



	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
FB1 - Foodbox akció!		Kedv.ár Paprikás csirke fusilli tésztával 1090 Ft 				
NK1 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhetQ	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 995 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 995 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 995 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 995 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 995 Ft 	
ZNK1 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhetQ	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 695 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 695 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 695 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 695 Ft 	Zellerkrémleves szárnyashús galuskával 695 Ft 	
NK2 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhetQ	Lencsegulyás csipetkével 1090 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 1090 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 1090 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 1090 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 1090 Ft 	
ZNK2 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhetQ	Lencsegulyás csipetkével 765 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 765 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 765 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 765 Ft 	Lencsegulyás csipetkével 765 Ft 	
NK3 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1630 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1630 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1630 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1630 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1630 Ft 	
ZNK3 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1140 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1140 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1140 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1140 Ft 	Tejfölös csirkepörkölt szarvacska tészta 1140 Ft 	
NK4 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1830 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1830 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1830 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1830 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1830 Ft 	
ZNK4 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1280 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1280 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1280 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1280 Ft 	Kárpáti pulykamell rizi-bizi 1280 Ft 	
NK5 - City SLÁGER FQétel 12-ig rendelhetQ	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1895 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1895 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1895 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1895 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1895 Ft 	
ZNK5 - City SLÁGER FQétel (kis adag) 12-ig rendelhetQ	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1330 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1330 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1330 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1330 Ft 	Jalapenos sajttal-sonkával töltött borda, steak burgonya csipQs 1330 Ft 	
NK6 - City SLÁGER Desszert 12-ig rendelhetQ	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	
A - Leves (6 dl)	Házi libaleves, lúdgége tésztával 1295 Ft	Nyírségi gombóclevés 1195 Ft	Húsleves gazdagon 940 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 995 Ft	Gulyásleves 1195 Ft	Frankfurti leves 1045 Ft



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
ZA - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Házi libaleves, lúdgége tésztával 920 Ft	Nyírségi gombóclevés 840 Ft	Húsleves gazdagon 660 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 695 Ft	Gulyásleves 835 Ft	Frankfurti leves 730 Ft
B - Leves (6 dl)	Csontleves cérnametélttel 795 Ft	Tejfőlés burgonyaleves pirított baconnel 1020 Ft 	Zöldbaleves* 875 Ft	Minestrone (olasz zöldség) leves* 770 Ft	Magyaros gombaleves* 870 Ft 	
ZB - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Csontleves cérnametélttel 555 Ft	Tejfőlés burgonyaleves pirított baconnel 715 Ft 	Zöldbaleves* 595 Ft	Minestrone (olasz zöldség) leves* 540 Ft	Magyaros gombaleves* 595 Ft 	
C - Leves (6 dl)	Gyümölcsleves* 875 Ft	Hideg meggyleves* 895 Ft	Őszibarack leves* 965 Ft	Erdei gyümölcsleves* 975 Ft	Tejszínes ribizli leves* 835 Ft	
ZC - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Gyümölcsleves* 595 Ft	Hideg meggyleves* 625 Ft	Őszibarack leves* 675 Ft	Erdei gyümölcsleves* 685 Ft	Tejszínes ribizlileves* 585 Ft	
CF1 - City-Fitt	Fqszeres chilis csirkefalatok céklás coleslaw 779 kcal, 67g szénh., 49g fehérje, 36g zsír, csípQs 1720 Ft 	Rokfortos csirkés durumtésztás penne 940 kcal, 100g szénh., 64g fehérje, 31g zsír 1695 Ft	Hagymás rostélyos jázmin rizs, zöldkötet 685 kcal, 88g szénh., 43g fehérje, 18g zsír 1985 Ft	Light erdei gombás szarvasragu durum spagettivel 785 kcal, 73g szénh., 52g fehérje, 33g zsír 1735 Ft 	Császárszalonnás-sajtos rakott brokkoli 733 kcal, 33g szénh., 30g fehérje, 52g zsír 1795 Ft	Vadas marhaszeletek, durumtésztával 761 kcal, 105g szénh., 45g fehérje, 20g zsír 1795 Ft
ZCF1 - City-Fitt (kis adag)	Fqszeres chilis csirkefalatok céklás coleslaw 519 kcal, 45g szénh., 33g fehérje, 24g zsír, csípQs 1195 Ft 	Rokfortos csirkés durumtésztás penne 564 kcal, 60g szénh., 38g fehérje, 18g zsír 1190 Ft	Hagymás rostélyos jázmin rizs, zöldkötet 411 kcal, 53g szénh., 26g fehérje, 11g zsír 1395 Ft	Light erdei gombás szarvasragu durum spagettivel 471 kcal, 44g szénh., 31g fehérje, 20g zsír 1220 Ft 	Császárszalonnás-sajtos rakott brokkoli 441 kcal, 20g szénh., 18g fehérje, 31g zsír 1260 Ft	Vadas marhaszeletek, durumtésztával 456 kcal, 63g szénh., 27g fehérje, 12g zsír 1255 Ft
CF2 - City-Fitt	Mézes-mustáros pulykamelcsíkok tejszínes mártásban, jázmin rizs 1079 kcal, 165g szénh., 55g fehérje, 23g zsír 1695 Ft	Húsos-zöldséges burek tejszínes sajt-mártással 1070 kcal, 47g szénh., 73g fehérje, 66g zsír 1975 Ft 	Rakott kel csirkemellel, sajttal 786 kcal, 70g szénh., 55g fehérje, 29g zsír 1860 Ft	Nagyi light túrógombóca házi meggyöntet-tel* 530 kcal, 110g szénh., 34g fehérje, 16g zsír 1695 Ft	Kemencés csirkecomb pikáns szósszal, zöldkötet 446 kcal, 29g szénh., 56g fehérje, 12g zsír 1695 Ft	
ZCF2 - City-Fitt (kis adag)	Mézes-mustáros pulykamelcsíkok tejszínes mártásban, jázmin rizs 648 kcal, 99g szénh., 33g fehérje, 14g zsír 1190 Ft	Húsos-zöldséges burek tejszínes sajt-mártással 714 kcal, 31g szénh., 48g fehérje, 44g zsír 1385 Ft 	Rakott kel csirkemellel, sajttal 471 kcal, 42g szénh., 33g fehérje, 18g zsír 1295 Ft	Nagyi light túrógombóca házi meggyöntet-tel* 318 kcal, 66g szénh., 20g fehérje, 9g zsír 1190 Ft	Kemencés csirkecomb pikáns szósszal, zöldkötet 267 kcal, 17g szénh., 34g fehérje, 7g zsír 1195 Ft	
D1 - Főzelék	TökfQzelék* 1145 Ft	Sárgaborsó fQzelék 945 Ft	Tejfőlés burgonyafQzelék* 1095 Ft	LencsefQzelék* 1070 Ft	Tejfőlés babfQzelék* 1120 Ft	
ZD1 - Főzelék (kis adag)	TökfQzelék* 795 Ft	SárgaborsófQzelék 660 Ft	Tejfőlés burgonyafQzelék* 765 Ft	LencsefQzelék* 750 Ft	Tejfőlés babfQzelék* 785 Ft	
D2 - Főzelék feltéttel	TökfQzelék, sült virsli 1635 Ft	Sárgaborsó fQzelék, virslipörkölt 1395 Ft	Tejfőlés burgonyafQzelék, sertéspörkölt 1580 Ft	LencsefQzelék, Egybe fasírt 1555 Ft	Tejfőlés babfQzelék, Rántott párizsi 1745 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
ZD2 - FQzelék (zóna adag)	TökfQzelék, sült virsli 1145 Ft	SárgaborsófQzelék, virslipörkölt 975 Ft	Tejfölös burgonyafQzelék, sertéspörkölt 1095 Ft	LencsefQzelék, Egybe fasírt 1090 Ft	Tejfölös babfQzelék, Rántott párizsi 1220 Ft	
D3 - Főzelék feltéttel	TökfQzelék, fasírt 1650 Ft	Sárgaborsó fQzelék, sült debreceni 1495 Ft	Tejfölös burgonyafQzelék, kemencés csirkemell 1665 Ft	LencsefQzelék, füstölt pulykacomb 1665 Ft	Tejfölös babfQzelék, marhapörkölt 1735 Ft	
ZD3 - FQzelék (zóna adag)	TökfQzelék, fasírt 1155 Ft	SárgaborsófQzelék, sült debreceni 1045 Ft	Tejfölös burgonyafQzelék, kemencés csirkemell 1165 Ft	LencsefQzelék, füstölt pulykacomb 1165 Ft	Tejfölös babfQzelék, marhapörkölt 1195 Ft	
E1 - Rántott	Juhtúróval töltött jércemell rántva, hasáb-burgonya 1925 Ft	Párizsi jércemell, rizi-bizi 1640 Ft	Milánóival sajttal töltött sertésborda rántva, jázmin rizs 1760 Ft 	Rántott mozzarella, jázmin rizs, tartár-mártás* 1695 Ft	Pulykamell zöldséges párizsi bundában, párolt zöldségköret 1795 Ft	Majorannás rántott csirkemell filé, rizi-bizi 1640 Ft
ZE1 - Rántott (kis adag)	Juhtúróval töltött jércemell rántva, hasáb-burgonya 1350 Ft	Párizsi jércemell, rizi-bizi 1150 Ft	Milánóival sajttal töltött sertésborda rántva, jázmin rizs 1230 Ft 	Rántott mozzarella, jázmin rizs, tartár-mártás* 1190 Ft	Pulykamell zöldséges párizsi bundában, párolt zöldségköret 1255 Ft	Majorannás rántott csirkemell filé, rizi-bizi 1150 Ft
E2 - Rántott	Juhtúróval töltött jércemell rántva, jázmin rizs 1765 Ft	Párizsi jércemell, petrezselymes burgonya 1575 Ft	Milánóival sajttal töltött sertésborda rántva, hasábburgonya 1945 Ft 	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1695 Ft	Pulykamell zöldséges párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1695 Ft	
ZE2 - Rántott (kis adag)	Juhtúróval töltött jércemell rántva, jázmin rizs 1235 Ft	Párizsi jércemell, petrezselymes burgonya 1095 Ft	Milánóival sajttal töltött sertésborda rántva, hasábburgonya 1360 Ft 	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1190 Ft	Pulykamell zöldséges párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1190 Ft	
E3 - Rántott	Rántott harcsa, tepsis burgonya 2030 Ft	Mátrai betyár batyu, jázmin rizs, tartár-mártás 1845 Ft	Rántott csirkemell, Tejszínes gombás spagetti 1760 Ft 	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, petrezselymes burgonya 1760 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1670 Ft	
ZE3 - Rántott (kis adag)	Rántott harcsa, tepsis burgonya 1420 Ft	Mátrai betyár batyu, jázmin rizs, tartár-mártás 1290 Ft	Rántott csirkemell, Tejszínes gombás spagetti 1230 Ft 	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, petrezselymes burgonya 1230 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1170 Ft	
E4 - Rántott	Rántott harcsa, kukoricás rizs 1925 Ft	Mátrai betyár batyu, petrezselymes burgonya 1795 Ft	Rántott csirkemell, kukoricás rizs 1680 Ft	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, rizi-bizi 1830 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1630 Ft	
ZE4 - Rántott (kis adag)	Rántott harcsa, kukoricás rizs 1350 Ft	Mátrai betyár batyu, petrezselymes burgonya 1255 Ft	Rántott csirkemell, kukoricás rizs 1175 Ft	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, rizi-bizi 1280 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1140 Ft	
RV - Rántott Vega	Füstölt sajt rántva, kukoricás rizs, tartár-mártás* 1720 Ft	Rántott vegyes zöldség (gomba, brokkoli, karfiol), petrezselymes burgonya, tartár-mártás* 1620 Ft 	Rántott camambert diós bundában, jázmin rizs* 1840 Ft	Rántott sajt tál (mozzarella, trappista, füstölt sajt), rizi-bizi, tartármártás* 1795 Ft	Rántott brokkoli szeszámmagos bundában, jázmin rizs, tartármártás* 1595 Ft	

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
ZRV - Rántott vega (kis adag)	Füstölt sajt rántva, kukoricás rizs, tartár-mártás* 1220 Ft	Rántott vegyes zöldség (gomba, brokkoli, karfiol), petrezselymes burgonya, tartár-mártás* 1135 Ft 	Rántott camambert diós bundában, jázmin rizs* 1290 Ft	Rántott sajt tál (mozzarella, trappista, füstölt sajt), rizi-bizi, tartármártás* 1255 Ft	Rántott brokkoli szezámmagos bundában, jázmin rizs, tartármártás* 1095 Ft	
VAD - Vadvilág	Szarvas fasírt golyók hagymás tört burgonya 1760 Ft 	Szarvaspörkölt galuskával 1890 Ft	Vaddisznó chili con carne csípQs 1780 Ft	Kemencében sült szarvascomb áfonyamártással, mogoróburgonyával 2095 Ft	Szarvas stroganoff jázmin rizzsel 1965 Ft 	
ZVAD - Vadvilág (kis adag)	Szarvas fasírt golyók hagymás tört burgonya 1230 Ft 	Szarvaspörkölt galuskával 1325 Ft	Vaddisznó chili con carne csípQs 1245 Ft	Kemencében sült szarvascomb áfonyamártással, mogoróburgonyával 1470 Ft	Szarvas stroganoff jázmin rizzsel 1375 Ft 	
W3 - Halak	Hekk rántva, jázmin rizs, tartármártás 1895 Ft	Bakonyi harcsafilé, galuska 1645 Ft 	Pankó morzsában rántott harcsa, rizi bizi 2035 Ft	Chilis fqszeres rántott harcsa amerikai káposzta saláta csípQs 1890 Ft	Rántott tengeri hal, diós bundában, jázmin rizs 1760 Ft	
ZW3 - Halak (kis adag)	Hekk rántva, jázmin rizs, tartármártás 1330 Ft	Bakonyi harcsafilé, galuska 1150 Ft 	Pankó morzsában rántott harcsa, rizi bizi 1425 Ft	Chilis fqszeres rántott harcsa amerikai káposzta saláta csípQs 1325 Ft	Rántott tengeri hal, diós bundában, jázmin rizs 1230 Ft	
TP - Tortilla és pita	Tejfölös burrito (csirkehússal) csípQs 1795 Ft	Friss zöldséges, csirkés tortilla 1840 Ft	Sajtos, kemencés csirkemell tortilla tekercsben, jégسالáta, paradicsom 1795 Ft	Gyros pitában, joghurt öntet 1820 Ft	Mexikói húsos, babos tortilla CsípQs 1795 Ft	
F - FQétel	Csülökpörkölt sztrapacskával 1780 Ft	Négysajtos csirkefalatok, vegyes köret 1875 Ft	Mézes-ropogós csirkeszárnny, zöldséges rizs 1650 Ft	Baconba tekert csirkecomb, fqszeres, tepsis burgonya 1795 Ft	Borjúpaprikás, galuska 1940 Ft	
ZF - FQétel (kis adag)	Csülökpörkölt sztrapacskával 1245 Ft	Négysajtos csirkefalatok, vegyes köret 1320 Ft	Mézes-ropogós csirkeszárnny, zöldséges rizs 1155 Ft	Baconba tekert csirkecomb, fqszeres, tepsis burgonya 1255 Ft	Borjúpaprikás galuskával 1360 Ft	
G - FQétel	Bakonyi sertésszelet, galuska 1580 Ft 	Lyoni sertésszelet, petrezselymes burgonya 1680 Ft	Hagymás tejfőlben sült pulykamell, tepsis burgonya 1790 Ft	Sertésborda jóasszony módra, tepsis burgonya 1680 Ft 	Borsos tokány, párolt rizs 1740 Ft	Húsos lasagne 1795 Ft
ZG - FQétel (kis adag)	Bakonyi sertésszelet, galuska 1095 Ft 	Lyoni sertésszelet, petrezselymes burgonya 1175 Ft	Hagymás tejfőlben sült pulykamell, tepsis burgonya 1255 Ft	Sertésborda jóasszony módra, tepsis burgonya 1175 Ft 	Borsos tokány, párolt rizs 1220 Ft	Húsos lasagne 1255 Ft
H - FQétel	Sólet, füstölt tarja 1620 Ft	Háromsajtos sonkás makaróni csQben sütv (parmezán, füstölt sajt, trappista) 1630 Ft	Milánói spagetti 1555 Ft 	Pacalpörkölt, sós burgonya 1820 Ft	Édes-savanyú csirkemell jázmin rizs 1755 Ft	Pusztapörkölt 1790 Ft 
ZH - FQétel (kis adag)	Sólet, füstölt tarja 1135 Ft	Háromsajtos sonkás makaróni csQben sütv (parmezán, füstölt sajt, trappista) 1140 Ft	Milánói spagetti 1090 Ft 	Pacalpörkölt, sós burgonya 1275 Ft	Édes-savanyú csirkemell jázmin rizs 1230 Ft	Pusztapörkölt 1255 Ft 
I - FQétel	Krumplis tészta* 1325 Ft	Bácskai rizseshús 1565 Ft	Mustáros csípQs aprópecsenye, sült burgonya csípQs 1725 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1545 Ft	Túrós csusza bacon szalonnával 1695 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
ZI - FQétel (kis adag)	Krumplis tészta* 930 Ft	Bácskai rizseshús 1095 Ft	Mustáros csípQs aprópecsenye, sült burgonya csípQs 1220 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1080 Ft	Túrós csusza bacon szalonnával 1190 Ft	
J - FQétel	Bolognai spagetti gazdagon 1675 Ft	Fqszeres csirkemell falatok, tepsis burgonya 1695 Ft	Szilvalekváros derelye* 1585 Ft	Csirkemell vadas mártással, tészta köret 1595 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1750 Ft	
ZJ - FQétel (kis adag)	Bolognai spagetti gazdagon 1175 Ft	Fqszeres csirkemell falatok, tepsis burgonya 1195 Ft	Szilvalekváros derelye* 1095 Ft	Csirkemell vadas mártással, tészta köret 1095 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1225 Ft	
Y - City ajánlat	Kemencében sült oldalas, petrezselymes burgonya párolt káposzta 1995 Ft	GödöllQi göngyölt csirkemell, házi burgonyapüré 1730 Ft úú	Csirke saslik, sajtos rizzsel 1895 Ft ú	Kemencés csirkecomb baconba tekerve pékné módra 1885 Ft ú	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasáburgonya 1990 Ft	
TA - Takarékos fQétel	Paradicsomos húsgombóc fQtt burgonya 1420 Ft	Káposztás tészta* 1225 Ft	Házi fasírt, hagymás tört burgonya 1550 Ft	Sült csirkemell tejszínes gombamártásban, párolt rizs 1370 Ft ú	Pincepörkölt (sertés comb, kolbász, burgonya egybefQzve) 1465 Ft	
LAK - Laktózmentes	Francia rakott burgonya (LM)* 1750 Ft ú	Párizsi sertésborda vajon párolt petrezselymes burgonya (LM) 1820 Ft ú	Mátrai borzas csirkemell kukoricás rizs (LM) 1795 Ft ú	Tejfölös csirkés fusilli tészta (LM) 1695 Ft ú	Tejszínes spenótfQzelék fQtt tojással (LM)* 1690 Ft ú	
ZLAK - Laktózmentes (kis adag)	Francia rakott burgonya (LM)* 1225 Ft ú	Párizsi sertésborda vajon párolt petrezselymes burgonya (LM) 1275 Ft ú	Mátrai borzas csirkemell kukoricás rizs (LM) 1260 Ft ú	Tejfölös csirkés fusilli tészta (LM) 1190 Ft ú	Tejszínes spenótfQzelék fQtt tojással (LM)* 1185 Ft ú	
CM - CityMenü (Fél adag leves + fél adag fQétel)	Zöldségleves, Csülökpörkölt galuska 1195 Ft ú	Májgaluska leves, Paprikás burgonya virslivel 1270 Ft ú	Grízgaluska leves, Székelykáposzta 1275 Ft ú	Lebbencsleves, Sajttal töltött rántott csirkemell rizi bizi 1365 Ft ú	Lencsegulyás leves, Gyümölcsrizs 1395 Ft ú	
TM - Takarékos Zóna menü - egész hétre	Tavaszi zöldborsóleves, Paradicsomos húsgombóc fQtt burgonya 1495 Ft	Magyaros karfiolleves, Káposztás tészta* 1430 Ft	Csontleves csigatésztával, Házi fasírt, hagymás tört burgonya 1535 Ft	Fahéjas almaleves, Sült csirkemell tejszínes gombamártásban, párolt rizs 1495 Ft ú	Magyaros gombaleves, Pincepörkölt (sertés comb, kolbász, burgonya egybefQzve) 1520 Ft ú	
M1 - Menü1 - egész hétre	Csontleves cérnametélttel, Paradicsomos húsgombóc fQtt burgonya 1890 Ft	Tejszínes pöréahagymás burgonyaleves, Káposztás tészta* 1695 Ft	Zöldbableves, Házi fasírt, hagymás tört burgonya 2085 Ft	Minestrone (olasz zöldség) leves, Sült csirkemell tejszínes gombamártásban, párolt rizs 1820 Ft ú	Magyaros gombaleves, Pincepörkölt (sertés comb, kolbász, burgonya egybefQzve) 1960 Ft ú	
X - Citymix (2xfél adag)	Sólet, füstölt tarja, Sárgabarackos mini gombóc 1520 Ft	Bácskai rizseshús, Somlói galuska 1660 Ft	Rántott csirkemell, kukoricás rizs, Szilvalekváros derelye 1620 Ft	Csirkemell vadas mártással, tészta köret, Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta) 1560 Ft	Húsos rakott kelkáposzta, Piskóta tekercs házi baracklevárral 1720 Ft	
ZM - Zóna menü	Csontleves cérnametélttel, Bakonyi sertésszelet, galuska 1565 Ft ú	Hideg meggyleves, Párizsi jércemell, rizi-bizi 1695 Ft	Zöldbableves, Milánói spagetti 1595 Ft ú	Tárkonyos pulykaraguleves, LencsefQzelék, Egybe fasírt 1695 Ft	Gulyásleves, Túrós csusza bacon szalonnával 1920 Ft	Frankfurti leves, Majorannás rántott csirkemell filé, rizi-bizi 1785 Ft



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
L - Palacsinta (2db)	Barackos-túrós palacsinta, vanília öntet* 895 Ft	Gesztenyés palacsinta tejszínnhabbal* 920 Ft	Túrós palacsinta eperöntettel* 895 Ft	Hortobágyi húsos palacsinta 1620 Ft	Nutellás palacsinta, vanília öntet* 1065 Ft	
N1 - Desszert	Fatörzs 850 Ft 	Bécsi krémes 935 Ft	Kókusz tekercs 875 Ft	Madártej 595 Ft	Meggyes piskóta csoki öntet 795 Ft	Mákos guba 595 Ft
N2 - Desszert	Csokis marlenka 915 Ft	Somlói galuska 895 Ft	Barackos gyümölcsrizs 660 Ft	Diós marlenka 915 Ft	Piskóta tekercs házi baracklékvárral 855 Ft	
V1 - Levesek	Tárkonyos-joghurtos pulykaraguleves 366 kcal, 24g szénh., 35g fehérje, 14g zsír 995 Ft	Light tejfölös lencseleves zöldségekkel* 364 kcal, 56g szénh., 18g fehérje, 7g zsír 880 Ft	Gulyásleves zöldségekkel gazdagon (burgonya nélkül) 375 kcal, 21g szénh., 27g fehérje, 19g zsír 1195 Ft	Húsleves sovány pulykamellbQl 252 kcal, 18g szénh., 33g fehérje, 4g zsír 1095 Ft	Könnnyq tejfölös zöldbableves* 189 kcal, 25g szénh., 6g fehérje, 7g zsír 870 Ft	
ZV1 - Levesek (kis adag)	Tárkonyos-joghurtos pulykaraguleves 243 kcal, 16g szénh., 23g fehérje, 9g zsír 735 Ft	Light tejfölös lencseleves zöldségekkel* 162 kcal, 42g szénh., 3g fehérje, 6g zsír 650 Ft	Gulyásleves zöldségekkel gazdagon (burgonya nélkül) 249 kcal, 14g szénh., 18g fehérje, 13g zsír 885 Ft	Húsleves sovány pulykamellbQl 168 kcal, 12g szénh., 21g fehérje, 2g zsír 795 Ft	Könnnyq tejfölös zöldbableves* 126 kcal, 17g szénh., 4g fehérje, 5g zsír 645 Ft	
V2 - Levesek	Citrusos meggyleves* 263 kcal, 64g szénh., 6g fehérje, 11g zsír 970 Ft 	Vadraguleves (light) 448 kcal, 32g szénh., 29g fehérje, 22g zsír 1085 Ft	Csontleves friss zöldségekkel cérnametélittel 194 kcal, 24g szénh., 11g fehérje, 11g zsír 860 Ft	Izlandi ribizli leves* 202 kcal, 84g szénh., 5g fehérje, 1g zsír 1050 Ft 	Ázsiai ramen leves 255 kcal, 10g szénh., 32g fehérje, 9g zsír 1095 Ft 	
ZV2 - Levesek (kis adag)	Citrusos meggyleves* 174 kcal, 42g szénh., 4g fehérje, 7g zsír 720 Ft 	Vadraguleves (light) 300 kcal, 22g szénh., 19g fehérje, 15g zsír 795 Ft	Csontleves friss zöldségekkel cérnametélittel 129 kcal, 16g szénh., 8g fehérje, 8g zsír 635 Ft	Izlandi ribizli leves* 135 kcal, 56g szénh., 3g fehérje, 1g zsír 775 Ft 	Ázsiai ramen leves 171 kcal, 7g szénh., 22g fehérje, 6g zsír 810 Ft 	
V3 - FQzelék	Magyaros kelkáposzta fQzelék (fitt)* 251 kcal, 44g szénh., 8g fehérje, 3g zsír 1050 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék (light)* 202 kcal, 9g szénh., 6g fehérje, 5g zsír 1120 Ft	Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítQszerrel* 395 kcal, 68g szénh., 20g fehérje, 8g zsír 1165 Ft	Tejfölös vöröslencse fQzelék* 562 kcal, 76g szénh., 31g fehérje, 13g zsír 1050 Ft 	Joghurtos, kapros tökfQzelék stevia édesítQszerrel* 238 kcal, 67g szénh., 9g fehérje, 5g zsír 1250 Ft	
V4 - FQzelék	Magyaros kelkáposzta fQzelék (fitt), csirkepörkölt 714 kcal, 69g szénh., 42g fehérje, 28g zsír 1495 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék (light), Fqszeres rántott csirkemell 515 kcal, 51g szénh., 36g fehérje, 17g zsír 1495 Ft	Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítQszerrel, Brokkoli ropogós* 713 kcal, 110g szénh., 35g fehérje, 16g zsír 1560 Ft	Tejfölös vöröslencse fQzelék, Fqszeres csirkefasírt 929 kcal, 101g szénh., 72g fehérje, 23g zsír 1490 Ft	Joghurtos, kapros tökfQzelék stevia édesítQszerrel, rántott csirkemellfilé 551 kcal, 89g szénh., 39g fehérje, 16g zsír 1595 Ft	
ZV4 - FQzelék (kis adag)	Magyaros kelkáposzta fQzelék (fitt), csirkepörkölt 477 kcal, 46g szénh., 28g fehérje, 19g zsír 1095 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék (light), Fqszeres rántott csirkemell 342 kcal, 34g szénh., 24g fehérje, 11g zsír 1095 Ft	Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítQszerrel, Brokkoli ropogós* 474 kcal, 73g szénh., 23g fehérje, 11g zsír 1155 Ft	Tejfölös vöröslencse fQzelék, Fqszeres csirkefasírt 618 kcal, 67g szénh., 48g fehérje, 16g zsír 1095 Ft	Joghurtos, kapros tökfQzelék stevia édesítQszerrel, rántott csirkemellfilé 366 kcal, 59g szénh., 26g fehérje, 11g zsír 1195 Ft	
V5 - FQzelék	Magyaros kelkáposzta fQzelék (fitt), sajtos sült virsli 795 kcal, 45g szénh., 35g fehérje, 51g zsír 1545 Ft 	Magyaros zöldbabfQzelék (light), fasírt 627 kcal, 51g szénh., 43g fehérje, 21g zsír 1595 Ft 	Zsenge zöldborsófQzelék stevia édesítQszerrel, Sokmagvas rántott jércemell feltét 655 kcal, 85g szénh., 42g fehérje, 19g zsír 1495 Ft	Tejfölös vöröslencse fQzelék, csirkepörkölt 1026 kcal, 101g szénh., 65g fehérje, 37g zsír 1565 Ft 	Joghurtos, kapros tökfQzelék stevia édesítQszerrel, sült virsli 535 kcal, 67g szénh., 21g fehérje, 32g zsír 1560 Ft	
V6 - FQételek	Spagetti sajtmártásban (light)* 665 kcal, 59g szénh., 36g fehérje, 32g zsír 1475 Ft	Fitt parajos lasagne tojással* 801 kcal, 80g szénh., 32g fehérje, 38g zsír 1620 Ft	Édes chilis rántott csirkefalatok rizses zöldséggel 1145 kcal, 101g szénh., 53g fehérje, 57g zsír 1750 Ft 	Thai zöldséges csirkés tészta 647 kcal, 58g szénh., 53g fehérje, 22g zsír 1690 Ft 	Penne tejszínes spárgás mártásban, pulykasonkával 567 kcal, 57g szénh., 32g fehérje, 23g zsír 1850 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
V7 - FQételek	Rántott fqszeres csirkecomb, petrezselymes burgonyával, grill zöldségekkel 803 kcal, 79g szénh., 66g fehérje, 20g zsír 1960 Ft	Csirkemell sajtos bundában, zöldséges barna rizs 917 kcal, 112g szénh., 59g fehérje, 23g zsír 1760 Ft	Fitt milánói sertésborda stevia édesítQszerrel 943 kcal, 94g szénh., 64g fehérje, 41g zsír 1920 Ft 	Mátrai borzas csirkemell, Rizses zöldség 828 kcal, 76g szénh., 51g fehérje, 36g zsír 1835 Ft	Cordon bleu pulykamell, Párolt zöldségekkel (zöldbab, bétirépa, lilahagyma) 609 kcal, 40g szénh., 58g fehérje, 22g zsír 1895 Ft	
ZV7 - FQételek (kis adag)	Rántott fqszeres csirkecomb, petrezselymes burgonyával, grill zöldségekkel 534 kcal, 53g szénh., 44g fehérje, 13g zsír 1450 Ft	Csirkemell sajtos bundában, zöldséges barna rizs 612 kcal, 74g szénh., 40g fehérje, 15g zsír 1295 Ft	Fitt milánói sertésborda stevia édesítQszerrel 630 kcal, 62g szénh., 43g fehérje, 27g zsír 1420 Ft 	Mátrai borzas csirkemell, Rizses zöldség 552 kcal, 50g szénh., 34g fehérje, 24g zsír 1360 Ft	Cordon bleu pulykamell, Párolt zöldségekkel (zöldbab, bétirépa, lilahagyma) 389 kcal, 24g szénh., 38g fehérje, 15g zsír 1395 Ft	
V8 - FQételek	Shiitake gombás csirkés rizottó 967 kcal, 113g szénh., 49g fehérje, 35g zsír 1695 Ft 	Székelykáposztával rakott burgonya (csirkemellfilébQl) 678 kcal, 77g szénh., 43g fehérje, 20g zsír 1620 Ft	Sült csirkecomb párolt káposztával stevia édesítQszerrel 498 kcal, 38g szénh., 57g fehérje, 11g zsír 1655 Ft	Pulyka gyros tzatzikivel 544 kcal, 19g szénh., 49g fehérje, 30g zsír 1645 Ft	Lecső virslivel, rizzsel (fitt) 649 kcal, 91g szénh., 21g fehérje, 27g zsír 1620 Ft	
V9 - FQételek	Csirkemell Holstein módra, zöldségekkel, rizzsel 568 kcal, 62g szénh., 41g fehérje, 16g zsír 1625 Ft	Bajor csirkecomb burgonyával, parajjal 653 kcal, 56g szénh., 63g fehérje, 17g zsír 1660 Ft	Zöldfqszeres sült csirkemell, wok zöldségekkel 441 kcal, 25g szénh., 38g fehérje, 19g zsír 1765 Ft	Roston sült csirkemell, zöldséges barna rizs 681 kcal, 92g szénh., 43g fehérje, 13g zsír 1655 Ft	Fqszeres mustáros roston csirkemellfilé görög saláta 438 kcal, 25g szénh., 44g fehérje, 17g zsír 1790 Ft	
ZV9 - FQételek (kis adag)	Csirkemell Holstein módra, zöldségekkel, rizzsel 378 kcal, 41g szénh., 27g fehérje, 11g zsír 1195 Ft	Bajor csirkecomb burgonyával, parajjal 435 kcal, 37g szénh., 42g fehérje, 12g zsír 1230 Ft	Zöldfqszeres sült csirkemell, wok zöldségekkel 294 kcal, 17g szénh., 25g fehérje, 13g zsír 1295 Ft	Roston sült csirkemell, zöldséges barna rizs 453 kcal, 61g szénh., 29g fehérje, 9g zsír 1225 Ft	Fqszeres mustáros roston csirkemellfilé görög saláta 291 kcal, 17g szénh., 29g fehérje, 11g zsír 1325 Ft	
V10 - Főételek	Töltött káposzta (fitt) 556 kcal, 57g szénh., 33g fehérje, 19g zsír 1575 Ft	Fitt rakott zöldbab (csirkemellel, tejföllel) 467 kcal, 28g szénh., 39g fehérje, 20g zsír 1685 Ft	Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 750 kcal, 87g szénh., 47g fehérje, 23g zsír 1655 Ft	Erdélyi rakott káposzta (fitt) 741 kcal, 62g szénh., 46g fehérje, 32g zsír 1735 Ft	Csirkés rakott karfiol bulgurral tejföllel 613 kcal, 58g szénh., 46g fehérje, 21g zsír 1695 Ft	
ZV10 - FQételek (kis adag)	Töltött káposzta (fitt) 372 kcal, 38g szénh., 22g fehérje, 13g zsír 1165 Ft	Fitt rakott zöldbab (csirkemellel, tejföllel) 312 kcal, 19g szénh., 26g fehérje, 14g zsír 1245 Ft	Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 501 kcal, 58g szénh., 31g fehérje, 15g zsír 1225 Ft	Erdélyi rakott káposzta (fitt) 495 kcal, 42g szénh., 31g fehérje, 21g zsír 1285 Ft	Csirkés rakott karfiol bulgurral tejföllel 390 kcal, 14g szénh., 36g fehérje, 20g zsír 1255 Ft	
V11 - FQételek	Kemencés joghurtos csirkemell török bulgurral 639 kcal, 93g szénh., 54g fehérje, 8g zsír 1595 Ft	Házi csirkegolyók négysajtmártással, basmati rizzsel 928 kcal, 101g szénh., 61g fehérje, 32g zsír 1740 Ft 	Mexikói chilis rizses csirke 619 kcal, 86g szénh., 43g fehérje, 14g zsír 1595 Ft	Székelykáposzta csirkemellbQl (fitt) 454 kcal, 26g szénh., 37g fehérje, 21g zsír 1545 Ft	Tonhalas bulgursaláta 676 kcal, 87g szénh., 39g fehérje, 21g zsír 1740 Ft 	
V12 - FQételek	Kemencében sült mustáros tejfőlös csirkecomb basmati rizzsel 1021 kcal, 130g szénh., 77g fehérje, 23g zsír 1720 Ft 	Könnnyq túrós csusza* 761 kcal, 76g szénh., 38g fehérje, 34g zsír 1675 Ft	Zöldséges csirkemájás bulgur reszelt sajttal 905 kcal, 103g szénh., 61g fehérje, 29g zsír 1650 Ft 	Grillezett sajtos csirkemellfilé, gombás, cukkinis rizzsel 792 kcal, 91g szénh., 53g fehérje, 21g zsír 1750 Ft 	Roston sült sajtos - tejfőlös csirkemell, párolt zöldségköret 488 kcal, 31g szénh., 49g fehérje, 17g zsír 1680 Ft	
V13 - FQételek	LencsefQzelék vagdalttal 804 kcal, 89g szénh., 61g fehérje, 22g zsír 1450 Ft	Indonéz rizses csirke 695 kcal, 108g szénh., 42g fehérje, 13g zsír 1660 Ft	Bakonyi sertésszelet, tészta köret 698 kcal, 54g szénh., 46g fehérje, 33g zsír 1675 Ft 	Light borjűpaprikás fitt, szarvacska tésztával 739 kcal, 54g szénh., 45g fehérje, 38g zsír 1985 Ft	Töltött paprika csirkemellbQl stevia édesítQs 636 kcal, 85g szénh., 43g fehérje, 16g zsír 1895 Ft	
V14 - FQételek	Vaslapon sült csirkemell, sárgarépás barnarizs 613 kcal, 92g szénh., 43g fehérje, 6g zsír 1495 Ft	Bácskai csirkemell, hajdinakásával 388 kcal, 42g szénh., 39g fehérje, 6g zsír 1595 Ft	Négysajttal töltött csirkemell zabpelyhes panirban, rizses zöldség 1033 kcal, 129g szénh., 68g fehérje, 26g zsír 1765 Ft 	Házi húsgolyók tejfőlös lecsós bulgurral 942 kcal, 103g szénh., 56g fehérje, 37g zsír 1795 Ft 	Fqszeres túróval parajjal töltött csirkemellfilé hagymás karottás rizzsel 675 kcal, 81g szénh., 49g fehérje, 16g zsír 1680 Ft	
V15 - Desszertek	Tiramisu* 259 kcal, 18g szénh., 6g fehérje, 18g zsír 960 Ft	Almás pite* 237 kcal, 19g szénh., 7g fehérje, 14g zsír 950 Ft	Ribizlis szelet* 116 kcal, 6g szénh., 4g fehérje, 8g zsír 950 Ft	Ischler* 488 kcal, 39g szénh., 13g fehérje, 30g zsír 950 Ft	Fekete erdQ szelet* 175 kcal, 17g szénh., 7g fehérje, 9g zsír 960 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
VM - Vítál menü (kis adag leves + kis adag főétel)	Citrusos meggyleves, Rántott fqszeres csirkecomb, petrezselymes burgonyával, grill zöldségekkel 708 kcal, 95g szénh., 48g fehérje, 20g zsír 2060 Ft 	Light tejfölös lencseleves zöldségekkel, Fitt rakott zöldbab (csirkemellel, tejföllel) 555 kcal, 56g szénh., 38g fehérje, 18g zsír 1795 Ft 	Csontleves friss zöldségekkel cérnametél- tel, Fitt milánói sertésborda stevia édesítőszerez 774 kcal, 63g szénh., 51g fehérje, 35g zsír 1950 Ft 	Húsleves sovány pulykamellből, Mátrai borzas csirkemell, Rizses zöldség 720 kcal, 62g szénh., 56g fehérje, 26g zsír 2045 Ft 	Ázsiai ramen leves, Fqszeres mustáros ro- ston csirkemellfilé görög saláta 462 kcal, 23g szénh., 51g fehérje, 17g zsír 2030 Ft 	
S1 - Saláta (zóna adag)	Francia saláta kaszinótojás* 995 Ft 	Frankfurti saláta 1165 Ft	Majonézes lilahagymás sonkás bur- gonyasaláta tojással 1095 Ft	Franciasaláta stevia édesítőszerez, tormás sonkatekerccs 1095 Ft	Csirkemell csíkok, joghurtos vitaminsaláta, joghurt öntet 1095 Ft	
T1 - Savanyú	Uborkasaláta 240 Ft	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	Tejfölös uborkasaláta 265 Ft	
T3 - Savanyú	Paradicsomsaláta 240 Ft	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	Házi káposztasaláta 220 Ft	
T5 - Savanyú	Ecetes almapaprika 220 Ft	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	Csalamádé 220 Ft	
T7 - Savanyú	Csemegeuborka 240 Ft	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	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	Csemegeuborka* 18 kcal, 4g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 240 Ft	
VS2 - Savanyúság	Uborkasaláta stevia édesítőszerez 18 kcal, 10g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítőszerez 18 kcal, 10g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítőszerez 18 kcal, 10g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítőszerez 18 kcal, 10g szénh., 1g fehérje, 0g zsír 260 Ft	Uborkasaláta stevia édesítőszerez 18 kcal, 10g 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	Tejfölös uborkasaláta* 82 kcal, 5g szénh., 2g fehérje, 6g zsír 265 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
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	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	Lilahagymás paradicsomsaláta (vitál) 41 kcal, 5g szénh., 1g fehérje, 1g zsír 260 Ft	
VG1 - Vegán leves	Vöröslencse krémleves, pirított zsemlekoc- ka* 820 Ft	Narancsos-chilis sárgarépakrém-leves, pirított napraforgómaggal* 920 Ft	Paradicsomleves (VG)* 820 Ft	Vegán erdei gombakrémleves du- rumszésztaival* 1250 Ft 	Vegán karfiol krémleves, pirított zsem- lekocka* 895 Ft	
VG2 - Vegán fQétel	Karfiolos sütQtökfQzelék vegángolyóval* 1720 Ft	Vunás spagetti, vegán szórással* 1920 Ft	Vegán brassói natúrfalet* 2350 Ft	Tárkonyos lencsefQzelék vegán golyóval* 1695 Ft	Hortobágyi vegán tészta* 2235 Ft	
VG2K - Vegán kis adag	Karfiolos sütQtökfQzelék vegángolyóval* 1270 Ft	Vunás spagetti, vegán szórással* 1420 Ft	Vegán brassói natúrfalet* 1740 Ft	Tárkonyos lencsefQzelék vegán golyóval* 1255 Ft	Hortobágyi vegán tészta* 1655 Ft	
VG3 - Vegán fQétel	Vegán rakott zöldségek kuszkuuszal* 1620 Ft 	Vegán chilis bab steak burgonyával* 1720 Ft 	Vegán zöldséges lasagne* 1690 Ft 	Vegán lecsó bulgurral* 1455 Ft	Bazsalikomos marokkói bab bulgurral* 1435 Ft	
VG4 - Vegán desszert	Szilvalekváros vegán gombóc* 775 Ft	Mandulatejes zabkása áfonyával* 740 Ft	Vegán kávé torta* 1095 Ft	Vegán málna torta* 1095 Ft	Kókusztejbegríz, kakaós szórással* 760 Ft	
Z1 - Zero leves	Klasszikus paradicsomleves rizs betéttel* 895 Ft	Fahéjas szilvaleves* 1250 Ft	Frankfurti leves paleo virslivel 970 Ft	Spenótkrémleves* 975 Ft	Tárkonyos csirke raguleves gazdagon 1020 Ft 	
Z1K - Zero kis leves	Klasszikus paradicsomleves rizs betéttel* 660 Ft	Fahéjas szilvaleves * 925 Ft	Frankfurti leves paleo virslivel 720 Ft	Spenótkrémleves* 720 Ft	Tárkonyos csirke raguleves gazdagon 755 Ft 	
Z2 - Zero fQétel	Rántott csirkemell aranybarna paleo panír- ban karfiol rizzsel 2085 Ft	Gombapaprikás rizses-köleses fusillal 1530 Ft 	Tepsis zöldségek grillezett mustáros tarjával 1945 Ft	Lecsós sertéspörkölt rizses-köleses fusil- livel 1690 Ft	Rostonsült harcsaszeletek színes salátáa- gyon 2150 Ft	
Z3 - Zero fQétel	Húspogácsa ropogós rukkola salátával 1770 Ft 	Kolbászos, tojásos lecsó 1970 Ft	Kakukkfűves tQkehálfélé vegyes, kevert salátával 1995 Ft	Rostonsült csirkemáj karfiolpüré 1595 Ft	Lacipecsenye, lecsós hajdinával 1720 Ft	
Z4 - Zero fQétel	Rakott karfiol csirkehússal növényi feltéttel 1770 Ft	Csirkefasírt édesburgonya hasábokkal 1760 Ft	Sonkás-gombás rizottó (jázmin rizzsel) 	Szezámagos, roston pulykamell, almás céklasalátával 1595 Ft	Reszelt máj fQt quinoával és párolt fahéjas almával 1440 Ft	
Z5 - Zero desszert	Gyümölcsös tápiókapuding* 750 Ft	Paleo Bounty szelet* 1235 Ft	Eper torta paleo módra* 1130 Ft	Amerikai csokoládé torta* 1035 Ft	Paleo almás csokoládészelet* 1130 Ft	
M - Tartármártás	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	



CityFood étlap - 2024 - 16. hét

	2024.04.15. - Monday	2024.04.16. - Tuesday	2024.04.17. - Wednesday	2024.04.18. - Thursday	2024.04.19. - Friday	2024.04.20. - Saturday
SZK1 - Búzákenyér (500g)	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 490 Ft	Szeletelt búzákenyér 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	Szeletelt teljes kiőrlésq kenyér 640 Ft	
V - Vekni	Vekni 150 Ft	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	Fitt magvas bagett* 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 230 Ft	