

Heti Menü 1.																				
HÉTFŐ				KEDD				SZERDA				CSÜTÖRTÖK				PÉNTEK				
		kis	nagy			kis	nagy			kis	nagy			kis	nagy			kis	nagy	
Levesek	Göldön leves	610	870	kca:164 zs:3,3sz:24,6 f:3,3 all: 1,9	Májgaluska leves	610	870	kca:112 zs:2,8 sz:12 f:8,4 all:1,3,9	Sváb burgonya leves	610	870	kca:121 zs:4 sz:16 f:3 all:7,9	Jókai bableves	610	870	kca:373 zs:19,8 sz:15,3 f:26,4 all:1,7,9	Csirkebecsínált leves	610	870	kca:183 zs:8sz:8 f:19all:9
	Savanyú lencseleves	470	710	kca:422 zs:13 sz:48,1 f:19,5 all: 10,9	Tejszínes karfiol leves	470	710	kca:290 zs:26sz:11 f:4 all:	Gombaleves	470	710	kca:198 zs:10,3sz:18,7 f:8 all:9	Francia hagymaleves	470	710	kca:142 zs:5 sz:15 f:7 all:	Paradicsomos káposztaleves	470	710	kca:35 zs:0,8 sz:5,3 f:1,3 all:
	Meggy leves	470	710	kca:163 zs:1,8 sz:35,2 f:2,8 all:	Barackkrém leves	470	710	kca:170 zs:6 sz:25 f:6 all:	Ribizilleves	470	710	kca:165 zs:3,6sz:27,6 f:3,3 all:	Fahéjas szilvaleves	470	710	kca:233 zs:7 sz:38 f:2 all:	Vegyes gyümölcsleves	470	710	kca:165 zs:3,6sz:27,6 f:3,3 all:
Séf ajánlata	Göldön leves Orly tengerihal bazsalikomos burgonya püré	2300		kca:645 zs:21 sz:90,1 f:21 all:1,9,3,4,7	Májgaluska leves Vörösbors szilvás szarvas ragú krokett	2300		kca:419 zs:41 sz:41 f:52 all:1,3,9	Gombaleves Cornflakes csirkemell áfonyával, steak burgonya	2300		kca:854zs: 19 sz:53,f:42,5 all:9,1,3	Francia hagymaleves Gellért sertés szelet, ajváros rizs	2300		kca:716 zs:14,4 sz:111 f:30all:1,3,7	Csirkebecsínált leves Bolognai lasagne	2300		kca:565 zs:25 sz:24 f:39 all:1,3,7,9
Pénztárcakímélő menü	Savanyú lencse leves Eszterházy csirke ragu , spaghetti	1880		kca:677 zs:15,5 sz:39,9f:15,3all: 10,9,7	Májgaluska leves Erdélyi rakott káposzta	1880		kca:520 zs:20,8sz:48 f:26,8all:1,9,3,7	Sváb burgonya leves Töltött paprika	1880		kca:559zs:36 sz:62 f:17 all:1,3,7,9	Jókai bableves Túrós csusza	1880		kca:1112 zs:55 sz:85 f:55all:1,7,9	Paradicsomos káposzta leves Bácskai rizeshús	1880		kca:468 zs:14,2 sz:20,5 f:51,4 all:
Fitness menü	Savanyú lencseleves Jambalaya	2200		kca:967 zs:39 sz:51,1 f:49 all:10,9	Tejszínes karfiol leves Mézes mustáros csirkecombfilé, rizs	2200		kca:537 zs: 12 sz:30 f:21,5 all:10	Gombaleves Görögös pulykaragu, jázmin rizs	2200		kca:528 zs:15,1 sz:61 f:19,1 all:9	Francia hagymaleves Svéd húsgolyó, sült burgonya	2200		kca:554 zs:22,1 sz:53 f:30 all:3	Csirke becsínált leves Grillezett csirkemell sült zöldséggel	2200		kca:413 zs:43 sz:83 f:56 all:9
Vega menü	Savanyú lencse leves Karfiol csőben sütte petrezselymes burgonya	1880		kca:820 zs:39 sz:59 f:16 all:1,3,7,9,10	Tejszínes karfiol leves Arrabiata penne	1880		kca:1036 zs:47sz:130 f:24 all:1	Gombaleves Parajos galuska füstölt sajttal	1880		kca:538 zs:31,7 sz:87 f:29,4all: 9,1,3,7	Francia hagymaleves Vega székelykáposzta	1880		kca:387zs:25s z:25 f:9all:7,1	Paradicsomos káposzta leves Mexikói chowder	1880		kca:299 zs:7 sz:44 f:10,3all:
Készételek	Sertéspörkölt	1370		kca:218 zs:13 sz:5 f:19 all:	Garam-masala csirkecomb	1370		kca:273 zs:13 sz: f:35,1 all:	Borskérges sertés karaj	1370		kca:320 zs:17 sz:26 f:15 all:10	Borsos tokány	1490		kca:253 zs:13 sz:9 f:23 all:	BBQ csirkecomb	1390		kca:305 zs:18 sz:26 f:24 all:-
Frissen sülték	Rántott csirkemell	1370		kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3	Cordon bleu	1370		kca:549 zs:35 sz:26 f:32 all:1,3,7	Sokmagvas csirkemell	1370		kca:294 zs:12 sz:17 f:28 all:1,3,11	Kijevi jércemell	1370		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 trappista 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 trappista sajt	1300		kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7	Rántott karfiol	1100		kca:355 zs:22 sz:5 f:32 all:1,3,4	Rántott trapista sajt	1300		kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7
Főzelék	Zöldborsó főzelék	920		kca:401 zs:10 sz:54- f:21 all:-1	Tökfőzelék	920		kca:320 zs:6 sz:62 f:7 all:7,1	Parajfőzelék	920		kca:279 zs:17 sz:18 f:12 all:7,1	Sárgborsófőzelék	920		kca:401 zs:10 sz:54- f:21 all:-1	Zöldbabfőzelék	920		kca:220 zs:12 sz:20 f:4 all:7,1
Feltétek	Csirke nuggets	530		kca:229 zs:13 sz:17 f:11 all:1	Sült debreceni 1 db	540		kca:368 zs:10 sz:55 f:13 all:-	Bundás kenyér	590		kca:214 zs:10 sz:26 f:6 all:1,3	Füstölt tarja	650		kca:212 zs:16 sz:- f:16 all:-	Sült debreceni 1 db	540		kca:368 zs:10 sz:55 f:13 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	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:3,1
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:348 zs:10 sz:54 f:8 all:-	Jázmin rizs	420	590	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-
	Burgonyapüré	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:7	Krokett	420	590	kca:380 zs:6 sz:14 f:3 all:1	Petrezselymes burgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-	Hasábburgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-	Tört burgonya	420	590	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-
	Szarvacska tészta	420	590	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:1	Hasábburgonya	420	590	kca:730 zs:36 sz:92 f:9 all:1	Steak burgonya	420	590	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-	Tarhonya	420	590	kca:345 zs:18 sz:38 f:7 all:1	Steak burgonya	420	590	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-
	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 bóbirepa	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	Torta szeletek	1050		kca:384 zs:20 sz:46 f:5 all:1,3,7,8	Szilvás gombóc	990		kca:524 zs:14 sz:110 f:14 all:1	Somlói galuska	1050		kca:397 zs:21 sz:44 f:5 all:1,3,7,8	Mákos-meggyes nudli	990		kca:832 zs:29 sz:108 f:28 all:1,3	Churros öntettel	990		kca:419 zs:25 sz:41 f:8 all:1,3



1.Glütén

2.Rákfelek

3.Tojás

4.Halak

5.Foldirmogyoró

6.Szójabab

7.Tej

8.Diófélék

9. Zeller

10.Mustár

11.Szézámmag

12.Kén-dioxid

13.Csillagfűrt

14.Puhatesőek

KCAL - Kalória tartalom

F - Fehérje tartalom

Sz - Szénhidrát tartalom

ZS - Zsirtartalom

ALL - Allergén