
















	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
SP1 - Sport és egészség	Chilis csirke wrap teljes kiőrlésű tortillában 533 kcal, 39g szénh., 47g fehérje, 19g zsír 2055 Ft	Citrusos vörös sügér fokhagymás tejszínes pennével 653 kcal, 65g szénh., 51g fehérje, 20g zsír 2150 Ft	Tabbouleh marhaszeletekkel 747 kcal, 62g szénh., 51g fehérje, 30g zsír 2320 Ft	Prosciutto sonka rukkolás-krémsajtos farfallával 732 kcal, 57g szénh., 40g fehérje, 39g zsír 2280 Ft	Currys mangós csirke vadrizses körettel 567 kcal, 56g szénh., 47g fehérje, 17g zsír 1945 Ft	
SP2 - Sport és egészség	Stroganoff gombaragu quinoával* 524 kcal, 60g szénh., 24g fehérje, 20g zsír 1820 Ft	Vegán golyók török bulgarral, fűszeres joghurttal* 625 kcal, 56g szénh., 34g fehérje, 25g zsír 2265 Ft	Zöldséges lasagne vegán darált hússal* 753 kcal, 89g szénh., 38g fehérje, 24g zsír 1820 Ft	Chilis bab héjában sült burgonyával* 499 kcal, 79g szénh., 24g fehérje, 7g zsír 1835 Ft	Gombapaprikás csicseritarhonyával* 508 kcal, 60g szénh., 26g fehérje, 17g zsír 1775 Ft	
SP3 - Sport desszert	Almáspite colada* 190 kcal, 20g szénh., 3g fehérje, 12g zsír 1325 Ft	Diótorta szelet* 236 kcal, 11g szénh., 5g fehérje, 25g zsír 1335 Ft	Köles rudi szelet* 307 kcal, 18g szénh., 9g fehérje, 15g zsír 1335 Ft	Vegán ribizlis citrusos szelet* 185 kcal, 23g szénh., 2g fehérje, 13g zsír 1350 Ft	Epres colada* 177 kcal, 15g szénh., 4g fehérje, 12g zsír 1335 Ft	
L1 - Leves	Lencseleves füstölt tarjával 1120 Ft	Falusi kacsaleves csigatésztával 1195 Ft	Újházy tyúkhúsleves 1130 Ft	Frankfurti leves 1145 Ft	Babgulyás 1295 Ft	Palócleves 1260 Ft
L1K - Kis Leves	Lencseleves füstölt tarjával 785 Ft	Falusi kacsaleves csigatésztával 835 Ft	Újházy tyúkhúsleves 790 Ft	Frankfurti leves 795 Ft	Babgulyás 920 Ft	Palócleves 880 Ft
L2 - Leves	Minestrone (olasz zöldség) leves* 965 Ft	Erdei gombakrémeleves, pirított zsemlekockák* 980 Ft	Tárkonyos zöldségragu leves* 995 Ft	Olasz paradicsomleves (bazsalikom, tejszín)* 950 Ft	Csontleves cérnametélttel 945 Ft	
L2K - Kis Leves	Minestrone leves* 675 Ft	Erdei gombakrémeleves, pirított zsemlekockák* 685 Ft	Tárkonyos zöldségragu leves* 695 Ft	Olasz paradicsomleves* 665 Ft	Csontleves cérnametélttel 660 Ft	
L3 - Leves	Hideg meggyleves* 1065 Ft	Tejszínes feketeszeder leves* 1095 Ft	Őszibarack leves* 1050 Ft	Citromos, tejszínes cherry cseresznye leves pirított földimogyoróval* 1140 Ft	Tejszínes körteleves* 1120 Ft	
L3K - Kis Leves	Hideg meggyleves* 745 Ft	Tejszínes feketeszeder leves* 765 Ft	Őszibarack leves* 735 Ft	Citromos, tejszínes cherry cseresznye leves pirított földimogyoróval* 795 Ft	Tejszínes körteleves* 785 Ft	
E1 - Friss saláták	Csirkemell saláta joghurt öntettel 2070 Ft	Cézár saláta (sült csirkemellel), pirított zsemlekockák 2090 Ft	Rántott camembert, tejfölös vitamin saláta* 2350 Ft	Grill csirkemell filé friss zöldségekkel, tartármártással 2090 Ft	Fűszeres grill csirkecomb, Retekcsírázás zöld saláta 2050 Ft	
E1K - Friss saláták kis adag	Csirkemell saláta joghurt öntettel 1450 Ft	Cézár saláta (sült csirkemellel), pirított zsemlekockák, cézár öntet 1465 Ft	Rántott camembert, tejfölös vitamin saláta, tejföl mártás* 1645 Ft	Grill csirkemell filé friss zöldségekkel, tartármártással 1465 Ft	Fűszeres grill csirkecomb, Retekcsírázás zöld saláta 1435 Ft	
E2 - Fitness és alakbarát	Sonkás-brokkolis rizottó 714 kcal, 100g szénh., 43g fehérje, 15g zsír 1785 Ft	Ketalazac roston hollandi mártással, édesburgonyával és rizzsel 728 kcal, 85g szénh., 51g fehérje, 19g zsír 2540 Ft	Paradicsommal rakott sajtos csirke, hajdinával 817 kcal, 77g szénh., 62g fehérje, 27g zsír 1795 Ft	Húsos, juhtúrós rakott karfiol 575 kcal, 24g szénh., 47g fehérje, 32g zsír 1885 Ft	Bífteki joghurtos padlizsánkrémmel, pitával 1035 kcal, 56g szénh., 48g fehérje, 69g zsír 2350 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
E2K - Fitness és alakbarát kis adag	 Sonkás-brokkolis rizottó 447 kcal, 62g szénh., 27g fehérje, 9g zsír 1250 Ft	Ketalazac roston hollandi mártással, édesburgonyával és rizzsel 426 kcal, 50g szénh., 30g fehérje, 11g zsír 1780 Ft	Paradicsommal rakott sajtos csirke, hajdinával 498 kcal, 47g szénh., 38g fehérje, 16g zsír 1255 Ft	Húsos, juhtúrós rakott karfiol 360 kcal, 15g szénh., 30g fehérje, 20g zsír 1320 Ft	Bífteki joghurtos padlizsánkrémrel, pitával 622 kcal, 33g szénh., 29g fehérje, 41g zsír 1645 Ft	
E3 - Fitness és alakbarát	Sonkával, aszalt paradicsommal göngyölt pulykamell, fokhagymás durum spagetti 795 kcal, 104g szénh., 63g fehérje, 12g zsír 2120 Ft	Székelykáposzta csirkemellből 377 kcal, 19g szénh., 40g fehérje, 16g zsír 1780 Ft	Zöldséges kuskusz sült csirkecombbal 868 kcal, 92g szénh., 68g fehérje, 24g zsír 1720 Ft	Roston sült csirkemell, bazsalikomos zöldségköret (zöldbab, zöldborsó, sárgarépa, kukorica) 473 kcal, 60g szénh., 52g fehérje, 4g zsír 1920 Ft	Ínyenc rakott zöldbab (csirkehússal, barna rizzsel) 791 kcal, 69g szénh., 56g fehérje, 30g zsír 1935 Ft	
E3K - Fitness és alakbarát kis adag	Sonkával, aszalt paradicsommal göngyölt pulykamell, fokhagymás durum spagetti 498 kcal, 65g szénh., 39g fehérje, 8g zsír 1490 Ft	Székelykáposzta csirkemellből 237 kcal, 12g szénh., 25g fehérje, 10g zsír 1245 Ft	Zöldséges kuskusz sült csirkecombbal 543 kcal, 57g szénh., 42g fehérje, 15g zsír 1220 Ft	Roston sült csirkemell, bazsalikomos zöldségköret 297 kcal, 38g szénh., 33g fehérje, 3g zsír 1345 Ft	Ínyenc rakott zöldbab 495 kcal, 43g szénh., 35g fehérje, 19g zsír 1355 Ft	
E4 - Fitness és alakbarát	Fokhagymás joghurtos csirkemell, zöldséges rizs 805 kcal, 104g szénh., 54g fehérje, 19g zsír 1870 Ft	 Roston sült sertésárja grill zöldségágyon (padlizsán, cukkini, gomba, sárgarépa) 748 kcal, 31g szénh., 43g fehérje, 50g zsír 2050 Ft	 Tavaszi csirkemell rizottó 658 kcal, 77g szénh., 57g fehérje, 14g zsír 1875 Ft	Sült csirkecomb, almás párolt káposzta 590 kcal, 53g szénh., 60g fehérje, 14g zsír 1890 Ft	Currys pulyka sárgabarackkal, mazsolás jázmin rizs 795 kcal, 143g szénh., 40g fehérje, 9g zsír 1990 Ft	
E4K - Fitness és alakbarát kis adag	Fokhagymás joghurtos csirkemell, zöldséges rizs 504 kcal, 65g szénh., 34g fehérje, 12g zsír 1320 Ft	 Roston sült sertésárja grill zöldségágyon 468 kcal, 19g szénh., 27g fehérje, 31g zsír 1435 Ft	 Tavaszi csirkemell rizottó 411 kcal, 48g szénh., 36g fehérje, 8g zsír 1320 Ft	Sült csirkecomb, almás párolt káposzta 369 kcal, 33g szénh., 38g fehérje, 9g zsír 1325 Ft	Currys pulyka sárgabarackkal, mazsolás jázmin rizs 498 kcal, 89g szénh., 25g fehérje, 5g zsír 1395 Ft	
R1 - Rántott	 Rántott gomba, jázmin rizs, Tartármártás* 1740 Ft	Rántott kacsamáj, petrezselymes burgonya 1895 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, petrezselymes burgonya 1995 Ft	Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbor-da, rizi-bizi 1950 Ft	Rántott harcsa, jázmin rizs 2030 Ft	Pulykamell párizsi bundában, jázmin rizs 1920 Ft
R1K - Kis rántott	 Rántott gomba, jázmin rizs, Tartármártás* 1220 Ft	Rántott kacsamáj, petrezselymes burgonya 1390 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, petrezselymes burgonya 1395 Ft	Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbor-da, rizi-bizi 1365 Ft	Rántott harcsa, jázmin rizs 1420 Ft	Pulykamell párizsi bundában, jázmin rizs 1345 Ft
R2 - Rántott	 Rántott gomba, sült burgonya, Tartármártás* 1830 Ft	 Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1870 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1950 Ft	Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbor-da, sült burgonya 2050 Ft	Rántott harcsa, burgonyapüré 2095 Ft	Pulykamell párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1975 Ft
R2K - Kis rántott	 Rántott gomba, sült burgonya, Tartármártás* 1280 Ft	 Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1320 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1365 Ft	Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbor-da, sült burgonya 1435 Ft	Rántott harcsa, burgonyapüré 1475 Ft	Pulykamell párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1385 Ft
R3 - Rántott	Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs 1845 Ft	Rántott mozzarella, jázmin rizs, Tartármártás* 1955 Ft	Tengeri halfilé orly módon, jázmin rizs, Tartármártás 1965 Ft	Bundázott csirkemell, kukoricás rizs 1855 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1855 Ft	
R3K - Kis rántott	Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs 1290 Ft	Rántott mozzarella, jázmin rizs, Tartármártás* 1370 Ft	Tengeri halfilé orly módon, jázmin rizs, Tartármártás 1375 Ft	Bundázott csirkemell, kukoricás rizs 1295 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1295 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
R4 - Rántott	Csirkemell sajtos bundában, petrezselymes burgonya 1920 Ft	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1885 Ft	Tengeri halfilé orly módon, vajas burgonya 1860 Ft	Bundázott csirkemell, petrezselymes burgonya 1920 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1880 Ft	
R4K - Kis rántott	Csirkemell sajtos bundában, petrezselymes burgonya 1345 Ft	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1320 Ft	Tengeri halfilé orly módon, vajas burgonya 1295 Ft	Bundázott csirkemell, petrezselymes burgonya 1345 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1320 Ft	
RZ - Rántott zöldséggörettel	Csirkemell sajtos bundában, vajas zöldséggöret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 2055 Ft	 Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, melange mix zöldséggöret 2120 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, vajas zöldséggöret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 2165 Ft	Bundázott csirkemell, melange mix zöldséggöret 2085 Ft	Rántott csirkecomb, vajas zöldséggöret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 1980 Ft	Pulykamell párizsi bundában, melange mix zöldséggöret 2160 Ft
RZK - Rántott zöldséggörettel	Csirkemell sajtos bundában, vajas zöldséggöret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 1445 Ft	 Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, melange mix zöldséggöret 1485 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, vajas zöldséggöret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 1520 Ft	Bundázott csirkemell, melange mix zöldséggöret 1460 Ft	Rántott csirkecomb, vajas zöldséggöret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 1385 Ft	Pulykamell párizsi bundában, melange mix zöldséggöret 1495 Ft
F1 - Főzelék	Fehérbab főzelék* 1150 Ft	Tökfőzelék* 1350 Ft	Sárgaborsó főzelék 1120 Ft	Zöldborsófőzelék* 1275 Ft	Parajfőzelék* 1195 Ft	
F1K - Kis főzelék	Fehérbab főzelék* 795 Ft	Tökfőzelék* 945 Ft	Sárgaborsó főzelék 785 Ft	Zöldborsófőzelék* 890 Ft	Parajfőzelék* 835 Ft	
F2 - Főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, fasírt 1680 Ft	Tökfőzelék, fasírt 1865 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült oldalas 1720 Ft	Zöldborsófőzelék, fasírt 1820 Ft	Parajfőzelék, fasírt 1720 Ft	
F2K - Kis főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, fasírt 1175 Ft	Tökfőzelék, fasírt 1295 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült oldalas 1195 Ft	Zöldborsófőzelék, fasírt 1275 Ft	Parajfőzelék, fasírt 1195 Ft	
F3 - Főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, magyaros grillkolbász 1795 Ft	Tökfőzelék, Sertéspörkölt 1835 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült virsli 1620 Ft	Zöldborsófőzelék, sült virsli 1770 Ft	Parajfőzelék, magyaros grillkolbász 1845 Ft	
F3K - Kis főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, magyaros grillkolbász 1255 Ft	Tökfőzelék, Sertéspörkölt 1285 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült virsli 1135 Ft	Zöldborsófőzelék, sült virsli 1240 Ft	Parajfőzelék, magyaros grillkolbász 1290 Ft	
F4 - Főzelék hús nélkül	Fehérbab főzelék, főtt tojás* 1570 Ft	Tökfőzelék, Rántott sajt* 1925 Ft	Sárgaborsó főzelék, Rántott sajt 1680 Ft	Zöldborsófőzelék, Sajttal töltött rántott palacsinta* 1880 Ft	Parajfőzelék, főtt tojás* 1595 Ft	
F4K - Kis főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, főtt tojás* 1095 Ft	Tökfőzelék, Rántott sajt* 1350 Ft	Sárgaborsó főzelék, Rántott sajt 1175 Ft	Zöldborsófőzelék, Sajttal töltött rántott palacsinta* 1320 Ft	Parajfőzelék, főtt tojás* 1120 Ft	
U - Világkonyha	Buffalo csirkemell (enyhén csipős), jászmin rizs 1885 Ft	Mexikói paradicsomszószos csirkés burritó 2265 Ft	Argentín penne, reszelt sajt (paradicsomos, tejfölös, chilis marharagu) 2065 Ft	Indonéz rizses csirke (kukoricával, póréhagymával, pritaminpaprikával, fahéjjal, korianderrel) 1820 Ft	Csirkemell spanyol módra (paprika, paradicsom), jászmin rizs 1980 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
UK - Világkonyha	Buffalo csirkemell (enyhén csípős), jázmin rizs 1320 Ft		Argentín penne, reszelt sajt (paradicsomos, tejfölös, chilis marharagu) 1445 Ft	Indonéz rizses csirke 1275 Ft	Csirkemell spanyol módra, jázmin rizs 1385 Ft	
A - Főétel	Csirkemáj roston, burgonyapüré 1670 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1840 Ft	Házi rakott burgonya 1980 Ft	Vadas marha, tészta köret 2065 Ft	Brassói aprópecsenye 1930 Ft	Tojásos lecsó virsivel, bulgurral 1790 Ft
AK - Kís adag	Csirkemáj roston, burgonyapüré 1170 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1290 Ft	Házi rakott burgonya 1385 Ft	Vadas marha, tészta köret 1445 Ft	Brassói aprópecsenye 1350 Ft	Tojásos lecsó virsivel, bulgurral 1255 Ft
B - Főétel	Borsos tokány, tarhonya 2035 Ft	Olaszos tepsis csirkemell (rásütött sajttal, paradicsommal), jázmin rizs 1795 Ft	Csikós tokány, galuska 1940 Ft	Sült csirkemell mozzarellaival, ananással, jázmin rizs 1890 Ft	Sült pulykamell csikó rokfortos sajt-mártásban, jázmin rizs 2020 Ft	Töltött káposzta 1750 Ft
BK - Kís adag	Borsos tokány, tarhonya 1425 Ft	Olaszos tepsis csirkemell (sajt, parad.), jázmin rizs 1255 Ft	Csikós tokány, galuska 1360 Ft	Sült csirkemell mozzarellaival, ananással, jázmin rizs 1325 Ft	Sült pulykamell csikó rokfortos sajt-mártásban, jázmin rizs 1420 Ft	Töltött káposzta 1225 Ft
C - Főétel	 Bakonyi sertésszelet, galuska 1795 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1755 Ft	Káposztás tészta* 1420 Ft	Pulykamell Marco Polo módra (sonka, brokkoli, sajt), kukoricás rizs 1965 Ft	 Gombapaprikás, orsó tészta* 1545 Ft	
CK - Kís adag	 Bakonyi sertésszelet, galuska 1255 Ft	Vargabéles* 1230 Ft	Káposztás tészta* 995 Ft	Pulykamell Marco Polo módra (sonka, brokkoli, sajt), kukoricás rizs 1375 Ft	 Gombapaprikás, orsó tészta* 1080 Ft	
D - Főétel	Zsiványpecsenye (s. tarja, kolbász, szalonna, fokhagyma), sült burgonya 2040 Ft	Csirkemell paprikás, szarvacska tészta 1780 Ft	Orosházi tarhonyás csirke 1745 Ft	Makói aprópecsenye (sertéscomb, paprika, paradicsom), jázmin rizs 1820 Ft	Marhapörkölt, galuska 1970 Ft	
DK - Kís adag	Zsiványpecsenye, sült burgonya 1430 Ft	Csirkemell paprikás, szarvacska tészta 1245 Ft	Orosházi tarhonyás csirke 1220 Ft	Makói aprópecsenye, jázmin rizs 1275 Ft	Marhapörkölt, galuska 1380 Ft	
G - Főétel	Sonkás-túrós csusza 1720 Ft	Sztrapacska (juhtúrós-tepertős galuska) 1940 Ft	Sült pulykacomb pecsenye, hagymás tört-burgonya 1935 Ft	 Tejfölös, gombás sertésragu, jázmin rizs 1720 Ft	Tejszínes, sajtos, sült rakott csirkemell, burgonyapüré 2065 Ft	
GK - Kís adag	Sonkás-túrós csusza 1195 Ft	Sztrapacska (juhtúrós-tepertős galuska) 1360 Ft	Sült pulykacomb pecsenye, hagymás tört-burgonya 1355 Ft	 Tejfölös, gombás sertésragu, jázmin rizs 1195 Ft	Tejszínes, sajtos, sült rakott csirkemell, burgonyapüré 1445 Ft	
K - Főétel	Mákos tészta* 1480 Ft	Párolt marhaszelet, meggy mártás, főtt burgonya 2295 Ft	Csirkemell füstölt sajtos, lilahagymás sajtkrémel kemencében sütvé, Fűszeres sült burgonya 1895 Ft	Padlizsánnal, cukkiniel rakott csirkemell sajttal, Burgonyapüré 1945 Ft	 Milánói sonkás spagetti 1760 Ft	
O - Főétel	Tepsis csirkemell baconos, hagymás mártással, sült burgonya 1985 Ft	Baconbe tekert roston csirkemell, steak burgonya 2080 Ft	Töltött csirkecomb, petrezselymes burgonya 1750 Ft	Reszelt sertésmáj, sós burgonya 1545 Ft	Szilvalekváros derelye* 1740 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
L - Főétel	Házi aranygaluska, vanília öntet* 1580 Ft	Hortobágyi húsos palacsinta 1975 Ft	Tordai malacpecsenye, párolt káposzta, pirított burgonya 1980 Ft	Tojásos galuska* 1620 Ft	Mustáros sertésflekken, Petrezselymes burgonya 1940 Ft	
Z - Főétel	Csirkés-sajtos lasagne 1750 Ft	Dubarry pulykamell, vegyes köret (sült burg., párolt rizs) 1995 Ft	Diós metélt* 1520 Ft	Vegyes hurka (májás, véres) főtt burgonya, pároltkáposzta 1945 Ft	Vasi pecsenye csirkemellből, hagymás törtburgonya 1865 Ft	
VD - Vadvilág	Szarvasszeletek vadasan zsemlegombóccal 2365 Ft	Őzpaprikás túrós galuskával 1995 Ft	 Shiitake gombás tejszínes vaddisznópörkölt tojásos galuska 2275 Ft	Vörösboros szarvaspörkölt, petrezselymes burgonyával 1870 Ft	Eszterházy őztojás zsemlegombóccal 2440 Ft	
VDK - Vadvilág (kis adag)	Szarvasszeletek vadasan zsemlegombóccal 1655 Ft	Őzpaprikás túrós galuskával 1395 Ft	 Shiitake gombás tejszínes vaddisznópörkölt tojásos galuska 1595 Ft	Vörösboros szarvaspörkölt, petrezselymes burgonyával 1320 Ft	Eszterházy őztojás zsemlegombóccal 1695 Ft	
V - Varia menü 1 fél adag főétel + 1 sütemény	Csirkemell sajtós bundában, kukoricás rizs, Túrós krémes 2060 Ft	Sztrapacska, Málnás túró torta 2120 Ft	Orosházi tarhonyás csirke, Mákos guba 1695 Ft	Baconnal, sajttal töltött rántott sertésboroda, rizi-bizi, Gyümölcsrizs 1785 Ft	Mustáros sertésflekken, petrezselymes burgonya, Tiramisu 2155 Ft	Roston sült pulykamell, kukoricás rizs, Almás krémes 2145 Ft
M - Menü (kis adag leves+nagy adag főétel)	Hideg meggyleves, Sonkás-túrós csusza 2295 Ft	 Erdei gombakréml leves, pirított zsemle-kockák, Csirkemell paprikás, szarvacska tészta 2290 Ft	 Újházy tyúkhúsleves, Házi rakott burgonya 2575 Ft	Frankfurti leves, Tojásos galuska 2245 Ft	 Tejszínes körteleves, Milánói sonkás spagetti 2365 Ft	Palócleves, Tojásos lecsó virslivel, bulgurral 2485 Ft
KM - Kis menü (kis adag leves+kis adag főétel)	Hideg meggyleves, Sonkás-túrós csusza 1825 Ft	 Erdei gombakréml leves, pirított zsemle-kockák, Csirkemell paprikás, szarvacska tészta 1820 Ft	 Újházy tyúkhúsleves, Házi rakott burgonya 2045 Ft	Frankfurti leves, Tojásos galuska 1820 Ft	 Tejszínes körteleves, Milánói sonkás spagetti 1895 Ft	Palócleves, Tojásos lecsó virslivel, bulgurral 1995 Ft
H - Hidegtál 25-30 dkg	Majonézés tojássaláta, sült csirkemell csíkok 1260 Ft	Kaszinótojás, franciasaláta* 1040 Ft	Oroszos jércehússaláta 1135 Ft	Sült csirkecomb, majonézés zöldborsó 1140 Ft	Majonézés tonhal saláta 1260 Ft	
I - Desszert	Sárgabarackos gombóc* 820 Ft	Somlói galuska* 1050 Ft	Mákos guba (desszert)* 850 Ft	Gyümölcsrizs* 820 Ft	Madártej* 780 Ft	Kókusz kocka* 1040 Ft
X - Desszert	Túrós krémes* 1150 Ft	Málnás túró torta* 1150 Ft	Meggyes pite* 1195 Ft	Eperhabos szelet* 1150 Ft	Tiramisu* 1195 Ft	Almás krémes* 1195 Ft
P - Palacsinta (2db)	Diós palacsinta, csokoládéöntet* 1250 Ft	Vegyes palacsinta (csokis, lekváros)* 995 Ft	Meggyes palacsinta, csokoládéöntet* 1195 Ft	Somlói palacsinta, csokiöntet* 1350 Ft	Túrós palacsinta, eperöntet* 1150 Ft	
VG1 - Vegán	Gyömbéres édesburgonya krémleves* 1075 Ft	Zöldborsóleves durumtésztaival* 960 Ft	Vegán brokkoli krémleves, pirított zsemle-kockák* 975 Ft	Kókusztejes céklakrémleves mandulával* 1075 Ft	Kurkumás csicseriborsóleves* 1035 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
VG2 - Vegán	Vegán bácskai rizses natúrfalat* 2220 Ft	Orosházi csicseriborsós-tarhonyás vegánfalatok* 2340 Ft	Vegán zöldbabfőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1645 Ft	Zöldséges vegán natúrfalat paprikás, rizses-köleses fusillival* 2095 Ft	Vegán lencsefőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1550 Ft	
VG2K - Vegán kis adag	Vegán bácskai rizses natúrfalat* 1645 Ft	Orosházi csicseriborsós-tarhonyás vegánfalatok* 1730 Ft	Vegán zöldbabfőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1220 Ft	Zöldséges vegán natúrfalat paprikás, rizses-köleses fusillival* 1550 Ft	Vegán lencsefőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1145 Ft	
VG3 - Vegán	BBQ vegán burger szelet sült édesburgonya* 2880 Ft	 Vegán gombapaprikás, rizses-köleses fusillival* 1670 Ft	Paradicsomos lencseragu steak burgonyával* 1490 Ft	Vegán burger szelet friss salátával, ezersziget öntettel* 2550 Ft	Vegán vunás cézársaláta* 2545 Ft	
VG4 - Vegán	Vegán mákosguba* 950 Ft	Kókusztejberizs ribizlivel* 950 Ft	Vegán snickers szelet* 1350 Ft	Kókusztejes zabkása eperdarabokkal* 995 Ft	Mandulatejes chiamagpuding málnaöntettel* 980 Ft	
Z1 - Zero leves	Kókusztejes zellerkrémleves pulykacsikkal 1140 Ft	 Paleo csirkeraguleves 1140 Ft	Mustáros-tárkonyos kolbászleves 1230 Ft	Köményes vöröslencsekrém leves* 1080 Ft	Fahéjas erdei gyümölcsleves* 1375 Ft	
Z1K - Zero kis leves	Kókusztejes zellerkrémleves pulykacsikkal 845 Ft	 Paleo csirkeraguleves 845 Ft	Mustáros-tárkonyos kolbászleves 920 Ft	Köményes vöröslencsekrém leves* 795 Ft	Fahéjas erdei gyümölcsleves* 1020 Ft	
Z2 - Zero főétel	Bazsalikomos csirkecomb filé wok zöldségekkel 1920 Ft	Ropogós, szezámmagos halpogácsa rizszel, áfonyaszósszal 1895 Ft	Rántott tengeri hal cukkinis quinoával 2230 Ft	Leccsós csirkemáj kölessel 1620 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék paleo fasírttal 1695 Ft	
Z3 - Zero főétel	 Milánói sertésborda rizses-köleses fusillival 2290 Ft	Kapros tökfőzelék paleo rántott sertésbordával 2185 Ft	Zelleres cukkinifőzelék, sertéspörkölt 1730 Ft	Omlós csirkemell szezámmagos bébirézával 1945 Ft	Csikós tokány rizses-köleses fusillival 1850 Ft	
Z4 - Zero főétel	Sertéspörkölt hajdinával 1680 Ft	Erdélyi rakott káposzta paleo tejföllel 2120 Ft	Borsos sertéstokány rizses-köleses fusilli 1760 Ft	Csülök pékné módra, hagymás tört zeller 2060 Ft	 Pírtott gombafejek, húspogácsa (marha, sertés) 2120 Ft	
Z5 - Zero desszert	Mandulatejes meggyes köleskása* 850 Ft	Diós piskótatekercs* 1250 Ft	Paleo kókuszos szelet* 1395 Ft	Amerikai csokoládétorta* 1250 Ft	Paleo totu torta* 1395 Ft	
S1 - Savanyúság	Tzatziki* 295 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 295 Ft	Csemegeuborka* 295 Ft	Káposztasaláta* 295 Ft	Paradicsomsaláta* 295 Ft	
S2 - Savanyúság	Kovászos uborka* 295 Ft	Paradicsomsaláta* 295 Ft	Káposztával töltött paprika* 295 Ft	Uborkasaláta* 295 Ft	Céklasaláta* 295 Ft	
JFW - Jókenyér szeletelt (350g)	Jókenyér Fitt&Well* 1035 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1035 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1035 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1035 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1035 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
JBR - Jókenyér szeletelt (500g)	Jókenyér Bajor rozsos* 795 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 795 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 795 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 795 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 795 Ft	
JTK - Jókenyér szeletelt (500g)	Jókenyér Teljes kiőrlésű magos* 995 Ft	Jókenyér Teljes kiőrlésű magos* 995 Ft	Jókenyér Teljes kiőrlésű magos* 995 Ft	Jókenyér Teljes kiőrlésű magos* 995 Ft	Jókenyér Teljes kiőrlésű magos* 995 Ft	
SZK - Búzakenyér (500g)	Szeletelt búzakenyér* 590 Ft	Szeletelt búzakenyér* 590 Ft	Szeletelt búzakenyér* 590 Ft	Szeletelt búzakenyér* 590 Ft	Szeletelt búzakenyér* 590 Ft	
T - Cipő	Cipő* 195 Ft	Cipő* 195 Ft	Cipő* 195 Ft	Cipő* 195 Ft	Cipő* 195 Ft	
DL1 - Leves	Csontleves gazdagon zöldségekkel finommetélttel 194 kcal, 24g szénh., 11g fehérje, 11g zsír 920 Ft	Nyári fejtettbaleves* 449 kcal, 64g szénh., 19g fehérje, 11g zsír 1130 Ft	Mediterrán káposztaleves, sajtgaluskával* 411 kcal, 34g szénh., 16g fehérje, 22g zsír 1195 Ft	Frankfurti leves 409 kcal, 29g szénh., 16g fehérje, 24g zsír 1120 Ft	Tanyasi csibelevés 265 kcal, 20g szénh., 32g fehérje, 5g zsír 1095 Ft	
DL2 - Leves	Könnyű zöldséges zöldborsóleves* 187 kcal, 31g szénh., 9g fehérje, 2g zsír 930 Ft	Fitt májgaluska leves 219 kcal, 28g szénh., 14g fehérje, 5g zsír 940 Ft	Fitt tárkonyos borjúragu leves 476 kcal, 28g szénh., 25g fehérje, 29g zsír 1445 Ft	Fahéjas szilvaleves* 327 kcal, 62g szénh., 7g fehérje, 18g zsír 1125 Ft	Könnyű tejszínes erdei gyümölcsleves* 200 kcal, 57g szénh., 5g fehérje, 7g zsír 1120 Ft	
D4 - Főzelék	Fitt tejfőlös burgonyafőzelék, vaslapon sült csirkefalatok 554 kcal, 57g szénh., 37g fehérje, 18g zsír 1720 Ft	Light tejszínes brokkoli főzelék, rántott sajt (light)* 695 kcal, 61g szénh., 35g fehérje, 32g zsír 1695 Ft	Szójacsírás zöldborsófőzelék, brokkoli ropogós* 700 kcal, 110g szénh., 37g fehérje, 16g zsír 1820 Ft	Tejszínes karfiol főzelék, rántott sajt (light)* 653 kcal, 56g szénh., 32g fehérje, 32g zsír 1690 Ft	Parajfőzelék főtt tojással* 470 kcal, 38g szénh., 27g fehérje, 22g zsír 1595 Ft	
D5 - Főzelék	Fitt tejfőlös burgonyafőzelék, rántott csirkemell 817 kcal, 93g szénh., 48g fehérje, 26g zsír 1770 Ft	Light tejszínes brokkoli főzelék, fasírt (light) 727 kcal, 67g szénh., 52g fehérje, 25g zsír 1740 Ft	Szójacsírás zöldborsófőzelék, sokmagvas rántott jércemell 643 kcal, 85g szénh., 44g fehérje, 19g zsír 1780 Ft	Tejszínes karfiol főzelék, fitt rántott csirkemell 601 kcal, 55g szénh., 45g fehérje, 21g zsír 1760 Ft	Fitt parajfőzelék, vaslapon sült csirkefalatok 501 kcal, 38g szénh., 41g fehérje, 18g zsír 1770 Ft	
D6 - Főétel	Diós bundában sült csirkefalatok, fahéjas alma 774 kcal, 67g szénh., 46g fehérje, 33g zsír 2070 Ft	Könnyű hortobágyi palacsinta 740 kcal, 79g szénh., 52g fehérje, 22g zsír 1920 Ft	Penne prosciutto (tejszín, sonka, sajt) 680 kcal, 56g szénh., 44g fehérje, 31g zsír 1780 Ft	Fitt juhtúrós penne csirkehússal 796 kcal, 61g szénh., 57g fehérje, 36g zsír 1980 Ft	Fitt amerikai tésztasaláta 799 kcal, 78g szénh., 45g fehérje, 38g zsír 1985 Ft	
D7 - Főétel	Mátrai borzas csirkemell, sült zöldségek 897 kcal, 88g szénh., 54g fehérje, 34g zsír 2055 Ft	Rántott fűszeres csirkecomb, petrezselymes burg., grill zöldségekkel 803 kcal, 79g szénh., 66g fehérje, 20g zsír 2070 Ft	 Sonkával, gombával töltött fitt rántott palacsinta, light majonéz 705 kcal, 63g szénh., 36g fehérje, 38g zsír 1880 Ft	 Fitt milánói sertés borda 970 kcal, 100g szénh., 64g fehérje, 41g zsír 2070 Ft	Fitt rántott csirkecomb filé, tojásos franciasaláta 916 kcal, 73g szénh., 62g fehérje, 44g zsír 2070 Ft	
D8 - Főétel	Csirkemell Holstein módra, parajos burgonyapüré 714 kcal, 45g szénh., 50g fehérje, 35g zsír 2025 Ft	Sajtos sült karfiol* 419 kcal, 28g szénh., 21g fehérje, 23g zsír 1660 Ft	Pírtott csirkecsikók zöldsalátával tepsis burgonyával 447 kcal, 58g szénh., 40g fehérje, 4g zsír 2020 Ft	Fűszeres csirkefalatok grillezett zöldség tepsis burgonya 659 kcal, 60g szénh., 43g fehérje, 25g zsír 2060 Ft	Húsos rakott karfiol (pulykahússal) 593 kcal, 48g szénh., 45g fehérje, 23g zsír 1785 Ft	
D9 - Főétel	Töltött paprika csirkemellből 486 kcal, 54g szénh., 40g fehérje, 16g zsír 2045 Ft	Kemencében sült csirkemell, görög saláta 481 kcal, 24g szénh., 45g fehérje, 25g zsír 2195 Ft	Sáfrányos csirkés bulgur cheddarsajttal 730 kcal, 89g szénh., 52g fehérje, 21g zsír 1935 Ft	Kemencében sült csirkemellfilé vajas colarado zöldségmix 368 kcal, 21g szénh., 45g fehérje, 9g zsír 1965 Ft	Székelykáposzta 533 kcal, 31g szénh., 37g fehérje, 26g zsír 1720 Ft	

	2025.09.01. - hétfő	2025.09.02. - kedd	2025.09.03. - szerda	2025.09.04. - csütörtök	2025.09.05. - péntek	2025.09.06. - szombat
D10 - Főétel	Cukkinis csirkefasírt, bulguros házi lecsóval 601 kcal, 95g szénh., 45g fehérje, 7g zsír 1885 Ft	Párizsi pulykamell, csőben sült karfiol 742 kcal, 57g szénh., 60g fehérje, 29g zsír 2170 Ft	Mozzarellás sült csirkemell tekercs, vajas bébirépa 597 kcal, 37g szénh., 49g fehérje, 26g zsír 2120 Ft	Rakott kel (sertéshússal) 624 kcal, 63g szénh., 45g fehérje, 19g zsír 1860 Ft	Gombapaprikás, szarvacska tészta* 579 kcal, 69g szénh., 25g fehérje, 22g zsír 1685 Ft	
D11 - Főétel	Csirkecomb paprikás, light szarvacska tészta 843 kcal, 71g szénh., 74g fehérje, 29g zsír 1890 Ft	Magyaros csirkés rakott kel 850 kcal, 70g szénh., 50g fehérje, 39g zsír 1850 Ft	Tengeri hal Orly módra párolt zöldségek 749 kcal, 78g szénh., 60g fehérje, 20g zsír 2020 Ft	Roston csirkemell mascaronés sajt-mártással rizses zöldséggel 702 kcal, 58g szénh., 50g fehérje, 29g zsír 2040 Ft	Paradicsomos húsgombóc (fitt) 854 kcal, 93g szénh., 52g fehérje, 39g zsír 1840 Ft	
D12 - Főétel	Bolognai pagetti csirkemellből 727 kcal, 82g szénh., 55g fehérje, 24g zsír 1890 Ft	Csőben sült brokkoli csirkemellel 779 kcal, 44g szénh., 53g fehérje, 41g zsír 1995 Ft	Dubarry pulykamell, basmati rizses zöldség 665 kcal, 55g szénh., 53g fehérje, 23g zsír 1995 Ft	Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos barnarizs 909 kcal, 85g szénh., 68g fehérje, 32g zsír 1895 Ft	Csirkemellsaláta gazdagon kecskesajttal 588 kcal, 17g szénh., 40g fehérje, 36g zsír 2235 Ft	
D13 - Főétel	Bbq csirkeszárnyak rizses zöldséggel 777 kcal, 53g szénh., 68g fehérje, 28g zsír 1720 Ft	Paprikás burgonya (virslivel) 582 kcal, 58g szénh., 19g fehérje, 29g zsír 1560 Ft	Húsos rakott kelbimbó 739 kcal, 65g szénh., 52g fehérje, 27g zsír 1850 Ft	Zöldséges húsgolyók olasz paradicsom-mártással barna rizzsel 719 kcal, 99g szénh., 43g fehérje, 15g zsír 1750 Ft	Csirkehússal rakott zöldség sajtjal csőben sütve 602 kcal, 43g szénh., 47g fehérje, 26g zsír 1820 Ft	
D14 - Főétel	Magyaros rakott karfiol 703 kcal, 76g szénh., 41g fehérje, 24g zsír 1840 Ft	Roston csirkemell, brokkolis hajdinával 405 kcal, 40g szénh., 44g fehérje, 5g zsír 1845 Ft	Sonkás rakott burgonya gazdagon tejföllel 785 kcal, 73g szénh., 36g fehérje, 37g zsír 1855 Ft	Parajos sajtkrémes csirkemell basmati rizses sült karotta 978 kcal, 123g szénh., 58g fehérje, 24g zsír 2020 Ft	Parajjal-sajttal sütött csirkemell, bébirépával 541 kcal, 36g szénh., 48g fehérje, 20g zsír 1995 Ft	
D15 - Desszert	Somlói kocka* 153 kcal, 12g szénh., 7g fehérje, 8g zsír 1120 Ft	Almás pite* 237 kcal, 19g szénh., 7g fehérje, 14g zsír 1120 Ft	Ribizlis szelet* 116 kcal, 6g szénh., 4g fehérje, 8g zsír 1150 Ft	Ischler* 488 kcal, 39g szénh., 13g fehérje, 30g zsír 1120 Ft	Kakaós szelet* 247 kcal, 13g szénh., 4g fehérje, 20g zsír 1120 Ft	
DKM - Kis menü (kis leves + kis főétel)	Könnyű zöldséges zöldborsóleves, Töltött paprika csirkemellből 450 kcal, 56g szénh., 32g fehérje, 12g zsír 2095 Ft	Fitt májgaluska leves, Rántott fűszeres csirkecomb, petrezselymes burg., grill zöldségekkel 681 kcal, 71g szénh., 53g fehérje, 16g zsír 2120 Ft	Mediterrán káposztaleves, sajtgaluskával, Sáfrányos csirkés bulgur cheddarsajttal zöldségekkel 759 kcal, 82g szénh., 45g fehérje, 29g zsír 2195 Ft	Frankfurti leves, Fitt milánói sertés borda 921 kcal, 86g szénh., 53g fehérje, 44g zsír 2240 Ft	Könnyű tejszínes erdei gyümölcsleves, Székelykáposzta 486 kcal, 59g szénh., 28g fehérje, 22g zsír 1995 Ft	
EB1 - Eisberg salátátál	Cézár salátátál (csirkemellel) 1485 Ft	Cézár salátátál (csirkemellel) 1485 Ft	Cézár salátátál (csirkemellel) 1485 Ft	Cézár salátátál (csirkemellel) 1485 Ft	Cézár salátátál (csirkemellel) 1485 Ft	
EB2 - Eisberg salátátál	Gyros salátátál 1785 Ft	Gyros salátátál 1785 Ft	Gyros salátátál 1785 Ft	Gyros salátátál 1785 Ft	Gyros salátátál 1785 Ft	
EB3 - Eisberg salátátál	Sonkás-tojásos színes tál 1785 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1785 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1785 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1785 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1785 Ft	
EB4 - Eisberg salátátál	Tonhalas színes tál 1785 Ft	Tonhalas színes tál 1785 Ft	Tonhalas színes tál 1785 Ft	Tonhalas színes tál 1785 Ft	Tonhalas színes tál 1785 Ft	
EB5 - Eisberg salátátál	Pesztós csirkés színes tál 1785 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1785 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1785 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1785 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1785 Ft	