

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
NK1 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhetQ	Csülkös bab leves 1040 Ft	Csülkös bab leves 1040 Ft	Csülkös bab leves 1040 Ft	Csülkös bab leves 1040 Ft		
ZNK1 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhetQ	Csülkös bab leves 730 Ft	Csülkös bab leves 730 Ft	Csülkös bab leves 730 Ft	Csülkös bab leves 730 Ft		
NK2 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhetQ	Tejszínes Qszibarack leves* 955 Ft	Tejszínes Qszibarack leves* 955 Ft	Tejszínes Qszibarack leves* 955 Ft	Tejszínes Qszibarack leves* 955 Ft		
ZNK2 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhetQ	Tejszínes Qszibarack leves* 665 Ft	Tejszínes Qszibarack leves* 665 Ft	Tejszínes Qszibarack leves* 665 Ft	Tejszínes Qszibarack leves* 665 Ft		
NK3 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ	Húsos tészta reszelt sajttal 1520 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1520 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1520 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1520 Ft		
ZNK3 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ	Húsos tészta reszelt sajttal 1065 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1065 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1065 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1065 Ft		
NK4 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1985 Ft 	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1985 Ft 	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1985 Ft 	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1985 Ft 		
ZNK4 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1390 Ft 	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1390 Ft 	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1390 Ft 	Brassói aprópecsenye (szqzpecsenyébQl) 1390 Ft 		
NK5 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1735 Ft	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1735 Ft	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1735 Ft	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1735 Ft		
ZNK5 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1220 Ft	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1220 Ft	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1220 Ft	Kárpáti pulykamell (fokhagymás, tejfölös, sajtos), jázmin rizs 1220 Ft		
NK6 - City SLÁGER Desszert 12-ig rendelhetQ	Grízes tészta baracklevár* 595 Ft	Grízes tészta baracklevár* 595 Ft	Grízes tészta baracklevár* 595 Ft	Grízes tészta baracklevár* 595 Ft		
A - Leves (6 dl)	Bogrács gulyás 1255 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 995 Ft	Nyírségi gombóc leves 1195 Ft	ErQleves marhahússal 1095 Ft	 Tárkonyos bárány raguleves 1295 Ft 	
ZA - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Bogrács gulyás 880 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 695 Ft	Nyírségi gombóc leves 835 Ft	ErQleves marhahússal 765 Ft	 Tárkonyos bárány raguleves 895 Ft 	



CityFood étlap - 2024 - 13. hét

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
B - Leves (6 dl)	Tojásleves* 795 Ft	Lencseleves* 895 Ft	Tejfölös burgonyakrémleves, pirított zsemle-kockák* 890 Ft	Grízgaluska leves* 770 Ft		
ZB - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Tojásleves* 555 Ft	Lencseleves* 625 Ft	Tejfölös burgonyakrémleves, pirított zsemle-kockák* 625 Ft	Grízgaluska leves* 540 Ft		
C - Leves (6 dl)	Tejszínes meggyleves* 870 Ft	Sárgabarack leves* 930 Ft	Erdei gyümölcsleves* 970 Ft	Mazsolás gesztenyekrémleves* 1095 Ft 		
ZC - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Tejszínes meggyleves* 595 Ft	Sárgabarack leves* 650 Ft	Erdei gyümölcsleves* 680 Ft	Mazsolás gesztenyekrémleves* 765 Ft 		
CF1 - City-Fitt	Aszalt szilvával gőgyölt pulykamell, barna rizs 806 kcal, 109g szénh., 50g fehérje, 18g zsír 1630 Ft	Csirkegyros, görögsaláta 482 kcal, 24g szénh., 46g fehérje, 22g zsír 1785 Ft	Sonkás karfiol csQben sütte, reszelt sajttal 503 kcal, 34g szénh., 30g fehérje, 26g zsír 1595 Ft	Vadas marhaszeletek, durumtésztával 761 kcal, 105g szénh., 45g fehérje, 20g zsír 1795 Ft		
ZCF1 - City-Fitt (kis adag)	Aszalt szilvával gőgyölt pulykamell, barna rizs 483 kcal, 65g szénh., 30g fehérje, 11g zsír 1140 Ft	Csirkegyros, görögsaláta 288 kcal, 14g szénh., 28g fehérje, 13g zsír 1250 Ft	Sonkás karfiol csQben sütte, reszelt sajttal 303 kcal, 20g szénh., 18g fehérje, 16g zsír 1120 Ft	Vadas marhaszeletek, durumtésztával 456 kcal, 63g szénh., 27g fehérje, 12g zsír 1255 Ft		
CF2 - City-Fitt	Gombapaprikás, durumtészta 570 kcal, 95g szénh., 21g fehérje, 10g zsír 1390 Ft 	Kemencében sült csirkecomb, zöldséges bulgurral 712 kcal, 93g szénh., 64g fehérje, 12g zsír 1640 Ft	Paradicsomos káposzta, csiberopogós 599 kcal, 66g szénh., 49g fehérje, 14g zsír 1620 Ft	Fitt töltött paprika 602 kcal, 87g szénh., 33g fehérje, 22g zsír 1850 Ft		
ZCF2 - City-Fitt (kis adag)	Gombapaprikás, durumtészta 342 kcal, 57g szénh., 13g fehérje, 6g zsír 975 Ft 	Kemencében sült csirkecomb, zöldséges bulgurral 426 kcal, 56g szénh., 39g fehérje, 7g zsír 1150 Ft	Paradicsomos káposzta, csiberopogós 360 kcal, 40g szénh., 29g fehérje, 9g zsír 1135 Ft	Fitt töltött paprika 360 kcal, 52g szénh., 20g fehérje, 13g zsír 1295 Ft		
D1 - Főzelék	Sárgaborsó fQzelék 930 Ft	Vöröslencse fQzelék* 1065 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék* 1095 Ft	Tejszínes lencsefQzelék*		
ZD1 - Főzelék (kis adag)	SárgaborsófQzelék 650 Ft	Vöröslencse fQzelék* 745 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék* 765 Ft	Tejszínes lencsefQzelék* 740 Ft 		
D2 - Főzelék feltéttel	Sárgaborsó fQzelék, sült virsli 1425 Ft	Vöröslencse fQzelék, fasírt 1630 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék, fasírt 1620 Ft	Tejszínes lencsefQzelék, Sült oldalas	 SpenótfQzelék, tükörtojás* 1350 Ft 	
ZD2 - FQzelék (zóna adag)	SárgaborsófQzelék, sült virsli 995 Ft	Vöröslencse fQzelék, fasírt 1140 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék, fasírt 1135 Ft	Tejszínes lencsefQzelék, Sült oldalas 1220 Ft	 SpenótfQzelék, tükörtojás* 945 Ft 	

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
D3 - Főzelék feltéttel	Sárgaborsó főzelék, sertéssült 1425 Ft	Kedv. ár: Vöröslencse főzelék, Sertéspörkölt 1675 Ft - 1420 Ft 	Magyaros zöldbabfőzelék, Rántott csirkemell 1595 Ft	Tejszínes lencsefőzelék, sertéspörkölt 1530 Ft 		
ZD3 - Főzelék (zóna adag)	Sárgaborsó főzelék, sertéssült 995 Ft	Kedv. ár: Vöröslencse főzelék, Sertéspörkölt 1170 Ft - 995 Ft 	Magyaros zöldbabfőzelék, Rántott csirkemell 1120 Ft	Tejszínes lencsefőzelék, sertéspörkölt 1070 Ft 		
E1 - Rántott	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs 1745 Ft	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), petrezselymes burgonya 1725 Ft	Kijevi jércemell, kukoricás rizs 1750 Ft	Rántott csirkemell baconos juhtúróval töltve, jázmin rizs 1880 Ft	 Rántott harcsa snidlinges póréhagymás majonézes burgonya saláta 2095 Ft 	
ZE1 - Rántott (kis adag)	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs 1220 Ft	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), petrezselymes burgonya 1195 Ft	Kijevi jércemell, kukoricás rizs 1225 Ft	Rántott csirkemell baconos juhtúróval töltve, jázmin rizs 1295 Ft	Rántott harcsa snilinges póréhagymás majonézes burgonya saláta 1455 Ft 	
E2 - Rántott	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, sült burgonya 1895 Ft	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), jázmin rizs 1695 Ft	Kijevi jércemell, petrezselymes burgonya 1695 Ft	Rántott csirkemell baconos juhtúróval töltve, sült burgonya 1995 Ft		
ZE2 - Rántott (kis adag)	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, sült burgonya 1330 Ft	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), jázmin rizs 1190 Ft	Kijevi jércemell, petrezselymes burgonya 1190 Ft	Rántott csirkemell baconos juhtúróval töltve, sült burgonya 1395 Ft		
E3 - Rántott	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1680 Ft	Szezámagos rántott pulykamell, petrezselymes burgonya 1695 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), petrezselymes burgonya 1695 Ft	Rántott sertésborda, petrezselymes burgonya 1675 Ft		
ZE3 - Rántott (kis adag)	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1175 Ft	Szezámagos rántott pulykamell, petrezselymes burgonya 1190 Ft	Mátrai borzaska, petrezselymes burgonya 1195 Ft	Rántott sertésborda, petrezselymes burgonya 1175 Ft		
E4 - Rántott	Rántott mozzarella, jázmin rizs, tartármártás* 1675 Ft	Szezámagos rántott pulykamell, zöld-séges rizs 1670 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), jázmin rizs 1665 Ft	Rántott sertésborda, vegyes köret 1835 Ft		
ZE4 - Rántott (kis adag)	Rántott mozzarella, jázmin rizs, tartármártás* 1175 Ft	Szezámagos rántott pulykamell, zöld-séges rizs 1170 Ft	Mátrai borzaska, jázmin rizs 1165 Ft	Rántott sertésborda, vegyes köret 1285 Ft		
RV - Rántott Vega	Rántott cukkini szezámagos bundában, vegyes köret, tartármártás* 1865 Ft	Rántott sajt (trappista), jázmin rizs, tartármártás* 1595 Ft	Rántott karfiol, jázmin rizs, tartármártás* 1550 Ft	Rántott brokkoli, jázmin rizs, tartármártás* 1590 Ft		
ZRV - Rántott vega (kis adag)	Rántott cukkini szezámagos bundában, vegyes köret, tartármártás* 1295 Ft	Rántott sajt (trappista), jázmin rizs, tartármártás* 1120 Ft	Rántott karfiol, jázmin rizs, tartármártás* 1085 Ft	Rántott brokkoli, jázmin rizs, tartármártás* 1120 Ft		

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
VAD - Vadvilág	Szarvaspörkölt galuskával 1870 Ft	Vaddisznószeletek vadasan zsemlegombóccal 2035 Ft	Szarvashúsgombócok tejfölös erdei gombamártásban spagetti 1860 Ft 	Áfonyás-gombás Qzragu , túrós galuska 1750 Ft 		
ZVAD - Vadvilág (kis adag)	Szarvaspörkölt galuskával 1295 Ft	Vaddisznószeletek vadasan zsemlegombóccal 1425 Ft	Szarvashúsgombócok tejfölös erdei gombamártásban spagetti 1295 Ft  	Áfonyás-gombás Qzragu, túrós galuska 1230 Ft 		
W3 - Halak	Rántott harcsa, petrezselymes burgonya 1890 Ft	Halrudacskák rántva, rizi-bizi 1945 Ft	Tonhalas-paradicsomos rakott penne 1660 Ft	Rántott tengeri hal, diós bundában, jázmin rizs 1770 Ft	 Harcsa halászlé 1295 Ft	
ZW3 - Halak (kis adag)	Rántott harcsa, petrezselymes burgonya 1325 Ft	Halrudacskák rántva, rizi-bizi 1360 Ft	Tonhalas-paradicsomos rakott penne 1160 Ft	Rántott tengeri hal, diós bundában, jázmin rizs 1240 Ft	 Harcsa halászlé 895 Ft	
TP - Tortilla és pita	Csirkés burrito tzatzikivel, salsa szósszal, tzatziki öntet 1935 Ft	Marhahúsos quesadilla tejföllel, sajttal 2020 Ft	Kedv. ár: Mexikói fqszeres zöldséges marharaguval töltött buritto csipQs 1895 Ft 1610 Ft 	Friss zöldséges, csirkés tortilla 1865 Ft		
F - FQétel	Sajtos, tejfölös makaróni, bacon szalonna 1670 Ft	Vaslapon sült csirkemell, lilahagymás pirított gombával, jázmin rizs 1585 Ft 	Kemencében sült oldalas, petrezselymes burgonya párolt káposzta 1975 Ft	Óvári csirkemell (sonka, gomba, sajt), vegyes köret 1835 Ft 	 Öcsödi birkapörkölt, sós burgonya 2085 Ft 	
ZF - FQétel (kis adag)	Sajtos, tejfölös makaróni, bacon szalonna 1170 Ft	Vaslapon sült csirkemell, lilahagymás pirított gombával, jázmin rizs 1095 Ft 	Kemencében sült oldalas, petrezselymes burgonya, párolt káposzta 1385 Ft	Óvári csirkemell (sonka, gomba, sajt), vegyes köret 1285 Ft 	 Öcsödi birkapörkölt, sós burgonya 1460 Ft 	
G - FQétel	Sertéspörkölt, galuska 1520 Ft	Mustáros sertésszelet, hagymás törtburgonya 1635 Ft	Hagymás-sajtos csirke, steak burgonya 1770 Ft	Kemencében sült csirkemell csíkok rokfortos sajtmárt., jázmin rizs 1665 Ft	 Tojásos nokedli* 1450 Ft	
ZG - FQétel (kis adag)	Sertéspörkölt, galuska 1065 Ft	Mustáros sertésszelet, hagymás törtburgonya 1145 Ft	Hagymás-sajtos csirke, steak burgonya 1240 Ft	Kemencében sült csirkemell csíkok rokfortos sajtmárt., jázmin rizs 1165 Ft	 Tojásos nokedli* 1020 Ft	
H - FQétel	Túrós csusza bacon szalonnával 1645 Ft	Mákos tészta* 1340 Ft	Tejberizs, csokoládéöntet* 1320 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1550 Ft	 Klasszikus túrógombóc fahéjas tejfölmártással* 1850 Ft	
ZH - FQétel (kis adag)	Túrós csusza bacon szalonnával 1145 Ft	Mákos tészta* 940 Ft	Tejberizs, csokoládéöntet* 930 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1085 Ft	Klasszikus túrógombóc fahéjas tejfölmártással* 1295 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 13. hét

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
I - FQétel	Bácskai rizseshús csirkemellbQl 1570 Ft	Paprikás csirkés lasagne 1695 Ft Új	Francia rakott burgonya* 1620 Ft	Tojásos lecsó virslivel, tarhonyával 1920 Ft		
ZI - FQétel (kis adag)	Bácskai rizseshús csirkemellbQl 1095 Ft	Paprikás csirkés lasagne 1195 Ft Új	Francia rakott burgonya* 1135 Ft	Tojásos lecsó virslivel, tarhonyával 1345 Ft		
J - FQétel	Sztrapacska (juhtúrós-tepertQs galuska) 1575 Ft	FQtt marhahús, meggy mártás, fQtt burgonya 1895 Ft	Csirkemell paprikás, vajás galuska 1575 Ft	Penne prosciutto (tejszín, sonka, sajt) 1470 Ft		
ZJ - FQétel (kis adag)	Sztrapacska 1095 Ft	FQtt marhahús, meggy mártás, fQtt burgonya 1335 Ft	Csirkemell paprikás, vajás galuska 1095 Ft	Penne prosciutto 1030 Ft		
Y - City ajánlat	Hortobágyi rakott palacsinta reszelt sajttal 1680 Ft	Roston csirkemell erdQkerülQ módra (cs.me lyoni hagyma, sonka, z.borsó), jázmin rizs 1665 Ft	Vaslapon sült fokhagymás tarja, fqszeres karika burgonyával csipQs 1735 Ft	Grill csirkecombfilé szalonnás tepsis burgonyával 1845 Ft	 Húsvéti sonka fQtt tojással tormakrémmel 1995 Ft Új	
TA - Takarékos fQétel	Magyaros csirkés rakott makaróni 1295 Ft Új	Bakonyi pulykatokány, galuska 1375 Ft G	Vadas húsgombóc, szarvacska tészta 1385 Ft	Egybefasírt, hagymás tört burgonya 1470 Ft		
LAK - Laktózmentes	Töltött káposzta gazdagon tejföllel (LM) 1890 Ft	Muszaka (LM) 1985 Ft Új	ZöldborsófQzelék rántott csirkemell (LM) 1760 Ft	Házi rakott burgonya (LM) 1995 Ft		
ZLAK - Laktózmentes (kis adag)	Töltött káposzta gazdagon tejföllel (LM) 1325 Ft	Muszaka (LM) 1395 Ft Új	ZöldborsófQzelék rántott csirkemell (LM) 1230 Ft	Házi rakott burgonya (LM) 1395 Ft		
CM - CityMenü (Fél adag leves + fél adag fQétel)	Tejszínes tárkonyos zöldségleves, Csirkepaprikás (combból), galuska 1265 Ft Új	Bableves csipetkével, Milánói makaróni csQben sütve 1275 Ft Új G	Tejfölös gombaleves, Pásztortarhonya 1220 Ft Új G	Petrezselymes zöldborsóleves nokedlivel, Fqszeres rántott csirkefalatok, jázmin rizs 1295 Ft Új		
TM - Takarékos Zóna menü - egész hétre	Hamis gulyásleves, Magyaros csirkés rakott makaróni 1455 Ft	Lebbencsleves, Bakonyi pulykatokány, galuska 1430 Ft G	Csontleves finommetélttel, Vadas húsgombóc, szarvacska tészta 1420 Ft	Citromos almaleves, Egybefasírt, hagymás tört burgonya 1595 Ft		
M1 - Menü1 - egész hétre	Tojásleves, Magyaros csirkés rakott makaróni 1765 Ft	Lencseleves, Bakonyi pulykatokány, galuska 1895 Ft G	Tejfölös burgonyakréMLEves, pirított zsemlekockák, Vadas húsgombóc, szarvacska tészta 1960 Ft	Grízgaluska leves, Egybefasírt, hagymás tört burgonya 1930 Ft		
X - Citymix (2xfél adag)	sértéspörkölt, galuska, Gyümölcsrizs 1445 Ft	Roston sült pulykamell, ananászos rizs, Somlói palacsinta, csokiöntet 1660 Ft	Csirkemell paprikás, vajás galuska, Tejberizs 1440 Ft	Szezámmagos rántott pulykamell, zöld-séges rizs, Somlói galuska 1745 Ft		

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
ZM - Zóna menü	Bográcsgulyás, Túrós csusza bacon szalonnával 1925 Ft	Lencseleves, Mustáros sertésszelet, hagymás törtburgonya 1680 Ft	Erdei gyümölcsleves, Kijevi jércemell, kukoricás rizs 1795 Ft	Erőleves marhahússal, Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta) 1760 Ft	 Tárkonyos bárány raguleves, Tojásos nokedli 1820 Ft 	
L - Palacsinta (2db)	Túrós palacsinta, édes tejjölmártás* 1095 Ft	Somlói palacsinta, csokióntet* 1030 Ft	Mascarponeos túrós palacsinta* 895 Ft	Baracklekváros palacsinta* 780 Ft		
N1 - Desszert	Gyümölcsrizs 695 Ft	Túrós rétes 985 Ft	Kókusz tekercs 875 Ft	Somlói galuska 895 Ft	 Kókusz kocka 895 Ft	
N2 - Desszert	Madártej 650 Ft	Mákos nudli 695 Ft	Piskóta tekercs házi baracklekvárral, vanília öntet 940 Ft	Bounty szelet 960 Ft	 Diós marlenka 915 Ft	
V1 - Levesek	Csirkeleves gazdagon zöldségekkel (csirkemellből) 176 kcal, 13g szénh., 23g fehérje, 3g zsír 935 Ft	Kedv.ár: Tárkonyos húsgaluska leves 219 kcal, 31g szénh., 13g fehérje, 4g zsír 855 Ft 725 Ft 	Tárkonyos zöldségragu leves (gomba, z.borsó, zeller, gyökér)* 288 kcal, 26g szénh., 8g fehérje, 16g zsír 865 Ft 	Tárkonyos, gombás pulykaraguleves 387 kcal, 17g szénh., 27g fehérje, 23g zsír 895 Ft 		
ZV1 - Levesek (kis adag)	Csirkeleves gazdagon zöldségekkel (csirkemellből) 117 kcal, 8g szénh., 15g fehérje, 1g zsír 690 Ft	Kedv.ár: Tárkonyos húsgaluska leves 147 kcal, 20g szénh., 9g fehérje, 3g zsír 630 Ft 535 Ft 	Tárkonyos zöldségragu leves (gomba, z.borsó, zeller, gyökér)* 192 kcal, 17g szénh., 5g fehérje, 10g zsír 640 Ft 	Tárkonyos, gombás pulykaraguleves 258 kcal, 11g szénh., 18g fehérje, 15g zsír 660 Ft 		
V2 - Levesek	Édesburgonya krémleves* 221 kcal, 36g szénh., 5g fehérje, 5g zsír 875 Ft	Tejszínes brokkoli krémleves* 239 kcal, 33g szénh., 9g fehérje, 7g zsír 830 Ft	Könnny tejszínes gyümölcsleves stevia édesítőszerrel* 215 kcal, 63g szénh., 5g fehérje, 6g zsír 1040 Ft	Áfonyás fahéjas banánleves stevia édesítőszerrel* 270 kcal, 67g szénh., 5g fehérje, 10g zsír 995 Ft		
ZV2 - Levesek (kis adag)	Édesburgonya krémleves* 147 kcal, 24g szénh., 3g fehérje, 4g zsír 645 Ft	Tejszínes brokkoli krémleves* 159 kcal, 22g szénh., 6g fehérje, 4g zsír 595 Ft	Könnny tejszínes gyümölcsleves stevia édesítőszerrel* 144 kcal, 42g szénh., 3g fehérje, 4g zsír 770 Ft	Áfonyás fahéjas banánleves stevia édesítőszerrel* 180 kcal, 45g szénh., 3g fehérje, 7g zsír 735 Ft		
V3 - FQzelék	Fitt magyaros tökfQzelék* 181 kcal, 23g szénh., 7g fehérje, 6g zsír 1145 Ft	Paradicsomos káposztafQzelék stevia édesítőszerrel* 253 kcal, 66g szénh., 9g fehérje, 1g zsír 1060 Ft	Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítőszerrel* 395 kcal, 68g szénh., 20g fehérje, 8g zsír 1170 Ft	Majorannás burgonyafQzelék* 631 kcal, 83g szénh., 11g fehérje, 27g zsír 1095 Ft 		
V4 - FQzelék	Fitt magyaros tökfQzelék, fasírt (light) 606 kcal, 55g szénh., 45g fehérje, 22g zsír 1595 Ft	Paradicsomos káposztafQzelék stevia édesítőszerrel, grill csirkecombfilé 602 kcal, 65g szénh., 71g fehérje, 14g zsír 1730 Ft	Kedv.ár: Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítőszerrel, Brokkoli ropogós* 713 kcal, 110g szénh., 35g fehérje, 16g zsír 1590 Ft 1350 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, rántott csirkemell 1069 kcal, 119g szénh., 50g fehérje, 42g zsír 1645 Ft 		
ZV4 - FQzelék (kis adag)	Fitt magyaros tökfQzelék, fasírt (light) 405 kcal, 36g szénh., 30g fehérje, 14g zsír 1185 Ft	Paradicsomos káposztafQzelék stevia édesítőszerrel, grill csirkecombfilé 402 kcal, 44g szénh., 47g fehérje, 9g zsír 1280 Ft	Kedv.ár: Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítőszerrel, Brokkoli ropogós* 474 kcal, 73g szénh., 23g fehérje, 11g zsír 1175 Ft 995 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, rántott csirkemell 714 kcal, 79g szénh., 33g fehérje, 28g zsír 1220 Ft 		



CityFood étlap - 2024 - 13. hét

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
V5 - FQzelék	Fitt magyaros tökfQzelék, Kemencében sült csirkemell 380 kcal, 26g szénh., 40g fehérje, 12g zsír 1595 Ft	Paradicsomos káposztafQzelék mini fasírttal 677 kcal, 98g szénh., 47g fehérje, 17g zsír 1575 Ft	Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítQsze rel, Sokmagvas rántott jércemell feltét 655 kcal, 85g szénh., 42g fehérje, 19g zsír 1495 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, pulykapörkölt 1069 kcal, 119g szénh., 50g fehérje, 42g zsír 1520 Ft		
V6 - FQételek	Gyros pitában zöldsalátával, joghurt öntet 567 kcal, 63g szénh., 50g fehérje, 12g zsír 1860 Ft	Fitt rakott milánói spagetti 750 kcal, 78g szénh., 50g fehérje, 26g zsír 1760 Ft	Könnnyq hortobágyi palacsinta 740 kcal, 79g szénh., 52g fehérje, 22g zsír 1690 Ft	Pácolt sajtos csirkemell, tortilla tekercsben tejföllel zöldségekkel 881 kcal, 59g szénh., 53g fehérje, 47g zsír 1895 Ft		
V7 - FQételek	Fitt rántott pulykamell lenmagos panírban, Paradicsomos gombás spagetti 911 kcal, 86g szénh., 70g fehérje, 31g zsír 1860 Ft	Juhtúróval töltött rántott csirkemell, wok zöldségekkel 713 kcal, 44g szénh., 53g fehérje, 35g zsír 1985 Ft	Rántott csirkemell fitt sajtos panírban, sült zöldség (light) 760 kcal, 65g szénh., 62g fehérje, 25g zsír 1895 Ft	Sertéskaraj fitt magvas panírban, gom- bás-cukkinis rizs 957 kcal, 120g szénh., 57g fehérje, 27g zsír 1875 Ft		
ZV7 - FQételek (kis adag)	Fitt rántott pulykamell lenmagos panírban, Paradicsomos gombás spagetti 606 kcal, 57g szénh., 47g fehérje, 20g zsír 1375 Ft	Juhtúróval töltött rántott csirkemell, wok zöldségekkel 474 kcal, 29g szénh., 36g fehérje, 23g zsír 1470 Ft	Rántott csirkemell fitt sajtos panírban, sült zöldség (light) 507 kcal, 44g szénh., 41g fehérje, 17g zsír 1395 Ft	Sertéskaraj fitt magvas panírban, gom- bás-cukkinis rizs 639 kcal, 80g szénh., 38g fehérje, 18g zsír 1395 Ft		
V8 - FQételek	Mustáros csirkemell párolt káposztával, burgonyával 519 kcal, 67g szénh., 43g fehérje, 6g zsír 1620 Ft	Rakott zöldségek sonkával 514 kcal, 36g szénh., 27g fehérje, 27g zsír 1575 Ft	Tárkonyos mustáros csirkefalatok pe- trezselymes karfiol 502 kcal, 32g szénh., 42g fehérje, 21g zsír 1595 Ft	Olasz csirkecomb, Meditárrán zöldségek 472 kcal, 33g szénh., 58g fehérje, 12g zsír 1875 Ft		
V9 - FQételek	Kedv.ár: Zöldfqszeres ricottával töltött jércemell joghurtos bulgursalátával 754 kcal, 89g szénh., 56g fehérje, 21g zsír 1775 Ft 1510 Ft	Kedv.ár: Lucskos káposzta csirkemellbQl 565 kcal, 39g szénh., 42g fehérje, 25g zsír 1580 Ft 1345 Ft	CsQben sült zöldségek* 446 kcal, 33g szénh., 21g fehérje, 24g zsír 1485 Ft	Kemencében sült csirkemell cheddar sajt mártással, párolt zöldségköret 639 kcal, 47g szénh., 53g fehérje, 25g zsír 1750 Ft		
ZV9 - FQételek (kis adag)	Kedv.ár: Zöldfqszeres ricottával töltött jércemell joghurtos bulgursalátával 504 kcal, 60g szénh., 37g fehérje, 14g zsír 1315 Ft 1120 Ft	Kedv.ár: Lucskos káposzta csirkemellbQl 378 kcal, 26g szénh., 28g fehérje, 17g zsír 1170 Ft 995 Ft	CsQben sült zöldségek* 291 kcal, 21g szénh., 13g fehérje, 15g zsír 1095 Ft	Kemencében sült csirkemell cheddar sajt- mártással, párolt zöldségköret 451 kcal, 38g szénh., 35g fehérje, 16g zsír 1295 Ft		
V10 - Főételek	Lyoni marhacsenye (sült hagymával), párolt zöldségköret 576 kcal, 54g szénh., 39g fehérje, 20g zsír 1940 Ft	Zöldséges csirkehússal rakott kel 675 kcal, 56g szénh., 42g fehérje, 29g zsír 1695 Ft	Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 750 kcal, 87g szénh., 47g fehérje, 23g zsír 1630 Ft	Csirkefalatok thai módra (csirkecomb, chili, fitt tészta, paradicsom) 774 kcal, 71g szénh., 53g fehérje, 30g zsír 1640 Ft		
ZV10 - FQételek (kis adag)	Lyoni marhacsenye (sült hagymával), párolt zöldségköret 384 kcal, 36g szénh., 26g fehérje, 14g zsír 1435 Ft	Zöldséges csirkehússal rakott kel 450 kcal, 37g szénh., 28g fehérje, 19g zsír 1255 Ft	Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 501 kcal, 58g szénh., 31g fehérje, 15g zsír 1195 Ft	Csirkefalatok thai módra (csirkecomb, chili, fitt tészta, paradicsom) 516 kcal, 47g szénh., 35g fehérje, 20g zsír 1195 Ft		
V11 - FQételek	Pirított csirkecsikok tepsis burgonyával, zöldségekkel 462 kcal, 61g szénh., 40g fehérje, 4g zsír 1620 Ft	Parajos csirkés farfalle 634 kcal, 86g szénh., 46g fehérje, 10g zsír 1520 Ft	Sáfrányos-csirkés zöldséges bulgur reszelt sajttal 751 kcal, 109g szénh., 57g fehérje, 12g zsír 1680 Ft	Rakott karfiol pulykahússal és zabpehellyel 652 kcal, 48g szénh., 49g fehérje, 27g zsír 1565 Ft		

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
V12 - Főételek	Sült csirkecomb, spenótos rizs 693 kcal, 90g szénh., 60g fehérje, 11g zsír 1520 Ft	Tavaszi csirkemell rizottó 958 kcal, 110g szénh., 50g fehérje, 35g zsír 1655 Ft 	Pulykamell Marco Polo módra, rizses bébirépa 786 kcal, 77g szénh., 54g fehérje, 29g zsír 1745 Ft 	Vöröslencse főzelék, light csirkemell pörkölt 803 kcal, 94g szénh., 63g fehérje, 17g zsír 1545 Ft 		
V13 - Főételek	Kedv.ár: Édes-savanyú csirkemell basmati rizszel 655 kcal, 120g szénh., 38g fehérje, 4g zsír 1570 Ft 1335 Ft 	Roston sült pulykamell, ananászos rizs 603 kcal, 79g szénh., 48g fehérje, 11g zsír 1655 Ft	Rakott zöldbab (sertéshússal) 516 kcal, 51g szénh., 31g fehérje, 20g zsír 1565 Ft	Pirított sertésmáj, főtt burgonya 592 kcal, 59g szénh., 38g fehérje, 21g zsír 1370 Ft		
V14 - Főételek	Ananással-sajttal rakott csirkemell basmati rizszel 757 kcal, 117g szénh., 49g fehérje, 12g zsír 1595 Ft 	Fitt bécsiszelet, rizses zöldséggel 811 kcal, 111g szénh., 50g fehérje, 18g zsír 1795 Ft 	Csípős chilis csirkecomb, gombás-cukkinis rizs 751 kcal, 97g szénh., 64g fehérje, 12g zsír 1775 Ft 	Őszibarackos-sajtos rakott csirkemell, barnarizs 708 kcal, 94g szénh., 48g fehérje, 15g zsír 1595 Ft		
V15 - Desszertek	Epres-vaníliás szelet* 146 kcal, 10g szénh., 4g fehérje, 10g zsír 940 Ft	Kölespuding házi meggylekvárral* 327 kcal, 89g szénh., 10g fehérje, 5g zsír 695 Ft	Charlotte szelet* 163 kcal, 14g szénh., 6g fehérje, 9g zsír 945 Ft	Málnás alagút* 146 kcal, 9g szénh., 6g fehérje, 12g zsír 945 Ft		
VM - Vítál menü (kis adag leves + kis adag főétel)	Édesburgonya krémleves, Lyoni marhapestsenye (sült hagymával), párolt zöldségköret 531 kcal, 60g szénh., 29g fehérje, 17g zsír 1980 Ft 	Tejszínes brokkoli krémleves, Juhtúróval töltött rántott csirkemell, wok zöldségekkel 630 kcal, 52g szénh., 41g fehérje, 28g zsír 1960 Ft 	Tárkonyos zöldségragu leves (gomba, z.borsó, zeller, gyökér), Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 693 kcal, 75g szénh., 36g fehérje, 26g zsír 1745 Ft 	Áfonyás fahéjas banánleves stevia édesítőszerez, Sertéskaraj fitt magvas paníriban, gombás-cukkinis rizs 819 kcal, 125g szénh., 41g fehérje, 25g zsír 2025 Ft 		
S1 - Saláta (zóna adag)	Stefánia vagdalt, majonézes burgonyasaláta 1160 Ft	Majonézes-csemeguborkás kukoricasaláta, csirke nuggets 1095 Ft	Pöréghagmás majonézes burgonyasaláta, baconba tekert csirkemell 1120 Ft	Franciasaláta stevia édesítőszerez, Körözöttel töltött sajttekercek 1395 Ft	 Franciasaláta sonkatekerccsel 1050 Ft 	
FS - Fejes saláta					Kedv.ár: Fejes saláta 440 Ft 370 Ft 	
T1 - Savanyú	Uborkasaláta 240 Ft	Uborkasaláta 240 Ft	Uborkasaláta 240 Ft	Uborkasaláta 240 Ft		
T2 - Savanyú	Tejfölös uborkasaláta 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta 265 Ft		
T3 - Savanyú	Paradicsomsaláta 240 Ft	Paradicsomsaláta 240 Ft	Paradicsomsaláta 240 Ft	Paradicsomsaláta 240 Ft		
T4 - Savanyú	Házi káposztasaláta 220 Ft	Házi káposztasaláta 220 Ft	Házi káposztasaláta 220 Ft	Házi káposztasaláta 220 Ft		



	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
T5 - Savanyú	Ecetes almapaprika 220 Ft	Ecetes almapaprika 220 Ft	Ecetes almapaprika 220 Ft	Ecetes almapaprika 220 Ft		
T6 - Savanyú	Csalamádé 220 Ft	Csalamádé 220 Ft	Csalamádé 220 Ft	Csalamádé 220 Ft		
T7 - Savanyú	Csemegeuborka 240 Ft	Csemegeuborka 240 Ft	Csemegeuborka 240 Ft	Csemegeuborka 240 Ft		
T8 - Savanyú	Kovászos uborka 220 Ft	Kovászos uborka 220 Ft	Kovászos uborka 220 Ft	Kovászos uborka 220 Ft		
VS1 - Savanyúság	Csemegeuborka 18 kcal, 4g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	Csemegeuborka 18 kcal, 4g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	Csemegeuborka 18 kcal, 4g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	Csemegeuborka 18 kcal, 4g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft		
VS2 - Savanyúság	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft		
VS3 - Savanyúság	Tejfölös uborkasaláta* 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 265 Ft		
VS4 - Savanyúság	Csalamádé* 220 Ft	Csalamádé* 220 Ft	Csalamádé* 220 Ft	Csalamádé* 220 Ft		
VS5 - Savanyúság	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 260 Ft	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 260 Ft	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 260 Ft	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 260 Ft		
VG1 - Vegán leves	Vegán sütQtök krémleves pirított tökmaggal* 995 Ft	Vegán lencseleves* 845 Ft	Gombaleves vegán tésztával* 925 Ft 	Narancsos-chilis sárgarépakrém-leves, pirított napraforgómaggal* 940 Ft		
VG2 - Vegán fQétel	Indiai fqszerelésq csicseriborsó ragu rizzsel 1450 Ft	Vegán majorannás zöldbabfQzelék, frankfurt feltéttel* 1495 Ft	Marokkói karfiolcurry kuskusszal* 1395 Ft	Zöldséges vegán natúrfalat paprikás, rizses-köleses fusillival* 1975 Ft		
VG2K - Vegán kis adag	Indiai fqszerelésq csicseriborsó ragu rizzsel 1075 Ft	Vegán majorannás zöldbabfQzelék, frankfurt feltéttel* 1095 Ft	Marokkói karfiolcurry kuskusszal* 1030 Ft	Zöldséges vegán natúrfalat paprikás, rizses-köleses fusillival* 1460 Ft		
VG3 - Vegán fQétel	Vegán schnitzel petrezselymes burgonya* 1960 Ft	Vegán chilis bab steak burgonyával* 1725 Ft	Vegán burger szelet kevert salátával* 2375 Ft	Falafel tallér paradicsomos rizzsel* 1620 Ft		
VG4 - Vegán desszert	Kókusztejbberizs málnaöntettel* 820 Ft	Vegán Twix szelet* 1090 Ft	Vegán körtés-bodzás szelet* 1090 Ft	Vegán citromtorta szelet* 1090 Ft		



CityFood étlap - 2024 - 13. hét

	2024.03.25. - Monday	2024.03.26. - Tuesday	2024.03.27. - Wednesday	2024.03.28. - Thursday	2024.03.29. - Friday	2024.03.30. - Saturday
Z1 - Zero leves	Zellerkrémleves* 850 Ft	Csirkeraguleves kölestésztával 1045 Ft 	ErQleves marhahússal 1245 Ft	Brokkolikrémleves pirított mandulával* 880 Ft		
Z1K - Zero kis leves	Zellerkrémleves* 630 Ft	Csirkeraguleves kölestésztával 775 Ft 	ErQleves marhahússal 920 Ft	Brokkolikrémleves pirított mandulával* 650 Ft		
Z2 - Zero fQétel	Rántott gombafejek paleo panírban, sült zellerhasábokkal* 1820 Ft 	Dijoni mustáros sertésszelet sült paradicsommal, hagymakarikákkal és édesburgonyával 1895 Ft	Bazsalikomos csirkemáj paradicsom-salátával 1630 Ft	Paradicsomos tengergyümölcssei vöröslencse pennével 1975 Ft 		
Z3 - Zero fQétel	Bolognai raguval rakott kukkini növényi feltéttel 1885 Ft	Cukkini karfiolmorzsás sertésraguval töltve, növényi feltéttel 1865 Ft	Vadas marha vöröslencse pennével 1845 Ft 	Rántott sertésborda ropogós kókuszpanírban, sült zellerhasábokkal 2040 Ft		
Z4 - Zero fQétel	Édesburgonyás pulykafasírt grill zöldséggel 1785 Ft	Rántott csirkemáj, almás céklasalátával 1760 Ft	Fokhagymagerezdekkel egybesütött rozmaringos csirkecomb nyári salátával 1765 Ft	Oregánós roston csirkemell, pirított édesburgonya hasábokkal 1725 Ft		
Z5 - Zero desszert	Tápiókapuding sült mangóval* 820 Ft	Mandulatejes, meggyes köleskása* 695 Ft	Feketeribizlis szelet* 1095 Ft	Meggyes-mákos piskótatekercs* 975 Ft		
M - Tartármártás	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft		
SZK1 - Búzakenyér (500g)	Szeletelt búzakenyér 490 Ft	Szeletelt búzakenyér 490 Ft	Szeletelt búzakenyér 490 Ft	Szeletelt búzakenyér 490 Ft		
SZK2 - Teljes kiőrlésq kenyér (500g)	Szeletelt teljes kiőrlésq kenyér 640 Ft	Szeletelt teljes kiőrlésq kenyér 640 Ft	Szeletelt teljes kiőrlésq kenyér 640 Ft	Szeletelt teljes kiőrlésq kenyér 640 Ft		
V - Vekni	Vekni 150 Ft	Vekni 150 Ft	Vekni 150 Ft	Vekni 150 Ft		
FMB - Fitt magvas bagett	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 230 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 230 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 230 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 230 Ft		