

Heti Menü 3.																				
HÉTFŐ			KEDD			SZERDA			CSÜTÖRTÖK			PÉNTEK								
		kis nagy		kis nagy		kis nagy		kis nagy		kis nagy		kis nagy								
Levesek	Magyar pulyka raguleves	610	870	kca:188 zs:18 sz:14 f:19 all:9	Frankfurti leves	610	870	kca:308zs:28sz:8 f:8 all:7,9	Csirkegulyás	610	870	kca:140 zs:6 sz:11 f:12 all:9	Palóc leves	610	870	kca:126 zs:7 sz:8 f:8 all:7,9	Böllér leves	610	870	kca:127 zs:5 sz:12 f:8 all:7,10,9
	Tarhonyás zöldbableves	470	710	kca:280 zs:19 sz:29 f:15 all:1,9	Paradicsomleves	470	710	kca:156 zs:0 sz:35 f:2 all:1,9	Fejlett bableves	470	710	kca:324 zs:12 sz:32 f:16 all:7,9	Csípős-savanyú leves	470	710	kca:111 zs:6 sz:9 f:7 all:8,6	Brokkolikrémléves	470	710	kca:92 zs:3 sz:10 f:5 all:3
	Bogyós gyümölcsleves	470	710	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:-	Mentás ribizilileves	470	710	kca:252 zs:5 sz:11 f:2 all:-	Aszalt szilvaleves	470	710	kca:207 zs:6 sz:34 f:2 all:-	Joghurtos meggyleves	470	710	kca:98 zs:4 sz:17 f:1 all:-	Vegyes gyümölcsleves	470	710	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:-
Séf ajánlata	Tarhonyás zöldbab leves Pankóbundás chilis sertés java krémsajtos burgonyapüré	2300		kca:715 zs:34 sz:64 f:60 all:1,9,3,7	Frankfurti leves Burgundi marharagu krockett	2300		kca:597 zs:48 sz:22 f:41 all:1,7,9	Fejlett bableves Pulykasült vadason zsemlegombóc	2300		kca:1130 zs:29 sz:186 f:72 all:1,3,7,9,10	Palócleves Füstölt csülök bajor káposzta sült burgonya	2300		kca:1092 zs:92 sz:48 f:28 all:6	Brokkolikrémléves Pásztor csirkemell zöldségekkel	2300		kca:730 zs:33 sz:60 f:23 all:3,7,9
Pénztárcakímélő menü	Magyar pulyka raguleves Székelykáposzta	1880		kca:609 zs:30 sz:28 f:44 all:7,9	Frankfurti leves Carbonara spagetti	1880		kca:1071 zs:72 sz:67 f:33 all:1,7,9	Csirke gulyás Vargabéles	1880		kca:470 zs:26 sz:44 f:38 all:1,7,9,3	Csípős-savanyú leves Olasz rakott tészta	1880		kca:504 zs:24 sz:46 f:32 all:3,6,1,7	Böllér leves Zöldborsó főzelék, vagdalt	1880		kca:641 zs:37 sz:45 f:26 all:1,7,3
Fitness menü	Magyar pulyka raguleves Roston csirkemell karamellizált szilva barna rizs	2200		kca:484 zs:22 sz:17 f:47 all:9	Paradicsomleves Kung-pao csirke jázmin rizs	2200		kca:375zs:39sz:43 f:22 all:1,8,9	Fejlett bableves Tőkehal filé zöldségfészekben polentával	2200		kca:688zs:19 sz:58 f:50 all:9,7,4	Csípős-savanyú leves Ajváros csirkemell, parajos rizs	2200		kca:468 zs:22 sz:41 f:9 all:3,6	Brokkolikrémléves Grillezett jércemell chilis barackkal,rizs	2200		kca:600zs:30 sz:52 f:55 all:-
Vega menü	Tarhonyás zöldbab leves Mac and cheese	1880		kca:856zs:57 sz:65 f:49 all:1,3,7,9	Paradicsomleves Francia rakott burgonya	1880		kca:315 zs:6 sz:59 f:7 all:1,3,7,9	Fejlett bableves Krumplis tészta	1880		kca:944zs:45 sz:117 f:30 all:1,7,9	Csípős-savanyú leves Brokkolis zöldség fasírt burgonya püré	1880		kca:462 zs:13 sz:60 f:28 all:3,6,1,7	Brokkolikrémléves Cukkini lecsó, jázmin rizs	1880		kca:321 zs:17sz:27 f:16 all:1,9
Készételek	Bácsi rizseshús	1850		kca:483 zs:24 sz:27 f:38 all:-	Vörös pészto csirkecomb	1390		kca:540 zs:28 sz:1 f:73 all:-	Ördögi sertéssült	1370		kca:152 zs:6 sz:7 f:16 all:-	Leccsó csirkecomb	1390		kca:163 zs:6 sz:8 f:19 all:-	Sajtos csirkemell	1370		kca:262 zs:14 sz:1 f:30 all:3,1,7
Friszen sülték	Rántott csirkemell	1370		kca:173 zs:4 sz: f:34 all:1,3	Cordon bleu	1370		kca:522 zs:35 sz:15 f:36 all:1,3,7	Sokmagvas sertéskaraj	1370		kca:294 zs:12 sz:17 f:28 all:1,3,11	Camamberttel töltött csirkemell	1490		kca:549 zs:35 sz:26 f:32 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 karfiol	1100		kca:228 zs:13 sz:22 f:6 all:1,3	Rántott trapista sajt	1300		kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7
Főzelék	Lençsefőzelék	920		kca:115 zs:2 sz:15 f:7 all:1,7	Zöldborsófőzelék	920		kca:205 zs:5 sz:30 f:12 all:1,7	Majorannás burgonyafőzelék	920		kca:431 zs:3 sz:49 f:7 all:1,7	Szárzab főzelék	920		kca:276 zs:14 sz:3 f:34 all:1	Zöldborsó főzelék	920		kca:220 zs:12 sz:20 f:4 all:7,1
Feltétek	Sült debreceni	540		kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:6	Sült virsli	750		kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:-	Vagdalt	690		kca:190 zs:10 sz:13 f:11 all:1,3	Sült debreceni	540		kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:6	Vagdalt	690		kca:190 zs:10 sz:13 f:11 all:1,3
	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: 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	Főtt tojás 1 db	250		kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3
Köreték	Jázmin rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmin rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmin rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmin rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Jázmin rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-
	Hasábburgonya	420	590	kca:730 zs:36 sz:92 f:9 all:-	Steak burgonya	420	590	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-	Tört burgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-	Burgonya püré	420	590	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:7	Hasábburgonya	420	590	kca:730 zs:36 sz:92 f:9 all:-
	Barna rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Krockett	420	590	kca:171 zs:6 sz:27 f:3 all:1	Hasábburgonya	420	590	kca:730 zs:36 sz:92 f:9 all:-	Hasábburgonya	420	590	kca:292 zs:1 sz:52 f:8 all:-	Kuszkus	420	590	kca:280 zs:1 sz:58 f:9 all:1
	Párolt zöldség	420	590	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Mandulás brokkoli	490	690	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:8	Angolos Zöldbab	420	590	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Karamellizált bébirépa	490	690	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Wok zöldség	490	690	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-
Desszert	Csokis fánk	450		kca:226 zs:10 sz:31 f:4 all:1,3,7	Nutellás gombóc	990		kca:524 zs:14 sz:110 f:14 all:1,8	Császár morzsa	1050		kca:585 zs:18 sz:89 f:13 all:1,3	Darázsészek vanília sodóval	1050		kca:423 zs:14 sz:61 f:11 all:3,7,1	Churros öntettel	990		kca:419 zs:25 sz:41 f:8 all:1,3,7



KCAL - Kalória tartalom F - Fehérje tartalom Sz - Szénhidrát tartalom ZS - Zsirtartalom ALL - Allergén

