

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
TW - Tortilla és wrap	Chilis csirke wrap teljes kiőrlésű tortillában 533 kcal, 39g szénh., 47g fehérje, 19g zsír 2075 Ft	Marhahúsos quesadilla tejföllel, sajttal 2285 Ft	Zöldfűszeres omlett-wrap olvasztott cheddar sajttal 1955 Ft	Pikáns borjúburrito sajtszórással 2280 Ft	Bugaci a la Proscritto burrito 2150 Ft	
SP1 - Sport és egészség	Jércesteak joghurtos almás kukoricasalátával 527 kcal, 43g szénh., 50g fehérje, 19g zsír 1970 Ft	Citrusos vörös sügér fokhagymás tejszínes pennével 653 kcal, 65g szénh., 51g fehérje, 20g zsír 2170 Ft	Tabbouleh marhaszeletekkel 747 kcal, 62g szénh., 51g fehérje, 30g zsír 2660 Ft	Prosciutto sonka rukkolás-krémsajtos farfallával 732 kcal, 57g szénh., 40g fehérje, 39g zsír 2320 Ft	Currys mangós csirke vadrizses körettel 567 kcal, 56g szénh., 47g fehérje, 17g zsír 1965 Ft	
SP2 - Sport és egészség	Stroganoff gombaragu quinoával* 524 kcal, 60g szénh., 24g fehérje, 20g zsír 1840 Ft	Vegán golyók török bulgarral, fűszeres joghurttal* 625 kcal, 56g szénh., 34g fehérje, 25g zsír 2490 Ft	Zöldséges lasagne vegán darált hússal* 753 kcal, 89g szénh., 38g fehérje, 24g zsír 1850 Ft	Chilis bab héjában sült burgonyával* 499 kcal, 79g szénh., 24g fehérje, 7g zsír 1855 Ft	Gombapaprikás csicseritarhonyával* 508 kcal, 60g szénh., 26g fehérje, 17g zsír 1795 Ft	
SP3 - Sport desszert	Almáspite colada* 190 kcal, 20g szénh., 3g fehérje, 12g zsír 1345 Ft	Diótorta szelet* 236 kcal, 11g szénh., 5g fehérje, 25g zsír 1355 Ft	Köles rudi szelet* 307 kcal, 18g szénh., 9g fehérje, 15g zsír 1355 Ft	Vegán ribizlis citrusos szelet* 185 kcal, 23g szénh., 2g fehérje, 13g zsír 1370 Ft	Epres colada* 177 kcal, 15g szénh., 4g fehérje, 12g zsír 1355 Ft	
L1 - Leves	Lencseleves füstölt tarjával 1185 Ft	Falusi kacsaleves csigatésztával 1260 Ft	Újházy tyúkhúsleves 1195 Ft	Frankfurti leves 1220 Ft	Babgulyás 1395 Ft	Palócleves 1420 Ft
L1K - Kis Leves	Lencseleves füstölt tarjával 835 Ft	Falusi kacsaleves csigatésztával 890 Ft	Újházy tyúkhúsleves 845 Ft	Frankfurti leves 860 Ft	Babgulyás 985 Ft	Palócleves 995 Ft
L2 - Leves	Minestrone (olasz zöldség) leves* 1040 Ft	Erdei gombakrémleves, pirított zsemlekockák* 1065 Ft	Tárkonyos zöldségragu leves* 1045 Ft	Csontleves cérnametélttel 995 Ft	Olasz paradicsomleves (bazsalikom, tejszín)* 1020 Ft	
L2K - Kis Leves	Minestrone leves* 735 Ft	Erdei gombakrémleves, pirított zsemlekockák* 750 Ft	Tárkonyos zöldségragu leves* 735 Ft	Csontleves cérnametélttel 695 Ft	Olasz paradicsomleves* 720 Ft	
L3 - Leves	Hideg meggyleves* 1240 Ft	Tejszínes feketeszeder leves* 1120 Ft	Őszibarack leves* 1070 Ft	Kókuszos-romos cseresznye leves* 1275 Ft	Tejszínes körteleves* 1140 Ft	
L3K - Kis Leves	Hideg meggyleves* 875 Ft	Tejszínes feketeszeder leves* 795 Ft	Őszibarack leves* 755 Ft	Kókuszos-romos cseresznye leves* 895 Ft	Tejszínes körteleves* 795 Ft	
E1 - Friss saláták	Csirkemell saláta joghurt öntettel 2090 Ft	Cézár saláta (sült csirkemellel), pirított zsemlekockák 2095 Ft	Rántott camembert, tejfölös vitamin saláta* 2370 Ft	Grill csirkemell filé friss zöldségekkel, tartármártással 2120 Ft	Fűszeres grill csirkecomb, Retekcsírázás zöld saláta 2070 Ft	
E1K - Friss saláták kis adag	Csirkemell saláta joghurt öntettel 1470 Ft	Cézár saláta (sült csirkemellel), pirított zsemlekockák, cézár öntet 1485 Ft	Rántott camembert, tejfölös vitamin saláta, tejföl mártás* 1665 Ft	Grill csirkemell filé friss zöldségekkel, tartármártással, Tartármártás 1490 Ft	Fűszeres grill csirkecomb, Retekcsírázás zöld saláta 1455 Ft	

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
E2 - Fitness és alakbarát	<p>Sonkás-brokkolis rizottó 714 kcal, 100g szénh., 43g fehérje, 15g zsir 1795 Ft 1435 Ft</p>	<p>Ketalazac roston hollandi mártással, édesburgonyával és rizzsel 728 kcal, 85g szénh., 51g fehérje, 19g zsir 2560 Ft</p>	<p>Paradicsommal rakott sajtos csirke, hajdinával 817 kcal, 77g szénh., 62g fehérje, 27g zsir 1845 Ft</p>	<p>Húsos, juhtúrós rakott karfiol 575 kcal, 24g szénh., 47g fehérje, 32g zsir 1995 Ft</p>	<p>Bífteki joghurtos padlizsánkrémlel, pitával 1035 kcal, 56g szénh., 48g fehérje, 69g zsir 2480 Ft 1985 Ft</p>	
E2K - Fitness és alakbarát kis adag	<p>Sonkás-brokkolis rizottó 447 kcal, 62g szénh., 27g fehérje, 9g zsir 1270 Ft 1015 Ft</p>	<p>Ketalazac roston hollandi mártással, édesburgonyával és rizzsel 426 kcal, 50g szénh., 30g fehérje, 11g zsir 1795 Ft</p>	<p>Paradicsommal rakott sajtos csirke, hajdinával 498 kcal, 47g szénh., 38g fehérje, 16g zsir 1295 Ft</p>	<p>Húsos, juhtúrós rakott karfiol 360 kcal, 15g szénh., 30g fehérje, 20g zsir 1395 Ft</p>	<p>Bífteki joghurtos padlizsánkrémlel, pitával 622 kcal, 33g szénh., 29g fehérje, 41g zsir 1740 Ft 1390 Ft</p>	
E3 - Fitness és alakbarát	<p>Sonkával, aszalt paradicsommal göngyölt pulykamell, fokhagymás durum spagetti 795 kcal, 104g szénh., 63g fehérje, 12g zsir 2240 Ft</p>	<p>Székelykáposzta csirkemellből 377 kcal, 19g szénh., 40g fehérje, 16g zsir 1840 Ft 1470 Ft</p>	<p>Zöldséges kuskusz sült csirkecombmal 868 kcal, 92g szénh., 68g fehérje, 24g zsir 1740 Ft 1390 Ft</p>	<p>Roston sült csirkemell, bazsalikomos zöldségköret (zöldbab, zöldborsó, sárgarépa, kukorica) 473 kcal, 60g szénh., 52g fehérje, 4g zsir 1965 Ft 1570 Ft</p>	<p>Ínyenc rakott zöldbab (csirkehússal, barna rizzsel) 791 kcal, 69g szénh., 56g fehérje, 30g zsir 1980 Ft</p>	
E3K - Fitness és alakbarát kis adag	<p>Sonkával, aszalt paradicsommal göngyölt pulykamell, fokhagymás durum spagetti 498 kcal, 65g szénh., 39g fehérje, 8g zsir 1575 Ft</p>	<p>Székelykáposzta csirkemellből 237 kcal, 12g szénh., 25g fehérje, 10g zsir 1295 Ft 1035 Ft</p>	<p>Zöldséges kuskusz sült csirkecombmal 543 kcal, 57g szénh., 42g fehérje, 15g zsir 1240 Ft 990 Ft</p>	<p>Roston sült csirkemell, bazsalikomos zöldségköret 297 kcal, 38g szénh., 33g fehérje, 3g zsir 1380 Ft 1095 Ft</p>	<p>Ínyenc rakott zöldbab 495 kcal, 43g szénh., 35g fehérje, 19g zsir 1390 Ft</p>	
E4 - Fitness és alakbarát	<p>Fokhagymás joghurtos csirkemell, zöldséges rizs 805 kcal, 104g szénh., 54g fehérje, 19g zsir 1920 Ft</p>	<p>Roston sült sertésstarja grill zöldségágyon (padlizsán, cukkini, gomba, sárgarépa) 748 kcal, 31g szénh., 43g fehérje, 50g zsir 2070 Ft</p>	<p>Tavaszi csirkemell rizottó 658 kcal, 77g szénh., 57g fehérje, 14g zsir 1940 Ft</p>	<p>Sült csirkecomb, almás párolt káposzta 590 kcal, 53g szénh., 60g fehérje, 14g zsir 1940 Ft</p>	<p>Currys pulyka sárgabarackkal, mazsolás jázmin rizs 795 kcal, 143g szénh., 40g fehérje, 9g zsir 2070 Ft</p>	
E4K - Fitness és alakbarát kis adag	<p>Fokhagymás joghurtos csirkemell, zöldséges rizs 504 kcal, 65g szénh., 34g fehérje, 12g zsir 1350 Ft</p>	<p>Roston sült sertésstarja grill zöldségágyon 468 kcal, 19g szénh., 27g fehérje, 31g zsir 1455 Ft</p>	<p>Tavaszi csirkemell rizottó 411 kcal, 48g szénh., 36g fehérje, 8g zsir 1360 Ft</p>	<p>Sült csirkecomb, almás párolt káposzta 369 kcal, 33g szénh., 38g fehérje, 9g zsir 1360 Ft</p>	<p>Currys pulyka sárgabarackkal, mazsolás jázmin rizs 498 kcal, 89g szénh., 25g fehérje, 5g zsir 1455 Ft</p>	
R1 - Rántott	<p>Rántott gomba, jázmin rizs, Tartármártás* 1780 Ft</p>	<p>Rántott kacsamáj, petrezselymes burgonya 1920 Ft</p>	<p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, petrezselymes burgonya 2065 Ft</p>	<p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbordára, rizibizi 1970 Ft</p>	<p>Rántott harcsa, jázmin rizs 2080 Ft</p>	<p>Pulykamell párizsi bundában, jázmin rizs 1980 Ft</p>
R1K - Kis rántott	<p>Rántott gomba, jázmin rizs, Tartármártás* 1250 Ft</p>	<p>Rántott kacsamáj, petrezselymes burgonya 1350 Ft</p>	<p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, petrezselymes burgonya 1450 Ft</p>	<p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbordára, rizibizi 1385 Ft</p>	<p>Rántott harcsa, jázmin rizs 1460 Ft</p>	<p>Pulykamell párizsi bundában, jázmin rizs 1390 Ft</p>
R2 - Rántott	<p>Rántott gomba, sült burgonya, Tartármártás* 1875 Ft</p>	<p>Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1920 Ft</p>	<p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1995 Ft</p>	<p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbordára, sült burgonya 2070 Ft</p>	<p>Rántott harcsa, burgonyapüré 2170 Ft</p>	<p>Pulykamell párizsi bundában, petrezselymes burgonya 2040 Ft</p>
R2K - Kis rántott	<p>Rántott gomba, sült burgonya, Tartármártás* 1320 Ft</p>	<p>Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1350 Ft</p>	<p>Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, jázmin rizs 1395 Ft</p>	<p>Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbordára, sült burgonya 1455 Ft</p>	<p>Rántott harcsa, burgonyapüré 1495 Ft</p>	<p>Pulykamell párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1435 Ft</p>




	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
R3 - Rántott	Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs 1895 Ft	Rántott mozzarella, jázmin rizs, Tartármártás* 1990 Ft	Tengeri halfilé orly módon, jázmin rizs, Tartármártás 2020 Ft	Bundázott csirkemell, kukoricás rizs 1895 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1875 Ft	
R3K - Kis rántott	Csirkemell sajtos bundában, kukoricás rizs 1335 Ft	Rántott mozzarella, jázmin rizs, Tartármártás* 1395 Ft	Tengeri halfilé orly módon, jázmin rizs, Tartármártás 1420 Ft	Bundázott csirkemell, kukoricás rizs 1335 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1320 Ft	
R4 - Rántott	Csirkemell sajtos bundában, petrezselymes burgonya 1940 Ft	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1930 Ft	Tengeri halfilé orly módon, vajás burgonya 1920 Ft	Bundázott csirkemell, petrezselymes burgonya 1940 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1895 Ft	
R4K - Kis rántott	Csirkemell sajtos bundában, petrezselymes burgonya 1365 Ft	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1360 Ft	Tengeri halfilé orly módon, vajás burgonya 1350 Ft	Bundázott csirkemell, petrezselymes burgonya 1365 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1340 Ft	
RZ - Rántott zöldségkörettel	 Rántott gomba, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)* 1980 Ft	 Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, melange mix zöldségköret 2165 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 2270 Ft	Bundázott csirkemell, melange mix zöldségköret 2140 Ft	Rántott csirkecomb, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 2020 Ft	Pulykamell párizsi bundában, melange mix zöldségköret 2270 Ft
RZK - Rántott zöldségkörettel	 Rántott gomba, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab)* 1385 Ft	 Füstölt sajttal, gombával töltött rántott csirkemell, melange mix zöldségköret 1520 Ft	Fűszeres cheddar sajttal töltött rántott csirkemell, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 1595 Ft	Bundázott csirkemell, melange mix zöldségköret 1495 Ft	Rántott csirkecomb, vajás zöldségköret (sárgarépa, citromsárga sárgarépa, brokkoli, zöldhüvelyű bab) 1420 Ft	Pulykamell párizsi bundában, melange mix zöldségköret 1595 Ft
F1 - Főzelék	Fehérbab főzelék* 1195 Ft	Tökfőzelék* 1395 Ft	Sárgaborsó főzelék 1140 Ft	Parajfőzelék* 1220 Ft	Zöldborsófőzelék* 1295 Ft	
F1K - Kis főzelék	Fehérbab főzelék* 835 Ft	Tökfőzelék* 980 Ft	Sárgaborsó főzelék 795 Ft	Parajfőzelék* 860 Ft	Zöldborsófőzelék* 920 Ft	
F2 - Főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, fasírt 1740 Ft	Tökfőzelék, fasírt 1940 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült oldalas 1740 Ft	Parajfőzelék, fasírt 1740 Ft	Zöldborsófőzelék, fasírt 1860 Ft	
F2K - Kis főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, fasírt 1220 Ft	Tökfőzelék, fasírt 1360 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült oldalas 1220 Ft	Parajfőzelék, fasírt 1220 Ft	Zöldborsófőzelék, fasírt 1295 Ft	
F3 - Főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, magyaros grillkolbász 1870 Ft	Tökfőzelék, Sertéspörkölt 1970 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült virsli 1670 Ft	Parajfőzelék, magyaros grillkolbász 1865 Ft	Zöldborsófőzelék, sült virsli 1820 Ft	
F3K - Kis főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, magyaros grillkolbász 1320 Ft	Tökfőzelék, Sertéspörkölt 1385 Ft	Sárgaborsó főzelék, sült virsli 1175 Ft	Parajfőzelék, magyaros grillkolbász 1320 Ft	Zöldborsófőzelék, sült virsli 1285 Ft	
F4 - Főzelék hús nélkül	Fehérbab főzelék, főtt tojás* 1595 Ft	Tökfőzelék, Rántott sajt* 2080 Ft	Sárgaborsó főzelék, Rántott sajt 1720 Ft	Parajfőzelék, főtt tojás* 1620 Ft	Zöldborsófőzelék, Sajttal töltött rántott palacsinta* 1895 Ft	

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
F4K - Kis főzelék feltéttel	Fehérbab főzelék, főtt tojás* 1120 Ft	Tökfőzelék, Rántott sajt* 1460 Ft	Sárgaborsó főzelék, Rántott sajt 1220 Ft	Parajfőzelék, főtt tojás* 1140 Ft	Zöldborsófőzelék, Sajttal töltött rántott palacsinta* 1340 Ft	
U - Világkonyha	Buffalo csirkemell (enyhén csípős), jászmin rizs 1920 Ft	Mexikói paradicsomszósos csirkés burritó 2360 Ft	Argentín penne, reszelt sajt (paradicsomos, tejfölös, chilis marharagu) 2195 Ft	Indonéz rizses csirke (kukoricával, póréhagymával, pritaminpaprikával, fahéjjal, korianderrel) 1880 Ft	Csirkemell spanyol módra (paprika, paradicsom), jászmin rizs 2020 Ft	
UK - Világkonyha	Buffalo csirkemell (enyhén csípős), jászmin rizs 1350 Ft		Argentín penne, reszelt sajt (paradicsomos, tejfölös, chilis marharagu) 1545 Ft	Indonéz rizses csirke 1320 Ft	Csirkemell spanyol módra, jászmin rizs 1420 Ft	
A - Főétel	Csirkemáj roston, burgonyapüré 1720 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1860 Ft	Házi rakott burgonya 1995 Ft	Vadas marha, tészta köret 2235 Ft	Brassói aprópecsenye 1950 Ft	Tojásos lecsó virslivel, bulgarral 1840 Ft
AK - Kis adag	Csirkemáj roston, burgonyapüré 1195 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1320 Ft	Házi rakott burgonya 1395 Ft	Vadas marha, tészta köret 1565 Ft	Brassói aprópecsenye 1370 Ft	Tojásos lecsó virslivel, bulgarral 1295 Ft
B - Főétel	Borsos tokány, tarhonya 2180 Ft	Olaszos tepsis csirkemell (rásütött sajttal, paradicsommal), jászmin rizs 1860 Ft	Csikós tokány, galuska 1960 Ft	Sült csirkemell mozzarellaival, ananással, jászmin rizs 1940 Ft	Sült pulykamell csikok rokfortos sajt-mártásban, jászmin rizs 2095 Ft	Töltött káposzta 1820 Ft
BK - Kis adag	Borsos tokány, tarhonya 1525 Ft	Olaszos tepsis csirkemell (sajt, parad.), jászmin rizs 1295 Ft	Csikós tokány, galuska 1380 Ft	Sült csirkemell mozzarellaival, ananással, jászmin rizs 1365 Ft	Sült pulykamell csikok rokfortos sajt-mártásban, jászmin rizs 1470 Ft	Töltött káposzta 1280 Ft
C - Főétel	 Bakonyi sertésszelet, galuska 1820 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1840 Ft	 Tejfölös, gombás sertésragu, jászmin rizs 1740 Ft	Pulykamell Marco Polo módra (sonka, brokkoli, sajt), kukoricás rizs 2075 Ft	 Gombapaprikás, orsó tészta* 1620 Ft	
CK - Kis adag	 Bakonyi sertésszelet, galuska 1280 Ft	Vargabéles* 1290 Ft	 Tejfölös, gombás sertésragu, jászmin rizs 1220 Ft	Pulykamell Marco Polo módra (sonka, brokkoli, sajt), kukoricás rizs 1460 Ft	 Gombapaprikás, orsó tészta* 1140 Ft	
D - Főétel	Zsiványpecsenye (s. tarja, kolbász, szalonna, fokhagyma), sült burgonya 2060 Ft	Csirkemell paprikás, szarvacska tészta 1840 Ft	Orosházi tarhonyás csirke 1790 Ft	Makói aprópecsenye (sertéscomb, paprika, paradicsom), jászmin rizs 1840 Ft	Marhapörkölt, galuska 2190 Ft	
DK - Kis adag	Zsiványpecsenye, sült burgonya 1450 Ft	Csirkemell paprikás, szarvacska tészta 1295 Ft	Orosházi tarhonyás csirke 1260 Ft	Makói aprópecsenye, jászmin rizs 1295 Ft	Marhapörkölt, galuska 1535 Ft	
G - Főétel	Sonkás-túrós csusza 1820 Ft	Sztrapacska (juhtúrós-tepertős galuska) 1960 Ft	Sült pulykacomb pecsenye, hagymás tört-burgonya 2040 Ft	Káposztás tészta* 1495 Ft	Tejszínes, sajtos, sült rakott csirkemell, burgonyapüré 2120 Ft	
GK - Kis adag	Sonkás-túrós csusza 1280 Ft	Sztrapacska (juhtúrós-tepertős galuska) 1380 Ft	Sült pulykacomb pecsenye, hagymás tört-burgonya 1435 Ft	Káposztás tészta* 1050 Ft	Tejszínes, sajtos, sült rakott csirkemell, burgonyapüré 1490 Ft	

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
K - Főétel	Mákos tészta* 1495 Ft	Párolt marhaszelet, meggy mártás, főtt burgonya 2585 Ft - 2070 Ft	Csirkemell füstölt sajtos, lilahagymás sajtkrémmel kemencében sültve, Fűszeres sült burgonya 1940 Ft	Padlizsánnal, cukkinivel rakott csirkemell sajttal, Burgonyapüré 1980 Ft	Milánói sonkás spagetti 1820 Ft	
O - Főétel	Tepsis csirkemell baconos, hagymás mártással, sült burgonya 2070 Ft - 1655 Ft	Baconbe tekert rostos csirkemell, steak burgonya 2180 Ft	Töltött csirkecomb, petrezselymes burgonya 1795 Ft	Reszelt sertés máj, sós burgonya 1565 Ft - 1250 Ft	Szilvalekváros derelye* 1795 Ft	
L - Főétel	Házi aranygaluska, vanília öntet* 1620 Ft	Hortobágyi húsos palacsinta 2020 Ft	Tordai malacpecsenye, párolt káposzta, pirított burgonya 2020 Ft	Tojásos galuska* 1695 Ft	Mustáros sertésflekken, Petrezselymes burgonya 1960 Ft	
Z - Főétel	Csirkés-sajtos lasagne 1840 Ft	Dubarry pulykamell, vegyes köret (sült burg., párolt rizs) 2075 Ft	Diós metélt* 1560 Ft - 1250 Ft	Vegyes hurka (májás, véres) főtt burgonya, pároltkáposzta 1985 Ft	Vasi pecsenye csirkemellből, hagymás törtburgonya 1920 Ft - 1535 Ft	
VD - Vadvilág	Szarvasszeletek vadasan zsemlegombóccal 2385 Ft	Őzpaprikás túrós galuskával 2085 Ft	Shiitake gombás tejszínes vaddisznópörkölt tojásos galuska 2345 Ft	Vörösboros szarvaspörkölt, petrezselymes burgonyával 1940 Ft	Eszterházy őztojás zsemlegombóccal 2485 Ft	
VDK - Vadvilág (kis adag)	Szarvasszeletek vadasan zsemlegombóccal 1675 Ft	Őzpaprikás túrós galuskával 1465 Ft	Shiitake gombás tejszínes vaddisznópörkölt tojásos galuska 1640 Ft	Vörösboros szarvaspörkölt, petrezselymes burgonyával 1365 Ft	Eszterházy őztojás zsemlegombóccal 1745 Ft	
V - Varia menü 1 fél adag főétel + 1 sütemény	Csirkés-sajtos lasagne, Túrós krémes 2095 Ft	Sztrapacska, Málnás túró torta 2165 Ft	Orosházi tarhonyás csirke, Mákos guba 1755 Ft	Baconnal, sajttal töltött rántott sertésbordára, rizi-bizi, Gyümölcsrizs 1825 Ft	Mustáros sertésflekken, petrezselymes burgonya, Tiramisu 2190 Ft	Roston sült pulykamell, kukoricás rizs, Almás krémes 2195 Ft
M - Menü (kis adag leves+nagy adag főétel)	Hideg meggyleves, Sonkás-túrós csusza 2495 Ft	Erdi gombakrémleves, pirított zsemlekockák, Csirkemell paprikás, szarvacskás tészta 2395 Ft	Újházy tyúkhúsleves, Házi rakott burgonya 2640 Ft	Frankfurti leves, Tojásos galuska 2375 Ft	Tejszínes körteleves, Milánói sonkás spagetti 2430 Ft	Palócleves, Tojásos lecsó virslivel, bulgurral 2635 Ft
KM - Kis menü (kis adag leves+kis adag főétel)	Hideg meggyleves, Sonkás-túrós csusza 2025 Ft	Erdi gombakrémleves, pirított zsemlekockák, Csirkemell paprikás, szarvacskás tészta 1920 Ft	Újházy tyúkhúsleves, Házi rakott burgonya 2095 Ft	Frankfurti leves, Tojásos galuska 1930 Ft	Tejszínes körteleves, Milánói sonkás spagetti 1945 Ft	Palócleves, Tojásos lecsó virslivel, bulgurral 2155 Ft
H - Hidegtál 25-30 dkg	Majonéz tojásslátá, sült csirkemell csíkok 1280 Ft	Kaszinótojás, franciasaláta* 1120 Ft	Orosz jércehússaláta 1190 Ft	Sült csirkecomb, majonéz zöldborsó 1180 Ft	Majonéz tonhal saláta 1280 Ft	
I - Desszert	Sárgabarackos gombóc* 840 Ft	Somlói galuska* 1095 Ft	Mákos guba (desszert)* 870 Ft	Gyümölcsrizs* 850 Ft	Madártej* 880 Ft	Kókusz kocka* 1090 Ft

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
X - Desszert	Túrós krémes* 1195 Ft	Málnás túró torta* 1195 Ft	Meggyes pite* 1220 Ft	Eperhabos szelet* 1185 Ft	Tiramisu* 1220 Ft	Almás krémes* 1220 Ft
P - Palacsinta (2db)	Diós palacsinta, csokoládéöntet* 1295 Ft	Vegyes palacsinta (csokis, lekváros)* 1030 Ft	Meggyes palacsinta, csokoládéöntet* 1370 Ft	Somlói palacsinta, csokiöntet* 1395 Ft	Túrós palacsinta, eperöntet* 1220 Ft	
VG1 - Vegán	Gyömbéres édesburgonya krémleves* 1160 Ft	Zöldborsóleves durumtésztaival* 1040 Ft	Vegán brokkoli krémleves, pirított zsemle-kockák* 1050 Ft	Kókusztejes céklakrémleves mandulával* 1140 Ft	Kurkumás csicseriborsóleves* 1065 Ft	
VG2 - Vegán	Vegán bácskai rizses natúrfalet* 2295 Ft	Orosházi csicseriborsós-tarhonyás vegánfaletok* 2440 Ft	Vegán zöldbabfőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1740 Ft	Zöldséges vegán natúrfalet paprikás, rizses-köleses fusillival* 2170 Ft	Vegán lencsefőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1595 Ft	
VG2K - Vegán kis adag	Vegán bácskai rizses natúrfalet* 1695 Ft	Orosházi csicseriborsós-tarhonyás vegánfaletok* 1795 Ft	Vegán zöldbabfőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1290 Ft	Zöldséges vegán natúrfalet paprikás, rizses-köleses fusillival* 1620 Ft	Vegán lencsefőzelék vegán frankfurti feltéttel* 1195 Ft	
VG3 - Vegán	BBQ vegán burger szelet sült édesburgonya* 2950 Ft	 Vegán gombapaprikás, rizses-köleses fusillival* 1760 Ft	Paradicsomos lencseragu steak burgonyával* 1540 Ft	Vegán burger szelet friss salátával, ezersziget öntettel* 2570 Ft	Vegán vunás cézársaláta* 2565 Ft	
VG4 - Vegán	Vegán mákosguba* 970 Ft	Kókusztejberizs ribizlivel* 970 Ft	Vegán snickers szelet* 1385 Ft	Kókusztejes zabkása eperdarabokkal* 1020 Ft	Mandulatejes chiamagpuding málnaöntet* 1020 Ft	
Z1 - Zero leves	Kókusztejes zellerkrémleves pulykacsikkal 1220 Ft	 Paleo csirkeraguleves 1220 Ft	Mustáros-tárkonyos kolbászleves 1320 Ft	Köményes vöröslencsekrém leves* 1120 Ft	Fahéjas erdei gyümölcsleves* 1480 Ft	
Z1K - Zero kis leves	Kókusztejes zellerkrémleves pulykacsikkal 895 Ft	 Paleo csirkeraguleves 895 Ft	Mustáros-tárkonyos kolbászleves 980 Ft	Köményes vöröslencsekrém leves* 840 Ft	Fahéjas erdei gyümölcsleves* 1095 Ft	
Z2 - Zero főétel	Bazsalikomos csirkecomb filé wok zöldségekkel 1990 Ft	Ropogós, szezámagos halpogácsa rizségekkel 1965 Ft	Rántott tengeri hal cukkinis quinoával zsel, áfonyaszósszal 2250 Ft	Lecsós csirkemáj kölessel 1640 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék paleo faszirttal 1770 Ft	
Z3 - Zero főétel	 Milánói sertésborda rizses-köleses fusillival 2360 Ft	Kapros tökfőzelék paleo rántott sertésbordával 2260 Ft	Zelleres cukkinifőzelék, sertéspörkölt 1750 Ft	Omlós csirkemell szezámagos bébirézával 1980 Ft	Csikós tokány rizses-köleses fusillival 1870 Ft	
Z4 - Zero főétel	Sertéspörkölt hajdinával 1740 Ft	Erdélyi rakott káposzta paleo tejjel 2140 Ft	Borsos sertéstokány rizses-köleses fusilli 1780 Ft	Csülök pékné módra, hagymás tört zeller 2080 Ft	 Pirított gombafejek, húspogácsa (marha, sertés) 2260 Ft	
Z5 - Zero desszert	Mandulatejes meggyes köleskása* 895 Ft	Diós piskótatekercs* 1295 Ft	Paleo kókuszos szelet* 1440 Ft	Amerikai csokoládétorta* 1295 Ft	Paleo totu torta* 1420 Ft	

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
S1 - Savanyúság	Tzatziki* 315 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 315 Ft	Csemegeuborka* 315 Ft	Káposztasaláta* 315 Ft	Paradicsomsaláta* 315 Ft	
S2 - Savanyúság	Kovászos uborka* 315 Ft	Paradicsomsaláta* 315 Ft	Káposztával töltött paprika* 315 Ft	Uborkasaláta* 315 Ft	Céklasaláta* 315 Ft	
JFW - Jókenyér szeletelt (350g)	Jókenyér Fitt&Well* 1055 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1055 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1055 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1055 Ft	Jókenyér Fitt&Well* 1055 Ft	
JBR - Jókenyér szeletelt (500g)	Jókenyér Bajor rozsos* 820 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 820 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 820 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 820 Ft	Jókenyér Bajor rozsos* 820 Ft	
SZK - Búzakenyér (500g)	Szeletelt búzakenyér* 620 Ft	Szeletelt búzakenyér* 620 Ft	Szeletelt búzakenyér* 620 Ft	Szeletelt búzakenyér* 620 Ft	Szeletelt búzakenyér* 620 Ft	
T - Cipó	Cipó* 220 Ft	Cipó* 220 Ft	Cipó* 220 Ft	Cipó* 220 Ft	Cipó* 220 Ft	
DL1 - Leves	Csontleves gazdagon zöldségekkel finommetélttel 194 kcal, 24g szénh., 11g fehérje, 11g zsir 950 Ft	Nyári fejtettbaleves* 449 kcal, 64g szénh., 19g fehérje, 11g zsir 1160 Ft	Mediterrán káposztaleves, sajtgaluskával* 411 kcal, 34g szénh., 16g fehérje, 22g zsir 1240 Ft	Frankfurti leves 409 kcal, 29g szénh., 16g fehérje, 24g zsir 1170 Ft	Tanyasi csibeleves 265 kcal, 20g szénh., 32g fehérje, 5g zsir 1160 Ft	
DL2 - Leves	Könnnyű zöldséges zöldborsóleves* 187 kcal, 31g szénh., 9g fehérje, 2g zsir 1020 Ft	Fitt májgaluska leves 219 kcal, 28g szénh., 14g fehérje, 5g zsir 990 Ft	Fitt tárkonyos borjúragu leves 476 kcal, 28g szénh., 25g fehérje, 29g zsir 1465 Ft	Fahéjas szilvaleves* 327 kcal, 62g szénh., 7g fehérje, 18g zsir 1225 Ft	 Halászlé házi harcsa gombócokkal 206 kcal, 25g szénh., 49g fehérje, 25g zsir 1795 Ft 1435 Ft	
D4 - Főzelék	Fitt tejfölös burgonyafőzelék, vaslapon sült csirkefalatok 554 kcal, 57g szénh., 37g fehérje, 18g zsir 1790 Ft	Light tejszínes brokkoli főzelék, rántott sajt (light)* 695 kcal, 61g szénh., 35g fehérje, 32g zsir 1755 Ft	Szójacsíras zöldborsófőzelék, brokkoli ropogós* 700 kcal, 110g szénh., 37g fehérje, 16g zsir 1880 Ft	Tejszínes karfiol főzelék, rántott sajt (light)* 653 kcal, 56g szénh., 32g fehérje, 32g zsir 1740 Ft	Parajfőzelék főtt tojással* 470 kcal, 38g szénh., 27g fehérje, 22g zsir 1640 Ft	
D5 - Főzelék	Fitt tejfölös burgonyafőzelék, rántott csirkemell 817 kcal, 93g szénh., 48g fehérje, 26g zsir 1845 Ft	Light tejszínes brokkoli főzelék, fasírt (light) 727 kcal, 67g szénh., 52g fehérje, 25g zsir 1790 Ft	Szójacsíras zöldborsófőzelék, sokmagvas rántott jércemell 643 kcal, 85g szénh., 44g fehérje, 19g zsir 1840 Ft	Tejszínes karfiol főzelék, fitt rántott csirkemell 601 kcal, 55g szénh., 45g fehérje, 21g zsir 1820 Ft	Fitt parajfőzelék, vaslapon sült csirkefalatok 501 kcal, 38g szénh., 41g fehérje, 18g zsir 1820 Ft	
D6 - Főétel	Diós bundában sült csirkefalatok, fahéjas alma 774 kcal, 67g szénh., 46g fehérje, 33g zsir 2140 Ft	Könnnyű hortobágyi palacsinta 740 kcal, 79g szénh., 52g fehérje, 22g zsir 1970 Ft	Penne prosciutto (tejszín, sonka, sajt) 680 kcal, 56g szénh., 44g fehérje, 31g zsir 1860 Ft	Fitt juhtúrós penne csirkehússal 796 kcal, 61g szénh., 57g fehérje, 36g zsir 2040 Ft	 Bakonyi harcsás fitt rakott tészta gazdagon tejföllel 755 kcal, 88g szénh., 36g fehérje, 40g zsir 2125 Ft 1695 Ft	
D7 - Főétel	Mátrai borzas csirkemell, sült zöldségek 897 kcal, 88g szénh., 54g fehérje, 34g zsir 2095 Ft	Rántott fűszeres csirkecomb, petrezselymes burg., grill zöldségekkel 803 kcal, 79g szénh., 66g fehérje, 20g zsir 2090 Ft	 Sonkával, gombával töltött fitt rántott palacsinta, light majonéz 705 kcal, 63g szénh., 36g fehérje, 38g zsir 1940 Ft	 Fitt milánói sertés borda 970 kcal, 100g szénh., 64g fehérje, 41g zsir 2120 Ft	Fitt rántott csirkecomb filé, tojásos franciasaláta 916 kcal, 73g szénh., 62g fehérje, 44g zsir 2140 Ft	

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
D8 - Főétel	Csirkemell Holstein módra, parajos burgonyapüré 714 kcal, 45g szénh., 50g fehérje, 35g zsir 2060 Ft	Sajtos sült karfiol* 419 kcal, 28g szénh., 21g fehérje, 23g zsir 1720 Ft	Pírtótt csirkescsikók zöldsalátával tepsis burgonyával 447 kcal, 58g szénh., 40g fehérje, 4g zsir 2040 Ft	Fűszeres csirkefalatok grillezett zöldség tepsis burgonya 659 kcal, 60g szénh., 43g fehérje, 25g zsir 2080 Ft	Húsos rakott karfiol (pulykahússal) 593 kcal, 48g szénh., 45g fehérje, 23g zsir 1855 Ft	
D9 - Főétel	Töltött paprika csirkemellből 486 kcal, 54g szénh., 40g fehérje, 16g zsir 2065 Ft	Kemencében sült csirkemell, görög saláta 481 kcal, 24g szénh., 45g fehérje, 25g zsir 2290 Ft	Sáfrányos csirkés bulgur cheddarsajttal 730 kcal, 89g szénh., 52g fehérje, 21g zsir 1975 Ft	Kemencében sült csirkemellfilé vajos colorado zöldségmix 368 kcal, 21g szénh., 45g fehérje, 9g zsir 2020 Ft	Székelykáposzta 533 kcal, 31g szénh., 37g fehérje, 26g zsir 1760 Ft	
D10 - Főétel	Cukkinis csirkefasírt, bulguros házi lecsóval 601 kcal, 95g szénh., 45g fehérje, 7g zsir 1895 Ft	Párizsi pulykamell, csöben sült karfiol 742 kcal, 57g szénh., 60g fehérje, 29g zsir 2295 Ft	Mozzarellás sült csirkemell tekerés, vajos bébirépa 597 kcal, 37g szénh., 49g fehérje, 26g zsir 2140 Ft	Rakott kel (sertéshússal) 624 kcal, 63g szénh., 45g fehérje, 19g zsir 1880 Ft	 Reszelt libamáj sós burgonyával 682 kcal, 73g szénh., 32g fehérje, 22g zsir 2120 Ft 1695 Ft	
D11 - Főétel	Csirkecomb paprikás, light szarvacska tészta 843 kcal, 71g szénh., 74g fehérje, 29g zsir 1970 Ft	Magyaros csirkés rakott kel 850 kcal, 70g szénh., 50g fehérje, 39g zsir 1895 Ft	 Tengeri hal Orly módra párolt zöldségek 749 kcal, 78g szénh., 60g fehérje, 20g zsir 2060 Ft	Roston csirkemell mascaronés sajt-mártással rizses zöldséggel 702 kcal, 58g szénh., 50g fehérje, 29g zsir 2080 Ft	Paradicsomos húsgombóc (fitt) 854 kcal, 93g szénh., 52g fehérje, 39g zsir 1860 Ft	
D12 - Főétel	Bolognai spagetti csirkemellből 727 kcal, 82g szénh., 55g fehérje, 24g zsir 1950 Ft	Csöben sült brokkoli csirkemellel 779 kcal, 44g szénh., 53g fehérje, 41g zsir 2085 Ft	Dubarry pulykamell, basmati rizses zöldség 665 kcal, 55g szénh., 53g fehérje, 23g zsir 2095 Ft	Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos barnarizs 909 kcal, 85g szénh., 68g fehérje, 32g zsir 1980 Ft	Csirkemellsaláta gazdagon kecskesajttal 588 kcal, 17g szénh., 40g fehérje, 36g zsir 2320 Ft	
D13 - Főétel	Bbq csirkeszárnyak rizses zöldséggel 777 kcal, 53g szénh., 68g fehérje, 28g zsir 1780 Ft	Paprikás burgonya (virslivel) 582 kcal, 58g szénh., 19g fehérje, 29g zsir 1640 Ft	Húsos rakott kelbimbó 739 kcal, 65g szénh., 52g fehérje, 27g zsir 1960 Ft	Zöldséges húsgolyók olasz paradicsom-mártással barna rizzsel 719 kcal, 99g szénh., 43g fehérje, 15g zsir 1790 Ft	Csirkehússal rakott zöldség sajttal csöben sütve 602 kcal, 43g szénh., 47g fehérje, 26g zsir 1860 Ft	
D14 - Főétel	Magyaros rakott karfiol 703 kcal, 76g szénh., 41g fehérje, 24g zsir 1895 Ft	Roston csirkemell, brokkolis hajdinával 405 kcal, 40g szénh., 44g fehérje, 5g zsir 1940 Ft	Sonkás rakott burgonya gazdagon tejföllel 785 kcal, 73g szénh., 36g fehérje, 37g zsir 1875 Ft	Parajos sajtkrémes csirkemell basmati rizses sült karotta 978 kcal, 123g szénh., 58g fehérje, 24g zsir 2095 Ft	Parajjal-sajttal süttött csirkemell, bébirépa 541 kcal, 36g szénh., 48g fehérje, 20g zsir 2060 Ft	
D15 - Desszert	Somlói kocka* 153 kcal, 12g szénh., 7g fehérje, 8g zsir 1170 Ft	Almás pite* 237 kcal, 19g szénh., 7g fehérje, 14g zsir 1170 Ft	Ribizlis szelet* 116 kcal, 6g szénh., 4g fehérje, 8g zsir 1190 Ft	Ischler* 488 kcal, 39g szénh., 13g fehérje, 30g zsir 1170 Ft	Kakaós szelet* 247 kcal, 13g szénh., 4g fehérje, 20g zsir 1185 Ft	
DKM - Kis menü (kis leves + kis főétel)	Könnnyű zöldséges zöldborsóleves, Töltött paprika csirkemellből 450 kcal, 56g szénh., 32g fehérje, 12g zsir 2185 Ft	Fitt májgaluska leves, Rántott fűszeres csirkecomb, petrezselymes burg., grill zöldségekkel 681 kcal, 71g szénh., 53g fehérje, 16g zsir 2175 Ft	Mediterrán káposztaleves, sajtgaluskával, Sáfrányos csirkés bulgur cheddarsajttal 759 kcal, 82g szénh., 45g fehérje, 29g zsir 2265 Ft	 Frankfurti leves, Fitt milánói sertés borda 921 kcal, 86g szénh., 53g fehérje, 44g zsir 2325 Ft	Könnnyű tejszínes erdei gyümölcsleves, Székelykáposzta 486 kcal, 59g szénh., 28g fehérje, 22g zsir 2095 Ft	
EB1 - Eisberg salátatál	Cézár salátatál (csirkemellel) 1520 Ft	Cézár salátatál (csirkemellel) 1520 Ft	Cézár salátatál (csirkemellel) 1520 Ft	Cézár salátatál (csirkemellel) 1520 Ft	Cézár salátatál (csirkemellel) 1520 Ft	
EB2 - Eisberg salátatál	Gyros salátatál 1820 Ft	Gyros salátatál 1820 Ft	Gyros salátatál 1820 Ft	Gyros salátatál 1820 Ft	Gyros salátatál 1820 Ft	
EB3 - Eisberg salátatál	Sonkás-tojásos színes tál 1820 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1820 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1820 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1820 Ft	Sonkás-tojásos színes tál 1820 Ft	



Interfood étlap - 2025 - 48. hét

	2025.11.24. - hétfő	2025.11.25. - kedd	2025.11.26. - szerda	2025.11.27. - csütörtök	2025.11.28. - péntek	2025.11.29. - szombat
EB4 - Eisberg salátatál	Tonhalas színes tál 1820 Ft	Tonhalas színes tál 1820 Ft	Tonhalas színes tál 1820 Ft	Tonhalas színes tál 1820 Ft	Tonhalas színes tál 1820 Ft	
EB5 - Eisberg salátatál	Pesztós csirkés színes tál 1820 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1820 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1820 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1820 Ft	Pesztós csirkés színes tál 1820 Ft	