatejes meggyes köleskása*<br>850 Ft                                                                                                    | Diós piskótatekercs*<br>1250 Ft                                                                                                              | Paleo kókuszos szelet*<br>1395 Ft                           | Amerikai csokoládétorta*<br>1250 Ft                                        | Paleo totu torta*<br>1395 Ft                                                                                                                     |                       |
| S1 - Savanyúság       | Tzatziki*<br>295 Ft                                                                                                                          | Tejfölös uborkasaláta*<br>295 Ft                                                                                                             | Csemegeuborka*<br>295 Ft                                    | Káposztasaláta*<br>295 Ft                                                  | Paradicsomsaláta*<br>295 Ft                                                                                                                      |                       |
| S2 - Savanyúság       | Kovászos uborka*<br>295 Ft                                                                                                                   | Paradicsomsaláta*<br>295 Ft                                                                                                                  | Káposztával töltött paprika*<br>295 Ft                      | Uborkasaláta*<br>295 Ft                                                    | Céklasaláta*<br>295 Ft                                                                                                                           |                       |



Interfood étlap - 2025 - 29. hét

|                                 | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                  | 2025.07.15. - kedd                                                                                                             | 2025.07.16. - szerda                                                                                                                                                                                            | 2025.07.17. - csütörtök                                                                                                                                                    | 2025.07.18. - péntek                                                                                          | 2025.07.19. - szombat |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| JFW - Jókenyér szeletelt (350g) | Jókenyér Fitt&Well*<br>1035 Ft                                                                                       | Jókenyér Fitt&Well*<br>1035 Ft                                                                                                 | Jókenyér Fitt&Well*<br>1035 Ft                                                                                                                                                                                  | Jókenyér Fitt&Well*<br>1035 Ft                                                                                                                                             | Jókenyér Fitt&Well*<br>1035 Ft                                                                                |                       |
| JBR - Jókenyér szeletelt (500g) | Jókenyér Bajor rozsos*<br>795 Ft                                                                                     | Jókenyér Bajor rozsos*<br>795 Ft                                                                                               | Jókenyér Bajor rozsos*<br>795 Ft                                                                                                                                                                                | Jókenyér Bajor rozsos*<br>795 Ft                                                                                                                                           | Jókenyér Bajor rozsos*<br>795 Ft                                                                              |                       |
| JTK - Jókenyér szeletelt (500g) | Jókenyér Teljes kiőrlésű magos*<br>995 Ft                                                                            | Jókenyér Teljes kiőrlésű magos*<br>995 Ft                                                                                      | Jókenyér Teljes kiőrlésű magos*<br>995 Ft                                                                                                                                                                       | Jókenyér Teljes kiőrlésű magos*<br>995 Ft                                                                                                                                  | Jókenyér Teljes kiőrlésű magos*<br>995 Ft                                                                     |                       |
| SZK - Búzakenyér (500g)         | Szeletelt búzakenyér*<br>590 Ft                                                                                      | Szeletelt búzakenyér*<br>590 Ft                                                                                                | Szeletelt búzakenyér*<br>590 Ft                                                                                                                                                                                 | Szeletelt búzakenyér*<br>590 Ft                                                                                                                                            | Szeletelt búzakenyér*<br>590 Ft                                                                               |                       |
| T - Cipó                        | Cipó*<br>195 Ft                                                                                                      | Cipó*<br>195 Ft                                                                                                                | Cipó*<br>195 Ft                                                                                                                                                                                                 | Cipó*<br>195 Ft                                                                                                                                                            | Cipó*<br>195 Ft                                                                                               |                       |
| DL1 - Leves                     | Csontleves gazdagon zöldségekkel finommetélttel<br>194 kcal, 24g szénh., 11g fehérje, 11g zsír<br>920 Ft             | Nyári fejtettbaleves*<br>449 kcal, 64g szénh., 19g fehérje, 11g zsír<br>1130 Ft                                                | Mediterrán káposztaleves, sajtgaluskával*<br>411 kcal, 34g szénh., 16g fehérje, 22g zsír<br>1195 Ft                                                                                                             | Frankfurti leves<br>409 kcal, 29g szénh., 16g fehérje, 24g zsír<br>1120 Ft                                                                                                 | Tanyasi csibeleves<br>265 kcal, 20g szénh., 32g fehérje, 5g zsír<br>1080 Ft                                   |                       |
| DL2 - Leves                     | Könnyű zöldséges zöldborsóleves*<br>187 kcal, 31g szénh., 9g fehérje, 2g zsír<br>930 Ft                              | Fitt májgaluska leves<br>219 kcal, 28g szénh., 14g fehérje, 5g zsír<br>940 Ft                                                  | Fitt tárkonyos borjúragu leves<br>476 kcal, 28g szénh., 25g fehérje, 29g zsír<br>1445 Ft                                                                                                                        | Fahéjas szilvaleves*<br>327 kcal, 62g szénh., 7g fehérje, 18g zsír<br>1125 Ft                                                                                              | Könnyű tejszínes erdei gyümölcsleves*<br>200 kcal, 57g szénh., 5g fehérje, 7g zsír<br>1085 Ft                 |                       |
| D4 - Főzelék                    | Fitt tejfölös burgonyafőzelék, vaslapon sült csirkefalatok<br>554 kcal, 57g szénh., 37g fehérje, 18g zsír<br>1720 Ft | Light tejszínes brokkoli főzelék, rántott sajt (light)*<br>695 kcal, 61g szénh., 35g fehérje, 32g zsír<br>1695 Ft              | Szójacsírász zöldborsófőzelék, brokkoli ropogós*<br>700 kcal, 110g szénh., 37g fehérje, 16g zsír<br>1820 Ft                                                                                                     | Tejszínes karfiol főzelék, rántott sajt (light)*<br>653 kcal, 56g szénh., 32g fehérje, 32g zsír<br>1690 Ft                                                                 | Parajfőzelék főtt tojással*<br>470 kcal, 38g szénh., 27g fehérje, 22g zsír<br>1595 Ft                         |                       |
| D5 - Főzelék                    | Fitt tejfölös burgonyafőzelék, rántott csirkemell<br>817 kcal, 93g szénh., 48g fehérje, 26g zsír<br>1770 Ft          | Light tejszínes brokkoli főzelék, fasírt (light)<br>727 kcal, 67g szénh., 52g fehérje, 25g zsír<br>1740 Ft                     | Szójacsírász zöldborsófőzelék, sokmagvas rántott jércemell<br>643 kcal, 85g szénh., 44g fehérje, 19g zsír<br>1780 Ft                                                                                            | Tejszínes karfiol főzelék, fitt rántott csirkemell<br>601 kcal, 55g szénh., 45g fehérje, 21g zsír<br>1760 Ft                                                               | Fitt parajfőzelék, vaslapon sült csirkefalatok<br>501 kcal, 38g szénh., 41g fehérje, 18g zsír<br>1770 Ft      |                       |
| D6 - Főétel                     | Diós bundában sült csirkefalatok, fahéjas alma<br>774 kcal, 67g szénh., 46g fehérje, 33g zsír<br>1920 Ft             | Könnyű hortobágyi palacsinta<br>740 kcal, 79g szénh., 52g fehérje, 22g zsír<br>1885 Ft                                         | Penne prosciutto (tejszín, sonka, sajt)<br>680 kcal, 56g szénh., 44g fehérje, 31g zsír<br>1780 Ft                                                                                                               | Fitt juhtúrós penne csirkehússal<br>796 kcal, 61g szénh., 57g fehérje, 36g zsír<br>1960 Ft                                                                                 | Fitt amerikai téosztaláta<br>799 kcal, 78g szénh., 45g fehérje, 38g zsír<br>1985 Ft                           |                       |
| D7 - Főétel                     | Mátrai borzas csirkemell, sült zöldségek<br>897 kcal, 88g szénh., 54g fehérje, 34g zsír<br>2055 Ft                   | Rántott fűszeres csirkecomb, petrezselymes burg., grill zöldségekkel<br>803 kcal, 79g szénh., 66g fehérje, 20g zsír<br>2070 Ft |  Sonkával, gombával töltött fitt rántott palacsinta, light majonéz<br>705 kcal, 63g szénh., 36g fehérje, 38g zsír<br>1880 Ft |  Fitt milánói sertés borda<br>970 kcal, 100g szénh., 64g fehérje, 41g zsír<br>2070 Ft | Fitt rántott csirkecomb filé, tojásos franciasaláta<br>916 kcal, 73g szénh., 62g fehérje, 44g zsír<br>2070 Ft |                       |
| D8 - Főétel                     | Csirkemell Holstein módra, parajos burgonyapüré<br>714 kcal, 45g szénh., 50g fehérje, 35g zsír<br>2025 Ft            | Sajtos sült karfiol*<br>419 kcal, 28g szénh., 21g fehérje, 23g zsír<br>1660 Ft                                                 | Pirított csirkecsikok zöldsalátával tepsis burgonyával<br>447 kcal, 58g szénh., 40g fehérje, 4g zsír<br>2020 Ft                                                                                                 | Fűszeres csirkefalatok grillezett zöldség tepsis burgonya<br>659 kcal, 60g szénh., 43g fehérje, 25g zsír<br>2060 Ft                                                        | Húsos rakott karfiol (pulykahússal)<br>593 kcal, 48g szénh., 45g fehérje, 23g zsír<br>1785 Ft                 |                       |
| D9 - Főétel                     | Töltött paprika csirkemellből<br>486 kcal, 54g szénh., 40g fehérje, 16g zsír<br>2045 Ft                              | Aszalt paradicsomos sajtos csirkemelltekercs olivás basmati rizs<br>999 kcal, 109g szénh., 52g fehérje, 37g zsír<br>2195 Ft    | Sáfrányos csirkés bulgur cheddarsajttal<br>730 kcal, 89g szénh., 52g fehérje, 21g zsír<br>1935 Ft                                                                                                               | Kemencében sült csirkemellfilé vajás colorado zöldségmix<br>368 kcal, 21g szénh., 45g fehérje, 9g zsír<br>1965 Ft                                                          | Székelykáposzta<br>533 kcal, 31g szénh., 37g fehérje, 26g zsír<br>1720 Ft                                     |                       |

|                                         | 2025.07.14. - hétfő                                                                                                       | 2025.07.15. - kedd                                                                                                                                    | 2025.07.16. - szerda                                                                                                                                                                   | 2025.07.17. - csütörtök                                                                                                                                                                      | 2025.07.18. - péntek                                                                                                                                                               | 2025.07.19. - szombat |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| D10 - Főétel                            | Cukkinis csirkefasírt, bulguros házi lecsó-val<br>601 kcal, 95g szénh., 45g fehérje, 7g zsír<br>1885 Ft                   | Párizsi pulykamell, csőben sült karfiol<br>742 kcal, 57g szénh., 60g fehérje, 29g zsír<br>2170 Ft                                                     | Light lasagne Al Forno<br>899 kcal, 88g szénh., 41g fehérje, 38g zsír<br>2120 Ft                                                                                                       | Rakott kel (sertéshússal)<br>624 kcal, 63g szénh., 45g fehérje, 19g zsír<br>1860 Ft                                                                                                          | <br>Gombapaprikás, szarvacska tészta*<br>579 kcal, 69g szénh., 25g fehérje, 22g zsír<br>1685 Ft |                       |
| D11 - Főétel                            | Csirkecomb paprikás, light szarvacska tészta<br>843 kcal, 71g szénh., 74g fehérje, 29g zsír<br>1820 Ft                    | Magyaros csirkés rakott kel<br>850 kcal, 70g szénh., 50g fehérje, 39g zsír<br>1850 Ft                                                                 | <br>Tengeri hal Orly módra párolt zöldségek<br>749 kcal, 78g szénh., 60g fehérje, 20g zsír<br>2020 Ft | Roston csirkemell mascarponés sajt-mártással rizses zöldséggel<br>702 kcal, 58g szénh., 50g fehérje, 29g zsír<br>2040 Ft                                                                     | Paradicsomos húsgombóc (fitt)<br>854 kcal, 93g szénh., 52g fehérje, 39g zsír<br>1840 Ft                                                                                            |                       |
| D12 - Főétel                            | Bolognai spagetti csirkemellből<br>727 kcal, 82g szénh., 55g fehérje, 24g zsír<br>1875 Ft                                 | Csőben sült brokkoli csirkemellel<br>779 kcal, 44g szénh., 53g fehérje, 41g zsír<br>1995 Ft                                                           | Dubarry pulykamell, basmati rizses zöldség<br>665 kcal, 55g szénh., 53g fehérje, 23g zsír<br>1995 Ft                                                                                   | Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos barnarizs<br>909 kcal, 85g szénh., 68g fehérje, 32g zsír<br>1865 Ft                                                                             | Csirkemellsaláta gazdagon kecskesajttal<br>588 kcal, 17g szénh., 40g fehérje, 36g zsír<br>2235 Ft                                                                                  |                       |
| D13 - Főétel                            | Bbq csirkeszárnyak rizses zöldséggel<br>777 kcal, 53g szénh., 68g fehérje, 28g zsír<br>1720 Ft                            | Paprikás burgonya (virslivel)<br>582 kcal, 58g szénh., 19g fehérje, 29g zsír<br>1560 Ft                                                               | Húsos rakott kelbimbó<br>739 kcal, 65g szénh., 52g fehérje, 27g zsír<br>1850 Ft                                                                                                        | Zöldséges húsgolyók olasz paradicsom-mártással barna rizzsel<br>719 kcal, 99g szénh., 43g fehérje, 15g zsír<br>1750 Ft                                                                       | Csirkehússal rakott zöldség sajttal csőben sütve<br>602 kcal, 43g szénh., 47g fehérje, 26g zsír<br>1820 Ft                                                                         |                       |
| D14 - Főétel                            | Magyaros rakott karfiol<br>703 kcal, 76g szénh., 41g fehérje, 24g zsír<br>1840 Ft                                         | Roston csirkemell, brokkolis hajdinával<br>405 kcal, 40g szénh., 44g fehérje, 5g zsír<br>1845 Ft                                                      | Sonkás rakott burgonya gazdagon tejföllel<br>785 kcal, 73g szénh., 36g fehérje, 37g zsír<br>1855 Ft                                                                                    | Parajos sajtkrémes csirkemell basmati rizses sült karotta<br>978 kcal, 123g szénh., 58g fehérje, 24g zsír<br>2020 Ft                                                                         | Parajjal-sajttal sütött csirkemell, bébirépával<br>541 kcal, 36g szénh., 48g fehérje, 20g zsír<br>1995 Ft                                                                          |                       |
| D15 - Desszert                          | Somlói kocka*<br>153 kcal, 12g szénh., 7g fehérje, 8g zsír<br>1120 Ft                                                     | Almás pite*<br>237 kcal, 19g szénh., 7g fehérje, 14g zsír<br>1120 Ft                                                                                  | Ribizlis szelet*<br>116 kcal, 6g szénh., 4g fehérje, 8g zsír<br>1150 Ft                                                                                                                | Ischler*<br>488 kcal, 39g szénh., 13g fehérje, 30g zsír<br>1120 Ft                                                                                                                           | Kakaós szelet*<br>247 kcal, 13g szénh., 4g fehérje, 20g zsír<br>1120 Ft                                                                                                            |                       |
| DKM - Kis menü (kis leves + kis főétel) | Könnnyű zöldséges zöldborsóleves, Töltött paprika csirkemellből<br>450 kcal, 56g szénh., 32g fehérje, 12g zsír<br>2095 Ft | Fitt májgaluska leves, Rántott fűszeres csirkecomb, petrezselymes burg., grill zöldségekkel<br>681 kcal, 71g szénh., 53g fehérje, 16g zsír<br>2120 Ft | Mediterrán káposztaleves, sajtgaluskával, Sáfrányos csirkés bulgur cheddarsajttal zöldségekkel<br>759 kcal, 82g szénh., 45g fehérje, 29g zsír<br>2195 Ft                               | <br>Frankfurti leves, Fitt milánói sertés borda<br>921 kcal, 86g szénh., 53g fehérje, 44g zsír<br>2240 Ft | Könnnyű tejszínes erdei gyümölcsleves, Székelykáposzta<br>486 kcal, 59g szénh., 28g fehérje, 22g zsír<br>1960 Ft                                                                   |                       |
| EB1 - Eisberg salátátál                 | Cézár salátátál (csirkemellel)<br>1485 Ft                                                                                 | Cézár salátátál (csirkemellel)<br>1485 Ft                                                                                                             | Cézár salátátál (csirkemellel)<br>1485 Ft                                                                                                                                              | Cézár salátátál (csirkemellel)<br>1485 Ft                                                                                                                                                    | Cézár salátátál (csirkemellel)<br>1485 Ft                                                                                                                                          |                       |
| EB2 - Eisberg salátátál                 | Gyros salátátál<br>1785 Ft                                                                                                |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                    |                       |
| EB3 - Eisberg salátátál                 | Sonkás-tojásos színes tál<br>1785 Ft                                                                                      | Sonkás-tojásos színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                  | Sonkás-tojásos színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                   | Sonkás-tojásos színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                         | Sonkás-tojásos színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                               |                       |
| EB4 - Eisberg salátátál                 | Tonhalas színes tál<br>1785 Ft                                                                                            | Tonhalas színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                        | Tonhalas színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                         | Tonhalas színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                               | Tonhalas színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                     |                       |
| EB5 - Eisberg salátátál                 | Pesztós csirkés színes tál<br>1785 Ft                                                                                     | Pesztós csirkés színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                 | Pesztós csirkés színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                  | Pesztós csirkés színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                                        | Pesztós csirkés színes tál<br>1785 Ft                                                                                                                                              |                       |