



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
NK1 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhetQ		Fejtett bableves (tejfölös)* 1030 Ft	Fejtett bableves (tejfölös)* 1030 Ft	Fejtett bableves (tejfölös)* 1030 Ft	Fejtett bableves (tejfölös)* 1030 Ft	
ZNK1 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhetQ		Fejtett bableves* 720 Ft	Fejtett bableves* 720 Ft	Fejtett bableves* 720 Ft	Fejtett bableves* 720 Ft	
NK2 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhetQ		Tejszínes meggyleves* 830 Ft	Tejszínes meggyleves* 830 Ft	Tejszínes meggyleves* 830 Ft	Tejszínes meggyleves* 830 Ft	
ZNK2 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhetQ		Tejszínes meggyleves* 580 Ft	Tejszínes meggyleves* 580 Ft	Tejszínes meggyleves* 580 Ft	Tejszínes meggyleves* 580 Ft	
NK3 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ		Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1765 Ft	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1765 Ft	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1765 Ft	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1765 Ft	
ZNK3 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ		Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1235 Ft	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1235 Ft	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1235 Ft	Baconos, krémsajtos-jalapenoval töltött csirkemell, Basmati rizs csipQs 1235 Ft	
NK4 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ		Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1820 Ft 	Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1820 Ft 	Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1820 Ft 	Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1820 Ft 	
ZNK4 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ		Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1275 Ft 	Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1275 Ft 	Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1275 Ft 	Rántott szelet favágó módra (f.hagyma, gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1275 Ft 	
NK5 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ		Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1975 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1975 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1975 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1975 Ft	
ZNK5 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ		Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1390 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1390 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1390 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1390 Ft	
NK6 - City SLÁGER Desszert 12-ig rendelhetQ		Madártej* 595 Ft 	Madártej* 595 Ft 	Madártej* 595 Ft 	Madártej* 595 Ft 	
A - Leves (6 dl)		Babgulyás 1195 Ft	Húsleves cércnametéllel 955 Ft	Tárkonyos-tejszínes húsgaluska leves 1050 Ft 	Borjúragu leves 1250 Ft	Zöldborsós csirkeragu leves 975 Ft
ZA - Leves (3-3,5 dl kis adag)		Babgulyás 835 Ft	Húsleves cércnametéllel 670 Ft	Tárkonyos-tejszínes húsgaluska leves 735 Ft 	Borjúragu leves 875 Ft	Zöldborsós csirkeragu leves 685 Ft



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
B - Leves (6 dl)		Francia hagymaleves* 895 Ft	Sajtleves, pirított zsemlekockák* 895 Ft	Kapros karfiolleves* 925 Ft	Tejfölös zöldbableves* 875 Ft	
ZB - Leves (3-3,5 dl kis adag)		Francia hagymaleves* 625 Ft	Sajtleves, pirított zsemlekockák* 625 Ft	Kapros karfiolleves* 645 Ft	Tejfölös zöldbableves* 620 Ft	
C - Leves (6 dl)		Joghurtos málnakrémleves* 995 Ft	Tejszínes feketeszeder leves* 1035 Ft	Trópusi gyümölcsleves* 965 Ft	Fahéjas szilvaleves* 945 Ft	
ZC - Leves (3-3,5 dl kis adag)		Joghurtos málnakrémleves* 695 Ft	Tejszínes feketeszeder leves* 725 Ft	Trópusi gyümölcsleves* 675 Ft	Fahéjas szilvaleves* 660 Ft	
CF1 - City-Fitt		Szezámagos csirkefalatok fitt panírban, Amerikai káposztasaláta 937 kcal, 98g szénh., 56g fehérje, 46g zsír 1795 Ft	Argentín csirkesteak, Karfiolos-tejszínes burgonyapüré 645 kcal, 50g szénh., 53g fehérje, 25g zsír 1740 Ft	Fitt csirkemellpaprikás, durumtésztával 666 kcal, 92g szénh., 49g fehérje, 11g zsír 1520 Ft	Fqszeres tejfölben sült pulykamell, Rizses zöldség 661 kcal, 55g szénh., 44g fehérje, 29g zsír 1755 Ft	Sáfrányos zöldséges bulgur fqszeres csikefalatokkal 675 kcal, 109g szénh., 51g fehérje, 7g zsír 1645 Ft 
ZCF1 - City-Fitt (kis adag)		Szezámagos csirkefalatok fitt panírban, Amerikai káposztasaláta 561 kcal, 59g szénh., 33g fehérje, 28g zsír 1255 Ft	Argentín csirkesteak, Karfiolos-tejszínes burgonyapüré 387 kcal, 29g szénh., 31g fehérje, 14g zsír 1220 Ft	Fitt csirkemellpaprikás durumtésztával 399 kcal, 55g szénh., 29g fehérje, 6g zsír 1065 Ft	Fqszeres tejfölben sült pulykamell, Rizses zöldség 396 kcal, 33g szénh., 26g fehérje, 17g zsír 1230 Ft	Sáfrányos zöldséges bulgur fqszeres csirkefalatokkal 405 kcal, 65g szénh., 31g fehérje, 4g zsír 1150 Ft 
CF2 - City-Fitt		Grillezett csirkemell zöldborsós cheddar sajtos bulgurral 897 kcal, 99g szénh., 60g fehérje, 30g zsír 1630 Ft	Kemencés sertésjava, Sváb tepsis káposzta 665 kcal, 51g szénh., 38g fehérje, 32g zsír 1595 Ft	Pirított csirkecsíkok, fokhagymás, zöldséges tepsis burgonyával 552 kcal, 71g szénh., 43g fehérje, 9g zsír 1665 Ft	Baconos pórés zöldséges csirkemell kuszkuszágyon 966 kcal, 119g szénh., 50g fehérje, 31g zsír 1620 Ft	
ZCF2 - City-Fitt (kis adag)		Grillezett csirkemell zöldborsós cheddar sajtos bulgurral 537 kcal, 59g szénh., 36g fehérje, 18g zsír 1140 Ft	Kemencés sertésjava, Sváb tepsis káposzta 399 kcal, 30g szénh., 22g fehérje, 19g zsír 1120 Ft	Pirított csirkecsíkok, fokhagymás, zöldséges tepsis burgonyával 330 kcal, 42g szénh., 26g fehérje, 5g zsír 1165 Ft	Baconos pórés zöldséges csirkemell kuszkuszágyon 579 kcal, 71g szénh., 30g fehérje, 19g zsír 1135 Ft	
D1 - Főzelék		LencsefQzelék* 1070 Ft	Majorannás burgonyafQzelék* 1120 Ft	Magyaros zöldborsófQzelék* 1120 Ft	ParajfQzelék* 1020 Ft	
ZD1 - Főzelék (kis adag)		LencsefQzelék* 750 Ft	Majorannás burgonyafQzelék* 785 Ft	Magyaros zöldborsó fQzelék* 785 Ft	ParajfQzelék* 720 Ft	
D2 - Főzelék feltéttel		LencsefQzelék, sült virsli 1550 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, sertéspörkölt 1575 Ft	Magyaros zöldborsófQzelék, fasírt 1595 Ft	ParajfQzelék, fQtt tojás* 1375 Ft	
ZD2 - FQzelék (zóna adag)		LencsefQzelék, sült virsli 1085 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, sertéspörkölt 1095 Ft	Magyaros zöldborsó fQzelék, fasírt 1095 Ft	ParajfQzelék, fQtt tojás* 960 Ft	
D3 - Főzelék feltéttel		LencsefQzelék, Egybe fasírt 1555 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, csirke nuggets 1485 Ft	Magyaros zöldborsófQzelék, sült virsli 1595 Ft	ParajfQzelék, bundás kenyér* 1295 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
ZD3 - FQzelék (zóna adag)		LencsefQzelék, Egybe fasírt 1090 Ft	Majorannás burgonyafQzelék, csirke nuggets 1040 Ft	Magyaros zöldborsó fQzelék, sült virsli 1120 Ft	ParajfQzelék, bundás kenyér* 895 Ft	
E1 - Rántott		Pulykamell mogyoró bundában, jázmin rizs 1695 Ft	Betyáros csirkemell (pritamin papr., sajt, bacon), zöldséges rizs 1760 Ft	Kapros juhtúróval töltött rántott jércemell, jázmin rizs 1780 Ft	Barackkal töltött pulykamell mandulás bundában, kukoricás rizs 1820 Ft	Rántott csirkemell baconos juhtúróval töltve, jázmin rizs 1820 Ft
ZE1 - Rántott (kis adag)		Pulykamell mogyoró bundában, jázmin rizs 1195 Ft	Betyáros csirkemell (pritamin papr., sajt, bacon), zöldséges rizs 1230 Ft	Kapros juhtúróval töltött rántott jércemell, jázmin rizs 1245 Ft	Barackkal töltött pulykamell mandulás bundában, kukoricás rizs 1275 Ft	Rántott csirkemell baconos juhtúróval töltve, jázmin rizs 1275 Ft
E2 - Rántott		Pulykamell mogyoró bundában, kukoricás házi burgonyapüré 1865 Ft 	Betyáros csirkemell (pritamin papr., sajt, bacon), vegyes köret 1895 Ft	Kapros juhtúróval töltött rántott jércemell, wok zöldségkeverék 1995 Ft	Barackkal töltött pulykamell mandulás bundában, burgonyapüré 1895 Ft	
ZE2 - Rántott (kis adag)		Pulykamell mogyoró bundában, kukoricás házi burgonyapüré 1295 Ft 	Betyáros csirkemell (pritamin papr., sajt, bacon), vegyes köret 1330 Ft	Kapros juhtúróval töltött rántott jércemell, wok zöldségkeverék 1395 Ft	Barackkal töltött pulykamell mandulás bundában, burgonyapüré 1330 Ft	
E3 - Rántott		Csirkemell hagymás bundában, jázmin rizs 1595 Ft	Füstölt sajttal töltött csirkemell, rizi-bizi 1865 Ft	Rántott tengeri hal, petrezselymes burgonya 1795 Ft	Párizsi sertésborda, rizi-bizi 1675 Ft	
ZE3 - Rántott (kis adag)		Csirkemell hagymás bundában, jázmin rizs 1020 Ft	Füstölt sajttal töltött csirkemell, rizi-bizi 1295 Ft	Rántott tengeri hal, petrezselymes burgonya 1255 Ft	Párizsi sertésborda, rizi-bizi 1175 Ft	
E4 - Rántott		Csirkemell hagymás bundában, burgonyapüré 1695 Ft	Füstölt sajttal töltött csirkemell, párolt zöldségköret 1890 Ft	Rántott tengeri hal, jázmin rizs, tartármártás 1850 Ft	Párizsi sertésborda, petrezselymes burgonya 1630 Ft	
ZE4 - Rántott (kis adag)		Csirkemell hagymás bundában, burgonyapüré 1190 Ft	Füstölt sajttal töltött csirkemell, párolt zöldségköret 1325 Ft	Rántott tengeri hal, jázmin rizs, tartármártás 1295 Ft	Párizsi sertésborda, petrezselymes burgonya 1140 Ft	
RV - Rántott Vega		Rántott mozzarella, jázmin rizs, tartármártás, tartármártás* 1695 Ft	Rántott camembert, burgonyakrokett, áfonyaöntet, áfonya öntet* 2165 Ft	Sajttal töltött rántott palacsinta, tejszínes gombamártás* 1770 Ft 	Rántott vegyes zöldség (gomba, karfiol, brokkoli), petrezselymes burgonya, tartármártás* 1745 Ft 	
ZRV - Rántott vega (kis adag)		Rántott mozzarella, jázmin rizs, tartármártás* 1190 Ft	Rántott camembert, burgonyakrokett, áfonyaöntet, áfonya öntet* 1520 Ft	Sajttal töltött rántott palacsinta, tejszínes gombamártás* 1240 Ft 	Rántott vegyes zöldség (gomba, brokkoli, karfiol), petrezselymes burgonya, tartármártás* 1220 Ft 	
VAD - Vadvilág		Bácskai rizseshús (szarvasból) 1895 Ft 	Szarvas paprikás galuska 1980 Ft 	Vaddisznógerinc meggymártással, házi burgonyapürével 2160 Ft	Vaddisznóborda Vadász módra vegyes köret 2295 Ft  	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
ZVAD - Vadvilág (kis adag)		Bácskai rizseshús (szarvasból) 1325 Ft 	Szarvas paprikás galuska 1385 Ft 	Vaddisznógerinc meggymártással, házi burgonyapürével 1495 Ft	Vaddisznóborda Vadász módra vegyes köret, vegyes köret 1595 Ft  	
W3 - Halak		Halrudacsák rántva, kukoricás rizs 1890 Ft 	Afrikai harcsa brassói módra 1985 Ft	Harcsapaprikás, túrós csusza 2095 Ft 	Harcsa halászlé 1295 Ft	
ZW3 - Halak (kis adag)		Halrudacsák rántva, kukoricás rizs 1325 Ft 	Afrikai harcsa brassói módra 1390 Ft	Harcsapaprikás, túrós csusza 1475 Ft 	Harcsa halászlé 895 Ft	
TP - Tortilla és pita		Görögös tortilla csirkéből tzatzikivel, tzatziki öntet 1965 Ft	Csirkehúsos burrito 1895 Ft	Csirkés mexikói tortilla 1820 Ft	Tejfölös-sonkás quesadilla jalapenoval 1795 Ft	
F - FQétel		Magyaros rakott kel gazdagon tejjel 1795 Ft	Csirkepörkölt (combból), galuska 1540 Ft	Vadas húsgombóc, spagetti 1535 Ft	Hawaii csirkemell, jázmin rizs 1720 Ft	
ZF - FQétel (kis adag)		Magyaros rakott kel gazdagon tejjel 1255 Ft	Csirkepörkölt (combból), galuska 1080 Ft	Vadas húsgombóc, spagetti 1075 Ft	Hawaii csirkemell, jázmin rizs 1195 Ft	
G - FQétel		Vadas marha, tészta köret 1760 Ft	Tanyasi sertésborda (bacon, gomba, cs.máj, zöldborsó), tarhonya 1725 Ft 	Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya 1725 Ft	Bakonyi pulykatokány, galuska 1545 Ft 	Hagymás rostélyos, petrezselymes burgonya 1985 Ft
ZG - FQétel (kis adag)		Vadas marha, tészta köret 1230 Ft	Tanyasi sertésborda (bacon, gomba, cs.máj, zöldborsó), tarhonya 1195 Ft 	Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya 1195 Ft	Bakonyi pulykatokány, galuska 1080 Ft 	Hagymás rostélyos, petrezselymes burgonya 1390 Ft
H - FQétel		Házi rakott burgonya City Food módra 1945 Ft 	Orosházi tarhonyás csirke 1525 Ft	Túrós derelye, tejfölmártás* 1585 Ft	Mákos guba* 1495 Ft	Szilvalekváros derelye* 1585 Ft
ZH - FQétel (kis adag)		Házi rakott burgonya City Food módra 1360 Ft 	Orosházi tarhonyás csirke 1065 Ft	Túrós derelye, tejfölmártás* 1095 Ft	Mákos guba* 1055 Ft	Szilvalekváros derelye* 1095 Ft
I - FQétel		Bakonyi göngyölt sertésszelet (gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1690 Ft 	Paradicsomos húsgombóc, vajas burgonya 1645 Ft	Csibe brassói 1665 Ft	Csirkemell paprikás, vajas galuska 1575 Ft	
ZI - FQétel (kis adag)		Bakonyi göngyölt sertésszelet (gomba, sonka, sajt), jázmin rizs 1185 Ft 	Paradicsomos húsgombóc, vajas burgonya 1150 Ft	Csibe brassói 1165 Ft	Csirkemell paprikás, vajas galuska 1095 Ft	
J - FQétel		Házi túrógombóc vaníliásodóval mandulaforgácsban* 1665 Ft	Káposztás tészta* 1295 Ft	Mézes-gyömbéres csirkecomb zöldséges rizzsel 1690 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1555 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
ZJ - FQétel (kis adag)		Házi túrógombóc vaníliásodóval mandulaforgácsban* 1165 Ft	Káposztás tészta* 920 Ft	Mézes-gyömbéres csirkecomb zöldséges rizzsel 1185 Ft	Húsos tészta reszelt sajttal 1090 Ft	
Y - City ajánlat		Baconos vaslapon sült csirkemell, héjas steak burgonya 1895 Ft	Disznótoros (hurka, kolbász) törtburgonya, pár.káposzta 1895 Ft	Kacsamájjal töltött csirkemellfilé tejfölös friss lecsós galuska 1995 Ft	Lacipecsenye, baconos tepsisburgonya 1950 Ft	
TA - Takarékos fQétel		Tarhonyáshús 1370 Ft	Bolognai spagetti 1420 Ft	Sertéspaprikás, galuska 1440 Ft	Tejszínes-zöldborsós csirkés penne 1325 Ft Új	
LAK - Laktózmentes		Roston csirkemellfilé lapcsánkával fokhagymás tejföllel 1720 Ft Új	Mátrai borzaska tepsis burgonya (LM) 1875 Ft	Székelykáposzta csirkemellbQL (LM) 1720 Ft Új	Házi fasírtgolyók snidlinges burgonyapürével 1995 Ft Új	
ZLAK - Laktózmentes (kis adag)		Roston csirkemellfilé lapcsánkával fokhagymás tejföllel 1120 Ft Új	Mátrai borzaska tepsis burgonya (LM) 1320 Ft	Székelykáposzta csirkemellbQL (LM) 1220 Ft Új	Házi fasírtgolyók snidlinges burgonyapürével 1395 Ft Új	
CM - CityMenü (Fél adag leves + fél adag fQétel)		Csontleves cérnametéllel, Sertés cordon bleu, rizi-bizi 1395 Ft Új	Tojásleves, Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya 1245 Ft Új	Minestrone leves, Bakonyi sertéstokány, galuska 1255 Ft Új	Jókai bableves, Nagyí túrós palacsintája 1390 Ft Új	
TM - Takarékos Zóna menü - egész hétre		Zöldségleves, Tarhonyáshús 1395 Ft	Zöldborsóleves csipetkével, Bolognai spagetti 1420 Ft	Csontleves kis kockatésztával, Sertéspaprikás, galuska 1425 Ft	Fahéjas almaleves, Tejszínes-zöldborsós csirkés penne 1540 Ft Új	
M1 - Menü1 - egész hétre		Francia hagymaleves, Tarhonyáshús 1895 Ft	Sajtleves, pirított zsemlekockák, Bolognai spagetti 1970 Ft	Kapros karfiolleves, Sertéspaprikás, galuska 2035 Ft	Tejfölös zöldbableves, Tejszínes-zöldborsós csirkés penne 1885 Ft Új	
X - Citymix (2xfél adag)		Vadas marha, tészta köret, Túrós pite 1795 Ft	Csirkepörkölt (comból), galuska, Somlói galuska 1655 Ft	Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya, Túrós derelye, tejfölmártás 1645 Ft	Csirkemell paprikás, galuska, Kókusz kocka 1670 Ft	
ZM - Zóna menü		Babgulyás, Házi túrógombóc vaníliásodóval mandulaforgácsban 1895 Ft	Húsleves cérnametéllel, Káposztás tészta 1495 Ft	Kapros karfiolleves, Sertéspaprikás, galuska 1675 Ft	Fahéjas szilvaleves, Húsos tészta reszelt sajttal 1660 Ft	Zöldborsós csirkeragu leves, Szilvalekváros derelye 1690 Ft
L - Palacsinta (2db)		Gundel palacsinta* 920 Ft	Meggyes palacsinta, csokoládéöntet* 875 Ft	Csokis palacsinta* 780 Ft	Túrós palacsinta eperöntettel* 925 Ft	
N1 - Desszert		Csokis marlenka 920 Ft	Barackos gyümölcsrizs 690 Ft	Barackos vanília puding 620 Ft	Kókusz kocka 895 Ft	Puncstorta szelet 890 Ft
N2 - Desszert		Túrós pite 925 Ft	Somlói galuska 895 Ft	Meggyes lepény 940 Ft	Milky way szelet 920 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
V1 - Levesek		Marhahúsleves zöldségekkel gazdagon 210 kcal, 13g szénh., 22g fehérje, 7g zsír 1095 Ft	Könnyű narancsos meggyleves stevia édesítQszerrel* 234 kcal, 74g szénh., 3g fehérje, 4g zsír 970 Ft	Fitt májgaluska leves 219 kcal, 28g szénh., 14g fehérje, 5g zsír 820 Ft	Húsleves sovány pulykamellbQl 252 kcal, 18g szénh., 33g fehérje, 4g zsír 1095 Ft	
ZV1 - Levesek (kis adag)		Marhahúsleves zöldségekkel gazdagon 141 kcal, 8g szénh., 14g fehérje, 4g zsír 795 Ft	Könnyű narancsos meggyleves stevia édesítQszerrel* 156 kcal, 50g szénh., 2g fehérje, 2g zsír 720 Ft	Fitt májgaluska leves 147 kcal, 19g szénh., 10g fehérje, 3g zsír 595 Ft	Húsleves sovány pulykamellbQl 168 kcal, 12g szénh., 21g fehérje, 2g zsír 795 Ft	
V2 - Levesek		Sajtos fokhagyma krémleves* 349 kcal, 22g szénh., 19g fehérje, 20g zsír 995 Ft	Korhelyleves (light) 571 kcal, 19g szénh., 28g fehérje, 42g zsír 1050 Ft U	Sáfrányos csontleves burgonyagombóccal 290 kcal, 36g szénh., 16g fehérje, 8g zsír 930 Ft U	SütQtök krémleves pírított tökmaggal 448 kcal, 33g szénh., 16g fehérje, 27g zsír 950 Ft U	
ZV2 - Levesek (kis adag)		Sajtos fokhagyma krémleves* 234 kcal, 15g szénh., 13g fehérje, 13g zsír 735 Ft	Korhelyleves (light) 381 kcal, 13g szénh., 19g fehérje, 28g zsír 775 Ft U	Sáfrányos csontleves burgonyagombóccal 290 kcal, 23g szénh., 7g fehérje, 3g zsír 690 Ft U	SütQtök krémleves pírított tökmaggal 300 kcal, 22g szénh., 11g fehérje, 18g zsír 695 Ft U	
V3 - FQzelék		Fitt tejfölös burgonyafQzelék* 378 kcal, 57g szénh., 9g fehérje, 11g zsír 1060 Ft	FinomfQzelék stevia édesítQszerrel* 288 kcal, 43g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 1075 Ft	Fitt spenótfQzelék* 266 kcal, 36g szénh., 15g fehérje, 6g zsír 1035 Ft	Joghurtos zöldbabfQzelék* 198 kcal, 30g szénh., 8g fehérje, 4g zsír 1095 Ft	
V4 - FQzelék		Fitt tejfölös burgonyafQzelék, Vaslapon sült csirkefalatok 554 kcal, 57g szénh., 37g fehérje, 18g zsír 1495 Ft	FinomfQzelék stevia édesítQszerrel, házi cs beropogós 587 kcal, 68g szénh., 54g fehérje, 13g zsír 1570 Ft U	Fitt spenótfQzelék, fQtt tojás* 425 kcal, 38g szénh., 27g fehérje, 17g zsír 1420 Ft	Joghurtos zöldbabfQzelék, Fitt rántott csirkemell 540 kcal, 55g szénh., 41g fehérje, 16g zsír 1535 Ft	
ZV4 - FQzelék (kis adag)		Fitt tejfölös burgonyafQzelék, Vaslapon sült csirkefalatok 369 kcal, 38g szénh., 25g fehérje, 12g zsír 1095 Ft	FinomfQzelék stevia édesítQszerrel, házi cs beropogós 390 kcal, 46g szénh., 36g fehérje, 9g zsír 1160 Ft U	Fitt spenótfQzelék, fQtt tojás* 282 kcal, 25g szénh., 18g fehérje, 11g zsír 1050 Ft	Joghurtos zöldbabfQzelék, Fitt rántott csirkemell 360 kcal, 36g szénh., 28g fehérje, 11g zsír 1135 Ft	
V5 - FQzelék		Fitt tejfölös burgonyafQzelék, fQtt tojás* 542 kcal, 58g szénh., 23g fehérje, 23g zsír 1430 Ft	FinomfQzelék stevia édesítQszerrel, to-jáslepény* 567 kcal, 51g szénh., 31g fehérje, 28g zsír 1490 Ft	Fitt spenótfQzelék, fasírt (light) 684 kcal, 66g szénh., 52g fehérje, 21g zsír 1485 Ft	Joghurtos zöldbabfQzelék, sült virsli 495 kcal, 30g szénh., 19g fehérje, 32g zsír 1420 Ft	
V6 - FQételek		Csirke gyros, török bulgurral, tzazikivel, tzatziki öntet 754 kcal, 93g szénh., 55g fehérje, 21g zsír 1640 Ft	Könnyű bakonyi húsos palacsinta (gomba, csirkemell, paprikás mártás) 651 kcal, 63g szénh., 49g fehérje, 21g zsír 1675 Ft U	Tagliatelle indiai currys mártásban csirke-hússal 539 kcal, 52g szénh., 45g fehérje, 16g zsír 1620 Ft	Milánói spagetti (light) 693 kcal, 68g szénh., 42g fehérje, 27g zsír 1695 Ft U	
V7 - FQételek		Szqzermék párizsiasan, petrezselymes burgonyával, grill zöldségekkel 619 kcal, 63g szénh., 42g fehérje, 19g zsír 1995 Ft	Afrikai harcsaszeletek párizsi bundában, gombás, petrezselymes rizs 662 kcal, 69g szénh., 51g fehérje, 19g zsír 1945 Ft U	Diós bundában sült csirkefalatok, Amerikai káposztasaláta stevia édesítQszerrel 797 kcal, 68g szénh., 51g fehérje, 47g zsír 1795 Ft	CsípQs chilis pácolt csirkecomb filé zabpelyhes panírban, vajon párolt zöldségmix 737 kcal, 47g szénh., 60g fehérje, 32g zsír 1795 Ft	
ZV7 - FQételek (kis adag)		Szqzermék párizsiasan, petrezselymes burgonyával, grill zöldségekkel 414 kcal, 42g szénh., 28g fehérje, 13g zsír 1475 Ft	Afrikai harcsaszeletek párizsi bundában, gombás, petrezselymes rizs 444 kcal, 50g szénh., 34g fehérje, 12g zsír 1440 Ft U	Diós bundában sült csirkefalatok, Amerikai káposztasaláta stevia édesítQszerrel 531 kcal, 45g szénh., 34g fehérje, 31g zsír 1330 Ft	CsípQs chilis pácolt csirkecomb filé zabpelyhes panírban, vajon párolt zöldségmix 492 kcal, 32g szénh., 40g fehérje, 21g zsír 1325 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
V8 - FQételek		Grillezett mozzarella, friss zöldségekkel, fokhagymás joghurt öntet* 483 kcal, 34g szénh., 29g fehérje, 25g zsír 1895 Ft 	Erdélyi rakott káposzta csirkehússal 679 kcal, 62g szénh., 49g fehérje, 24g zsír 1740 Ft 	Gyros tál (csirke, burgonya, saláta, joghurt) 555 kcal, 54g szénh., 49g fehérje, 15g zsír 1835 Ft	Vaslapon sült csirkemellfilé, karfiol lengyelesen 380 kcal, 27g szénh., 36g fehérje, 13g zsír 1575 Ft	
V9 - FQételek		Medve sajttal töltött csirkemell zabkorpás bundában rizses zöldséggel 876 kcal, 90g szénh., 52g fehérje, 33g zsír 1930 Ft 	Grill csirkemell sajtos rizzsel, paradicsommal 862 kcal, 129g szénh., 56g fehérje, 15g zsír 1695 Ft	Csirkés-sajtos lasagne (fitt) 785 kcal, 77g szénh., 47g fehérje, 31g zsír 1590 Ft	Grill csirkecomb, tzatziki saláta 587 kcal, 21g szénh., 56g fehérje, 28g zsír 1775 Ft	
ZV9 - FQételek (kis adag)		Medve sajttal töltött csirkemell zabkorpás bundában rizses zöldséggel 585 kcal, 60g szénh., 35g fehérje, 22g zsír 1430 Ft 	Grill csirkemell sajtos rizzsel, paradicsommal 576 kcal, 86g szénh., 37g fehérje, 10g zsír 1255 Ft	Csirkés-sajtos lasagne (fitt) 522 kcal, 51g szénh., 31g fehérje, 21g zsír 1175 Ft	Grill csirkecomb, tzatziki saláta 288 kcal, 9g szénh., 35g fehérje, 12g zsír 1320 Ft	
V10 - Főételek		Texasi csirkecomb gombás tojásos bulgurral 782 kcal, 84g szénh., 72g fehérje, 20g zsír 1635 Ft 	Kentucky csirkecomb, Tojásos franciasaláta stevia édesítőszerrel 798 kcal, 53g szénh., 63g fehérje, 40g zsír 1975 Ft	Csirkecomb csQben sült karfiollal 649 kcal, 38g szénh., 68g fehérje, 24g zsír 1695 Ft	Muszaka (fitt) 683 kcal, 69g szénh., 43g fehérje, 23g zsír 1885 Ft	
ZV10 - FQételek (kis adag)		Texasi csirkecomb gombás tojásos bulgurral 522 kcal, 56g szénh., 48g fehérje, 13g zsír 1195 Ft 	Kentucky csirkecomb, Tojásos franciasaláta stevia édesítőszerrel 531 kcal, 35g szénh., 42g fehérje, 26g zsír 1460 Ft	Csirkecomb csQben sült karfiollal 423 kcal, 24g szénh., 44g fehérje, 15g zsír 1255 Ft	Muszaka (fitt) 456 kcal, 46g szénh., 28g fehérje, 15g zsír 1395 Ft	
V11 - FQételek		Juhtúrós burgonya tepsiben sütve* 671 kcal, 67g szénh., 29g fehérje, 30g zsír 1555 Ft	Szárnys rakott kel (fitt) 700 kcal, 62g szénh., 53g fehérje, 24g zsír 1740 Ft	Mangalicás töltött káposzta 784 kcal, 61g szénh., 49g fehérje, 36g zsír 1735 Ft	Zöldséges szárnyashús rizottó 662 kcal, 72g szénh., 60g fehérje, 14g zsír 1635 Ft 	
V12 - FQételek		Joghurtos csirkemell, sült gombával, basmati rizzsel 604 kcal, 74g szénh., 49g fehérje, 12g zsír 1755 Ft 	Zöldségekkel töltött csirkecomb, párolt káposzta, petrezselymes burgonya stevia édesítőszerrel 581 kcal, 59g szénh., 59g fehérje, 10g zsír 1650 Ft	Grillezett csirkemell olívás-paradicsomos kuszkusszal 854 kcal, 109g szénh., 55g fehérje, 20g zsír 1695 Ft	Marhapörkölt fQt burgonyával 598 kcal, 62g szénh., 37g fehérje, 21g zsír 1785 Ft	
V13 - FQételek		TQkehal filé tepsis burgonyával 590 kcal, 90g szénh., 47g fehérje, 2g zsír 1930 Ft	Thai pirított marha csíkok tojásos barnarizs 725 kcal, 76g szénh., 46g fehérje, 25g zsír 1835 Ft	Sajtos csirkemell párolt zöldséggel (brokkoli, kukorica, cukkini, s. répa) 641 kcal, 47g szénh., 54g fehérje, 25g zsír 1760 Ft	Parajos csirke, édes burgonyával 542 kcal, 69g szénh., 42g fehérje, 8g zsír 1735 Ft	
V14 - FQételek		Hawaii csirkemell, light burgonyapüré 656 kcal, 60g szénh., 53g fehérje, 22g zsír 1720 Ft	Zöldfűszeres túróval göngyölt csirke joghurtos bulgursalátával 637 kcal, 76g szénh., 53g fehérje, 15g zsír 1695 Ft	Rakott Bigosz (rakott káposzta, aszalt szilvával) 803 kcal, 76g szénh., 46g fehérje, 32g zsír 1840 Ft 	Gombapaprikás kölessel 643 kcal, 99g szénh., 20g fehérje, 17g zsír 1425 Ft 	
V15 - Desszertek		Oroszkrém torta* 151 kcal, 12g szénh., 6g fehérje, 8g zsír 950 Ft	Meggyes pite* 226 kcal, 18g szénh., 7g fehérje, 14g zsír 940 Ft	Kakaós szelet* 247 kcal, 13g szénh., 4g fehérje, 20g zsír 950 Ft	Almás pite* 237 kcal, 19g szénh., 7g fehérje, 14g zsír 940 Ft	
VM - Vítál menü (kis adag leves + kis adag fQétel)		Marhahúsleves zöldségekkel gazdagon, Fitt tejfölös burgonyafQzelék, Vaslapon sült csirkefalatok 510 kcal, 47g szénh., 39g fehérje, 17g zsír 1795 Ft 	Korhelyleves (light), Grill csirkemell sajtos rizzsel, paradicsommal 957 kcal, 98g szénh., 56g fehérje, 38g zsír 1930 Ft 	Fitt májgaluska leves, Diós bundában sült csirkefalatok, Amerikai káposztasaláta stevia édesítőszerrel 678 kcal, 64g szénh., 43g fehérje, 34g zsír 1825 Ft 	SütQtök krémleves pirított tökmaggal, Muszaka (fitt) 756 kcal, 68g szénh., 39g fehérje, 33g zsír 1985 Ft 	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
S1 - Saláta (zóna adag)		Amerikai tésztasaláta 1035 Ft	Cézár saláta, pirított zsemlekocával, cézár öntet 1135 Ft	Majonézes kukoricasaláta, sült csirkemell csíkok 1040 Ft	Krétai saláta (jégsaláta, uborka, paprika, hagyma, oliva, juhsajt)* 1040 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	
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 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítQszerrel 26 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	
VS3 - Savanyúság		Tejfölös uborkasaláta* 82 kcal, 5g szénh., 2g fehérje, 6g zsír 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 82 kcal, 5g szénh., 2g fehérje, 6g zsír 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 82 kcal, 5g szénh., 2g fehérje, 6g zsír 265 Ft	Tejfölös uborkasaláta* 82 kcal, 5g szénh., 2g fehérje, 6g zsír 265 Ft	
VS4 - Savanyúság		Csalamádé 18 kcal, 2g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 220 Ft	Csalamádé 18 kcal, 2g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 220 Ft	Csalamádé 18 kcal, 2g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 220 Ft	Csalamádé 18 kcal, 2g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 220 Ft	
VS5 - Savanyúság		Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 41 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 1g zsír 260 Ft	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 41 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 1g zsír 260 Ft	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 41 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 1g zsír 260 Ft	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál)* 41 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 1g zsír 260 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
VG1 - Vegán leves		Paradicsomleves (VG)* 830 Ft	BrokkolikréMLEves vegán szórással* 895 Ft	Vegán francia hagymaleves* 895 Ft	Rozmaringos édesburgonya krémleves, pirított zsemlekockák* 940 Ft	
VG2 - Vegán fQétel		Hortobágyi vegán tészta* 2195 Ft	Spenótos csicseriborsócurry rizs* 1430 Ft	Vegán spenótos rizses-köleses fusili növényi feltét szórással* 1595 Ft	Vegán lecsó kuskusszal* 1535 Ft	
VG2K - Vegán kis adag		Hortobágyi vegán tészta* 1630 Ft	Spenótos csicseriborsócurry rizs* 1060 Ft	Vegán spenótos rizses-köleses fusili növényi feltét szórással* 1180 Ft	Vegán lecsó kuskusszal* 1135 Ft	
VG3 - Vegán fQétel		Vegán burger szelet sült édesburgonyával* 2770 Ft	Vegán káposztás tészta* 1295 Ft	Borsópörkölt, rizses köleses fusili* 1520 Ft	Somogyi vegán krumplis natúrfalet* 2165 Ft	
VG4 - Vegán desszert		Kókusztejes zabkása eperdarabokkal* 785 Ft	Vegán diós guba* 785 Ft	Kókusztejbegríz, kakaósórassal* 785 Ft	Vegán epetrorta szelet* 1095 Ft 	
Z1 - Zero leves		Karfiolkrémleves csirkecsíkokkal 1155 Ft	Citromos sertésraguleves zöldségekkel gazdagon 1055 Ft 	Vegyes illatos gyümölcsleves* 1150 Ft	Borjúgulyás zöldséggel gazdagon 1320 Ft	
Z1K - Zero kis leves		Karfiolkrémleves csirkecsíkokkal* 855 Ft	Citromos sertésraguleves zöldségekkel gazdagon 780 Ft 	Vegyes illatos gyümölcsleves* 850 Ft	Borjúgulyás zöldséggel gazdagon 975 Ft	
Z2 - Zero fQétel		Paprikacsíkokkal sült csirkemáj kölessel 1445 Ft	ParajfQzelék fQt tojással* 1380 Ft	Saját májával töltött csirkemell párolt bébirépa 1695 Ft	Szaftos marharagu quinoával 1835 Ft	
Z3 - Zero fQétel		Póréhagymás csirkecurry hajdinával 1770 Ft	Mediterrán lecsó paleo rántott csirkemellel 1985 Ft	Szezámagos, zöldfQszeres csirkecsíkok vegyes salátaágyon 1970 Ft	Mangós-currys csirkemell csíkok, édesburgonya hasábokkal 1855 Ft	
Z4 - Zero fQétel		Húsgombócok paradicsomszószban édesburgonya pürével 1885 Ft	Holstein sertésszelet, friss saláta (kinai kel, jégсалáta, paradicsom, uborka, sárgarépa) 1780 Ft	Tengeri hal roston, grillezett zöldségekkel 1895 Ft 	Darált sertéshúsos karfiolrizzsel töltött paprika, paradicsommártás 1930 Ft	
Z5 - Zero desszert		Gyümölcsös tapiókapuding (epres)* 695 Ft	Csokoládés-málnás szelet* 1095 Ft	Epres piskótakercs* 980 Ft	Eszterházy diótorta* 980 Ft	
M - Tartármártás		tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	
SZK1 - Búzákenyér (500g)		Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 14. hét

	2024.04.01. - Monday	2024.04.02. - Tuesday	2024.04.03. - Wednesday	2024.04.04. - Thursday	2024.04.05. - Friday	2024.04.06. - Saturday
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	