Heti Menü 3.

	HÉTFŐ	kis	nagy		KEDD	kis	nagy		SZERDA	kis	nagy		CSÜTÖRTÖK	kis	nagy		PÉNTEK	kis	nagy	
Levesek	Magyaros sertés raguleves	610	870	kca:372 zs:22 sz:21 f:18 all:1,9	Frankfurti leves	610	870	kca:193 zs:18 sz:5 f:5 all:7,9	Pulyka gulyásleves	610	870	kca:125 zs:4 sz:7 f:15 all:9	Palócleves	610	870	kca:126 zs:7 sz:8 f:8 all:9	Kolbászos bableves	610	870	kca:327 zs:5 sz:22 f:18 all:1,7,9
	Burgonyagombóc leves	470	710	kca:305 zs:12 sz:17 f:3 all: 1,7	Paradicsomleves	470	710	kca:156 zs:0 sz:35 f:2 all:	Fejtett bableves	470	710	kca:324 zs:12 sz:32 f:16 all:7,9	Minesztrone leves	470	710	kca:182 zs:15 sz:26 f:11 all:9	Brokkolikrémleves	470	710	kca:92 zs:3 sz:10 f:5 all:
	Bogyós gyümölcsleves	470	710	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:	Mentás ribizli leves	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	Burgonyagombóc leves Kókuszos csirkemell, ananászos rizs	2300		kca:1160 zs:62 sz:113 f:43 all:7,9	Frankfurti leves Erdei gombás szarvaspörkölt, krokett	2300		kca:582 zs:37 sz:37 f:27 all:1,7,9,10	Pulyka gulyás leves Rablóhús velesült burgonya	2300		kca:829 zs:52 sz:36 f:50 all:1,4,7	Palócleves Csirke gyros hasábburgonya, saláta	2300		kca:842 zs:44 sz:72 f:62 all:1,7	Brokkolikrémleves Szecsuáni csirkecsíkok, sült tészta	2300		kca:730 zs:33 sz:80 f:23 all:1,3,6,9,10,11
Pénztárcakímélő menü	Magyaros sertés raguleves Lencsefőzelék, sült debreceni	1880		kca:1080 zs:61 sz:68 f:55 all:1,7,9	Frankfurti leves Carbonara spagetti	1880		kca:829 zs:56 sz:54 f:26 all:1,7,9	Pulyka gulyásleves tál, Rizsfelfújt, gyümölcs öntet	1880		kca:430 zs:59 sz:44 f:35 all:1,7,9	Minesztrone leves Csirkemell vadasan, spagetti	1880		kca:601 zs:22 sz:77 f:56 all:1,7,9	Kolbászos bableves Tarhonyás hús	1880		kca:641 zs:37 sz:45 f:26 all:1,3,7,9
Fitness menü	Bogyós gyümölcsleves Olaszos tepsis csirkemell, barna rizs	2200		kca:827 zs:16 sz:114 f:43 all:7	Paradicsomleves Teriyaki csirke, jázmin rizs	2200		kca:690 zs:12 sz:89 f:44 all: 6,7,9	Fejtett bableves Csirkés tabulet	2200		kca:665 zs:11 sz:84 f:50 all:7,9	Minesztrone leves Tonhalas durum penne	2200		kca:810 zs:30 sz:116 f:45 all:1,4,9	Brokkolikrémleves Madras csirke , kuszkusz	2200		kca:681 zs:33 sz:72 f:27 all:1,7,9
Vega menü	Burgonyagombóc leves Kasespatzle (sajtos nokedli)	1880		kca:550 zs:11 sz:95 f:18 all:7,9	Paradicsomleves Tofus thai tészta	1880		kca:475 zs:1 sz:107 f:9 all:1,7,9	Fejtett bableves Vega mouszaka	1880		kca:1037 zs:45 sz:109 f:42 all:1,7,9	Minesztrone leves Cukkini pörkölt bulgur	1880		kca:287 zs:18 sz:43 f:16 all:1,9	Brokkolikrémleves Parajos lasagna	1880		kca:585 zs:22 sz:122 f:47 all:1,3,7,9
Készételek	Bácskai rizseshús	1850		kca:483 zs:24 sz:27 f:38 all:-	Vörös pesztós csirkecomb	1390		kca:540 zs:28 sz:1 f:73 all:-	Ördögi sertéssült	1370		kca:252 zs:6 sz:7 f:16 all:-	Lecsós csirkecomb	1390		kca:163 zs:6 sz:8 f:19 all:	Sajtos csirkemell	1370		kca:262 zs:14 sz:1 f:30 all:3,7
Frissen sültek	Rántott csirkemell	1370		kca:273 zs:4 sz: 12:- f:34 all:1,3	Cordon bleu	1490		kca:522 zs:35 sz:15 f:36 all:1,3,7	Sokmagvas sertéskaraj	1370		kca:394 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:273 zs:4 sz: 12:- 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	Lencsefőzelék	920		kca:250 zs:8 sz:25 f:12 all:1,	Zöldborsófőzelék	920		kca:205 zs:5 sz:30 f:12 all:1,	Majorannás burgonyafőzelék	920		kca:431 zs:3 sz:49 f:7 all:1,	Szárazbab főzelék	920		kca:276 zs:14 sz:3 f:34 all:	Zöldbabfőzelék	920		kca:220 zs:12 sz:20 f:4 all:
Feltétek	Sült debreceni	540		kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:	Sült virsli	750		kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:	Vagdalt	790		kca:190 zs:10 sz:13 f:11 all:1,3	Sült debreceni	540		kca:424 zs:37 sz:2 f:22 all:	Vagdalt	790		kca:190 zs:10 sz:13 f:11 all:1,3
	Főtt tojás	250		kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3	Zöldségtallér	540		kca:85 zs:6 sz:6 f:3 all:	Falafel	540		kca:111 zs:5 sz:11 f:5 all:1	Főtt tojás	250		kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3	Főtt tojás	250		kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3
Köretek	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:-	Spagetti	420	590	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:1	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:-	Krokett	420	590	kca:171 zs:6 sz:27 f:3 all:	Hasábburgonya	420	590	kca:730 zs:36 sz:92 f:9 all:-	Bulgur	420	590	kca:232 zs:1 sz:52 f:8 all:1	Kuszkusz	420	590	kca:280 zs:- sz:58 f:9 all:1
	Párolt zöldség	490	690	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Mandulás brokkoli	490	690	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Karamellizált bébirépa	490	690	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Párolt zöldség	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	1050		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	Tejberizs	750		kca:423 zs:14 sz:61 f:11 all:3,7	Piskóta csokiöntettel	890		kca:419 zs:25 sz:41 f8 all:1,3,7

