

Heti Menü 2024.09.16.-09.20.

	HÉTFŐ		KEDD		SZERDA		CSÜTÖRTÖK		PÉNTEK											
	kis	nagy	kis	nagy	kis	nagy	kis	nagy	kis	nagy										
Levesek	Kolbászos káposztaleves	560	790	kca:185 zs:16 sz:4 f:8 all:7,9	Tárkonyos raguleves	560	790	kca:125 zs:4 sz:7 f:15 all:7,9	Pandúrügylés	560	790	kca:260 zs:16 sz:17 f:13 all:9	Húsgaluska leves	560	790	kca:108 zs:2 sz:15 f:7 all:1,3,9	Nyírségi gombóclevés	560	790	kca:182 zs:15 sz:26 f:11 all:1,7,9
	Mentás zöldborsókrémleves	430	640	kca:92 zs:3 sz:10 f:5 all:7	Toszkán zöldségleves	430	640	kca:130 zs:1 sz:23 f:6 all:1,3,7,9	Francia hagyma leves	430	640	kca:142 zs:5 sz:15 f:7 all:7	Zöldséges sárgaborsóleves	430	640	kca:130 zs:1 sz:23 f:6 all:1,3,7,9	Mediterrán zöldségleves	430	640	kca:150 zs:3 sz:23 f:3 all:9
	Rumos meggyleves	430	640	kca:131 zs:2 sz:26 f:2 all:7	Erdei gyümölcsleves	430	640	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:7	Mentás mézes almaleves	430	640	kca:246 zs:9 sz:37 f:3 all:7	Citrus leves	430	640	kca:111 zs:3 sz:18 f:5 all:7	Vegyes gyümölcsleves	430	640	kca:222 zs:6 sz:38 f:2 all:7
Séf ajánlata	Mentás zöldborsókrémleves Sajtosbundában sült csirkemell, Bazsalikomos burgonyapüré	2090		kca:928 zs:46 sz:85 f:44 all:1,3,7	Toszkán zöldségleves Sertészsűz zöldbors mártásban, ceruzabab, krokett	2090		kca:724 zs:12 sz:108 f:42 all:7,9,10	Francia hagymaleves Szarvaspörkölt zsemlegombóc	2090		kca:674 zs:11 sz:99 f:48 all:1,3,7	Húsgaluska leves Kentucky csirkecombfilé Sült burgonya coleslaw	2090		kca:918 zs:35 sz:115 f:26 all:1,3,7,9	Mediterrán zöldségleves Marhahúsos lasagne	2090		kca:816 zs:48 sz:46 f:43 all:1,7,9
Pénztárcakímélő Menü	Kolbászos káposzt leves Pástrorpite	1690		kca:660 zs:17 sz:90 f:36 all:3,7	Tárkonyos raguleves Bolognai spagetti	1690		kca:734 zs:53 sz:29 f:30 all:1,7,9	Pandúrügylés Paradicsomos káposzta sertéssült	1690		kca:732 zs:174 sz:86 f:36 all:1,9	Zöldséges sárgaborsóleves Tarhonyás hús	1690		kca:613 zs:25 sz:50 f:44 all:1,9	Nyírségi gombóclevés Hortobágyi laska	1690		kca:791 zs:64 sz:48 f:26 all:1,7,9
Fitness Menü	Mentás zöldborsókrémleves Margherita harcsafilé petrezselymes rizs	1990		kca:559 zs:10 sz:76 f:43 all:4,7	Toszkán zöldségleves Szójás-mézes csirke, karfiol pürével	1990		kca:532 zs:11 sz:76 f:33 all:6,9	Francia hagymaleves Rostonsült jérce karamelizált szilva kuszkus	1990		kca:660 zs:17 sz:90 f:36 all:1,9	Zöldséges sárgaborsóleves Csirke kebab kukkinis bulgúr	1990		kca:744 zs:13 sz:110 f:160 all:1,9	Mediterrán zöldségleves Ajváros csirkemell, parajos rizs	1990		kca:652 zs:9 sz:61 f:39 all:9
Vega menü	Mentás zöldborsókrémleves Cukkini carbonara	1690		kca:448 zs:23 sz:15 f:27 all:1,7	Toszkán zöldségleves Francia lecsó rizs	1690		kca:566 zs:20 sz:83 f:12 all:9	Francia hagymaleves Cékla gyros, sült burgonya	1690		kca:929 zs:33 sz:80 f:36 all:7	Zöldséges sárgaborsóleves Paradicsomos gnocchi	1690		kca:578 zs:19 sz:75 f:22 all:1,9	Mediterrán zöldség leves Sütőtökzrizzó	1690		kca:566 zs:20 sz:83 f:12 all:9
Készételek	Sertéspörkölt	1190		kca:218 zs:13 sz:5 f:19 all:-	Tejszínes gombás csirkemell	1250		kca:327 zs:14 sz:3 f:46 all:7	Sertéssült	1190		kca:152 zs:6 sz:7 f:16 all:-	Pesztós csirkecomb	1150		kca:147 zs:4 sz:10 f:7 all:-	Csabai sertés karaj	1190		kca:223 zs:15 sz:9 f:17 all:-
	Mézes mustáros csirkemell	1250		kca:275 zs:17 sz:3 f:27 all:10	Báckai rizseshús	1290		kca:483 zs:24 sz:27 f:38 all:-	Chillis bab	1390		kca:288 zs:18 sz:26 f:24 all:-	Olasz rakott csirkemell	1250		kca:188 zs:8 sz:6 f:22 all:7	Sült hekk	1350		kca:449 zs:24 sz:12 f:46 all:1,4
Frissen sülték	Sajtosbundában sült csirkemell	1250		kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3	Fűszervajjal töltött csirkemell	1290		kca:549 zs:35 sz:26 f:32 all:-	Rántott borda	1190		kca:243 zs:14 sz:4 f:23 all:1,3	Kentucky csirkecomb	1150		kca:298 zs:21 sz:6 f:18 all:-	Szezámmagos sertésborda	1190		kca:243 zs:14 sz:4 f:23 all:1,3,11
	Rántott sajt	1250		kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7	Zöldfűszeres bundában sült tengeri hal	1190		kca:355 zs:22 sz:5 f:32 all:-	Rántott sajt	1250		kca:601 zs:42 sz:20 f:33 all:1,3,7	Rántott csirkemell	1250		kca:173 zs:4 sz:- f:34 all:1,3	Rántott camembert sajt	1300		kca:698 zs:49 sz:26 f:35 all:1,3,7
	Rántott karfiol	990		kca:228 zs:13 sz:22 f:6 all:1,3	Rántott gomba	990		kca:255 zs:13 sz:23 f:11 all:1,3	Rántott vegyes zöldségek	990		kca:230 zs:13 sz:24 f:5 all:1,3	Rántott karfiol	990		kca:228 zs:13 sz:22 f:6 all:1,3	Rántott gomba	990		kca:255 zs:13 sz:23 f:11 all:1,3
Főzelék	Parajfőzelék	830		kca:279 zs:17 sz:18 f:12 all:7	Sárgaborsófőzelék	830		kca:401 zs:10 sz:54 f:21 all:-	Paradicsomos káposzta főzelék	830		kca:320 zs:6 sz:62 f:7 all:1	Paprikás burgonya	830		kca:431 zs:21 sz:-46 f:7 all:-	Szárzabab főzelék	830		kca:276 zs:14 sz:3 f:34 all:1
Feltétek	Főtt tojás 1 db	190		kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3	Füstölt tarja	480		kca:212 zs:16 sz:- f:16 all:-	Sertéssült	480		kca:152 zs:6 sz:7 f:16 all:-	Sült debreceni 1db	320		kca:368 zs:10 sz:55 f:13 all:-	Sült kolbász	480		kca:458 zs:10 sz:61 f:29 all:-
	Tükör tojás 1 db	200		kca:209 zs:16 sz:1 f:14 all:3	Zöldség tallér	480		kca:85 zs:6 sz:6 f:3 all:-	Falafel	480		kca:111 zs:5 sz:11 f:5 all:1	Főtt tojás	190		kca:81 zs:6 sz:1 f:7 all:3	Tükör tojás	200		kca:209 zs:16 sz:1 f:14 all:3
Köreték	Galuska	390	550	kca:426 zs:1 sz:86 f:17 all:1,3	Főtt tészta	390	550	kca:474 zs:3 sz:93 f:17 all:1	Kuszkus	390	550	kca:280 zs:- sz:58 f:9 all:1	Cukkinis bulgúr	390	550		Jázmín rizs	390	550	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-
	Petrezselymes rizs	390	550	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Krokett	390	550	kca:366 zs:1 sz:77 f:11 all:-	Sült burgonya	390	550	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-	Sült burgonya	390	550	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-	Steak burgonya	390	550	kca:663 zs:29 sz:90 f:12 all:-
	Burgonyapüré	390	550	kca:287 zs:8 sz:49 f:7 all:7	Jázmín rizs	390	550	kca:288 zs:0 sz:65 f:8 all:-	Tört burgonya	390	550	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-	Kukoricás rizs	390	550	kca:300 zs:16 sz:1 f:14 all:-	Párolt zöldség	390	550	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-
	Kevert saláta	450	650	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Párolt zöldség	390	550	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Zöldséges rizs	390	550	kca:300 zs:16 sz:1 f:14 all:-	Kevert saláta	450	650	kca:102 zs:1 sz:17 f:5 all:-	Petrezselymes burgonya	390	550	kca:231 zs:1 sz:51 f:6 all:-
Desszert	Mákos nudli	790		kca:416 zs:15 sz:54 f:14 all:1,3,7	Somlói galuska	790		kca:512 zs:20 sz:75 f:4 all:1,3,7	Meggyes rétes	550		kca:397 zs:21 sz:44 f:5 all:1	Tejbepriz	590			Arany galuska	850		kca:457 zs:2 sz:101 f:8 all:1,3,8



1.Gluten 2.Rákfélék 3.Tojás 4.Halak 5.Földimogyoró 6.Szójabab 7.Tej 8.Diófélék 9. Zeller 10.Mustár 11.Szezámmag 12.Kén-dioxid 13.Csillagfűt 14.Puhatesüek  
 KCAL - Kalória tartalom F - Fehérje tartalom Sz - Szénhidrát tartalom ZS - Zsirtartalom ALL - Allergén