

Heti Menü 2.																				
HÉTFŐ				KEDD				SZERDA				CSÜTÖRTÖK				PÉNTEK				
		kis	nagy			kis	nagy			kis	nagy			kis	nagy			kis	nagy	
Levesek	Tárkonyos pulykaraguleves	610	870	kca:140 zs:5 sz:5 f:17 all: 9	Gulyásleves	610	870	kca:223zs:9 sz:18 f:17 all:9	Kolbászos sárgaborsó leves	610	870	kca:212 zs:11 sz:19 f:10 all:-	Nyírségi gombóclevés	610	870	kca:483zs:26,6 sz:40,6 f:22,4 all:1,9	Szatmári csibelevés	610	870	kca:250 zs:6 sz:22 f:25 all:9
	Zöldséges krumplileves	470	710	kca:195 zs:7,5 sz:27,5 f:5 all: 9	Zöldborsóleves	470	710	kca:313 zs:5,6 sz:50,5 f:6,4 all:9	Kertészleves	470	710	kca:88 zs:3,8 sz:8,8 f:4,5 all:-	Tojásleves	470	710	kca:235zs10 sz:17,5f:15 all:1,3	Póréhagymás burgonyakrém leves	470	710	kca:235zs10 sz:17,5f:15 all:-
	Szeder leves	470	710	kca:208 zs:2 sz:44 f:3 all:-	Karamellás meggyleves	470	710	kca:111 zs:0 sz:0 f:0 all:-	Erdei gyümölcsleves	470	710	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:-	Eperkrémleves	470	710	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:-	Vegyes gyümölcsleves	470	710	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:-
Séf ajánlata	Zöldséges krumplileves, Aszalt paradicsommal töltött jércemell zöld metélttel	2300	kca:533 zs:17,6 sz: 61 f:33 all:9,1,	Zöldborsóleves Harcsapaprikás fokhagymás laska	2300	kca:1063zs:43 sz:99 f:63 all:1,4,7,9	Kolbászos sárgaborsó leves Konfitált mahasült cummlerland hercegnőburgonya	2300	kca:1140zs:91 sz:93 f:72 all:1	Nyírségi gombóclevés Jércemell zöldséges bundában rizi-bizi	2300	kca:742zs:34 sz: 70 f:37,6 all:1,3,	Szatmári csibelevés Csirkemell Brassói	2300	kca:913zs:33 sz:31 f:107 all:9					
Pénztárcakimélő menü	Tárkonyos pulykaraguleves, Milánói makaróni	1880	kca:749 zs:54 sz:27 f:32 all:9,1,7,	Gulyásleves Pásztortarhonya	1880	kca:777 zs:35 sz:85 f:30 all:1,9,	Kolbászos sárgaborsó leves Csirkés paradicsomos penne	1880	kca:566 z14,9 sz:50 f:50 all:-1,	Tojás leves Píritott csirkemáj főtt burgonya	1880	kca:447 zs:99 sz:32 f:51 all:3,1	Szatmári csibelevés Burgonyafőzelék, vagdalt	1880	kca:491 zs:16 sz:56 f:30 all:9,1,7,3					
Fitness menü	Zöldséges krumplileves Tonhalas kukkini ragu, barna rizs	2200	kca:426 zs:17,5 sz:35 f:12 all:9,4	Zöldborsó leves Sültcsirkemell fűszeres almával kurkumás rizs	2200	kca:608zs:9 sz:83 f:48 all:9	Kertész leves Húsgombóc lecsóval petrezselymes burgonya	2200	kca:515zs32, sz:34,7 f:22,2 all:3,9	Tojás leves Csirke biryani	2200	kca:387zs:16 sz:12 f:31 all:3,1	Póréhagymás burgonyakrém leves Rozmaringos pulyka tört burgonya	2200	kca:445 zs:12 sz:32 f:47 all:-					
Vega menü	Zöldséges krumpli leves Padlizsánnal, sajttal sült bulgur	1880	kca:352 zs:13 sz:114 f:23 all:9,7,1	Zöldborsó leves Gomba vadasan spagetti	1880	kca:880 zs:30 sz:117 f:35 all:9,1,7,10	Kertész leves Tavaszi zöldség rizottó	1880	kca:585 zs:35,6 sz:78,8 f:26,9all:9	Tojás leves Burgonyagombóc paprikás	1880	kca:666 zs: 13sz:66,5 f:22 all:3,1,7	Póréhagymás burgonyakrém leves Sajtos parajos ravioli	1880	kca:696zs:25 sz:80 f:36 all:1,7					
Készételek	Sertéspaprikás	1370	kca:218 zs:13 sz:5 f:19 all:7	Majorannás csirkecomb	1370	kca:327 zs:14 sz:3 f:46 all:-	Hagymás sertésszelet	1370	kca:152 zs:6 sz:7 f:16 all:-	Brokkolis csirkemell	1390	kca:288 zs:18 sz:26 f:24 all:-	Bugaci sertés tokány	1390	kca:252 zs:8 sz:6 f:38 all:-					
Frissen sülték	Rántott csirkemell	1370	kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3	Cordon bleu	1370	kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3,7	Pankóbundás sertés karaj	1370	kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3	Sajttal töltött csirkemell	1370	kca:522 zs:35 sz:15 f:36 all:1,3,7	Rántott csirkemell	1370	kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3					
	Rántott trapista sajt	1300	kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7	Rántott gomba	1100	kca:255 zs:13 sz:23 f:11 all:1,3	Rántott trapista sajt	1300	kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7	Rántott camembert	1590	kca:228 zs:13 sz:22 f:6 all:1,3,7	Rántott trapista sajt	1300	kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7					
Főzelék	Kelkáposztafőzelék	920	kca:156 zs:7 sz:16 f:6 all:1	Citromos lencsefőzelék	920	kca:115 zs:2 sz:15 f:7 all:1,7	Paradicsomos káposztafőzelék	920	kca:320 zs:6 sz:62 f:7 all:-1	Spenót	920	kca:336 zs:14 sz:40 f:10 all:1,7	Burgonyafőzelék	920	kca:431 zs:3 sz:49 f:7 all:1,7					
Feltétek	Vagdalt	690	kca:190 zs:10 sz:13 f:11 all:1,3	Sült virsli	750	kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:-	Sült debreceni	540	kca:368 zs:10 sz:55 f:13 all:-	Füstölt tarja	650	kca:212 zs:16 sz:- f:16 all:-	Vagdalt	690	kca:190 zs:10 sz:13 f:11 all:1,3					
	Zöldségtallér 1 db	540	kca:85 zs:6 sz:6 f:3 all:-	Főtt tojás 1 db	250	kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3	Falafel	540	kca:111 zs:5 sz:11 f:5 all:1	Főtt tojás 1 db	250	kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3	Zöldségtallér 1 db	540	kca:85 zs:6 sz:6 f:3 all:-					
Köretek	Jázmín rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmín rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmín rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmín rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Rizi-bizi	420	590	kca:348 zs:10 sz:54 f:8 all:-
	Steak burgonya	420	590	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-	Kemencés burgonya	420	590	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Törtburgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-	Főtt burgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-	Petrezselymes burgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-
	Főtt tészta	420	590	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:1	Spagetti	420	590	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:1	Hercegnő burgonya	420	590	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:1	Steak burgonya	420	590	kca:280 zs:- sz:58 f:9 all:1	Hasábburgonya	420	590	kca:280 zs:- sz:58 f:9 all:1
	Párolt zöldség	420	590	kca:102 zs:1 sz:17	Mandulás brokkoli	490	690	kca:102 zs:1 sz:17	Angolos Zöldbab	420	590	kca:102 zs:1 sz:17	Karamellizált bébirépa	420	590	kca:102 zs:1 sz:17	Wok zöldség	490	690	kca:102 zs:1 sz:17
Desszert	Csokis fánk	450	kca:585 zs:18 sz:89 f:13 all:1,3,7	Túrós gombóc	990	kca:439 zs:19 sz:31 f:34 all:1,7	Grízgombóc csokidarával	850	kca:397 zs:21 sz:44 f:5 all:1,7,	Mákos guba	990	kca:416 zs:15 sz:54 f:14 all:1,3,7	Churros öntettel	990	kca:457 zs:2 sz:101 f:8 all:1,3,8					

