

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
KID - Suli menü	Tojásleves, Bácskai rizseshús (csirkemellből) 1385 Ft	Sárgabarackleves, Sertés cordon bleu, jázmin rizs 1490 Ft	Erdei gyümölcsleves, Csirkemell paprikás, vajás galuska 1445 Ft			
WF - Világ ízei	Thai garnélás spagetti 1995 Ft 	Piri-piri csikecomb tepsis kocka burgonya 1820 Ft 	Oszt rák sajtos galuska baconnal sült hagymával 1895 Ft 	Egyben sült olasz fasírt marinara szósszal, tört burgonya 2250 Ft 		
ZWF - Világ ízei (kis adag)	Thai garnélás spagetti 1395 Ft 	Piri-piri csikecomb tepsis kocka burgonya 1275 Ft 	Oszt rák sajtos galuska baconnal sült hagymával 1325 Ft 	Egyben sült olasz fasírt marinara szósszal, tört burgonya 1575 Ft 		
NK1 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhető	Csülkös bableves 1155 Ft	Csülkös bableves 1155 Ft	Csülkös bableves 1155 Ft			
ZNK1 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhető	Csülkös bableves 820 Ft	Csülkös bableves 820 Ft	Csülkös bableves 820 Ft			
NK2 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhető	Újházy tyúkhúsleves csigatésztával 1120 Ft  	Újházy tyúkhúsleves csigatésztával 1120 Ft  	Újházy tyúkhúsleves csigatésztával 1120 Ft  			
ZNK2 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhető	Újházy tyúkhúsleves csigatésztával 785 Ft  	Újházy tyúkhúsleves csigatésztával 785 Ft  	Újházy tyúkhúsleves csigatésztával 785 Ft  			
NK3 - City SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető	Milánói sertésborda 1820 Ft 	Milánói sertésborda 1820 Ft  	Milánói sertésborda 1820 Ft  			
ZNK3 - City SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető	Milánói sertésborda 1275 Ft 	Milánói sertésborda 1275 Ft  	Milánói sertésborda 1275 Ft  			
NK4 - City SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető	Brassói aprópecsenye (szűzpecsenyéből) 2055 Ft 	Brassói aprópecsenye (szűzpecsenyéből) 2055 Ft 	Brassói aprópecsenye (szűzpecsenyéből) 2055 Ft 			
ZNK4 - City SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető	Brassói aprópecsenye (szűzpecsenyéből) 1440 Ft 	Brassói aprópecsenye (szűzpecsenyéből) 1440 Ft 	Brassói aprópecsenye (szűzpecsenyéből) 1440 Ft 			
NK5 - City SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető	Kacsamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 2055 Ft	Kacsamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 2055 Ft	Kacsamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 2055 Ft			
ZNK5 - City SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető	Kacsamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 1440 Ft	Kacsamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 1440 Ft	Kacsamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 1440 Ft			



CityFood étlap - 2025 - 18. hét

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
NK6 - City SLÁGER Desszert 12-ig rendelhető	Grízes tészta baracklekvár* 730 Ft	Grízes tészta baracklekvár* 730 Ft	Grízes tészta baracklekvár* 730 Ft			
A - Leves (6 dl)	Bográcsgulyás 1480 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 1130 Ft	Nyírségi gombócleves 1450 Ft	Húsgaluscaleves 980 Ft		
ZA - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Bográcsgulyás 1035 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 790 Ft	Nyírségi gombócleves 1020 Ft	Húsgaluscaleves 685 Ft		
B - Leves (6 dl)	Tojásleves* 930 Ft	Lencseleves* 1020 Ft	Tejfölös burgonyakrémleves, pirított zsemlekockák* 1020 Ft			
ZB - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Tojásleves* 650 Ft	Lencseleves* 720 Ft	Tejfölös burgonyakrémleves, pirított zsemlekockák* 720 Ft			
C - Leves (6 dl)	Tejszínes meggyleves* 1030 Ft	Sárgabarack leves* 1060 Ft	Erdei gyümölcsleves* 1120 Ft	Őszibarackos meggyleves* 1055 Ft		
ZC - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Tejszínes meggyleves* 720 Ft	Sárgabarack leves* 740 Ft	Erdei gyümölcsleves* 785 Ft	Őszibarackos meggyleves* 740 Ft		
CF1 - City-Fitt	Aszalt szilvával göngyölt pulykamell, barna rizs 806 kcal, 109g szénh., 50g fehérje, 18g zsír 1870 Ft	Csirkegyros, görögsaláta 482 kcal, 24g szénh., 46g fehérje, 22g zsír 1960 Ft	Sonkás karfiol csőben sültve, reszelt sajttal 503 kcal, 34g szénh., 30g fehérje, 26g zsír 1750 Ft	Fitt töltött paprika 602 kcal, 87g szénh., 33g fehérje, 22g zsír 1980 Ft		
ZCF1 - City-Fitt (kis adag)	Aszalt szilvával göngyölt pulykamell, barna rizs 483 kcal, 65g szénh., 30g fehérje, 11g zsír 1295 Ft	Csirkegyros, görögsaláta 288 kcal, 14g szénh., 28g fehérje, 13g zsír 1370 Ft	Sonkás karfiol csőben sültve, reszelt sajttal 303 kcal, 20g szénh., 18g fehérje, 16g zsír 1225 Ft	Fitt töltött paprika 360 kcal, 52g szénh., 20g fehérje, 13g zsír 1385 Ft		
CF2 - City-Fitt	Gombapaprikás, durumtészta 570 kcal, 95g szénh., 21g fehérje, 10g zsír 1530 Ft 	Kemencében sült csirkecomb, zöldséges bulgarral 712 kcal, 93g szénh., 64g fehérje, 12g zsír 1795 Ft	Paradicsomos káposzta, csiberopogós 599 kcal, 66g szénh., 49g fehérje, 14g zsír 1820 Ft			
ZCF2 - City-Fitt (kis adag)	Gombapaprikás, durumtészta 342 kcal, 57g szénh., 13g fehérje, 6g zsír 1070 Ft 	Kemencében sült csirkecomb, zöldséges bulgarral 426 kcal, 56g szénh., 39g fehérje, 7g zsír 1255 Ft	Paradicsomos káposzta, csiberopogós 360 kcal, 40g szénh., 29g fehérje, 9g zsír 1275 Ft			
D1 - Főzelék	Sárgaborsó főzelék 1055 Ft	Vöröslencse főzelék* 1195 Ft	Magyaros zöldbabfőzelék* 1250 Ft			
ZD1 - Főzelék (kis adag)	Sárgaborsófőzelék 740 Ft	Vöröslencse főzelék* 835 Ft	Magyaros zöldbabfőzelék* 875 Ft			



CityFood étlap - 2025 - 18. hét

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
D2 - Főzelék feltéttel	Sárgaborsó főzelék, sült virsli 1555 Ft	Vöröslencse főzelék, fasírt 1750 Ft	Magyaros zöldbabfőzelék, fasírt 1750 Ft			
ZD2 - Főzelék (zóna adag)	Sárgaborsófőzelék, sült virsli 1090 Ft	Vöröslencse főzelék, fasírt 1225 Ft	Magyaros zöldbabfőzelék, fasírt 1225 Ft			
D3 - Főzelék feltéttel	Sárgaborsó főzelék, sertéssült 1580 Ft	Vöröslencse főzelék, csirkepörkölt 1695 Ft 	Magyaros zöldbabfőzelék, Rántott csirkemell 1795 Ft			
ZD3 - Főzelék (zóna adag)	Sárgaborsófőzelék, sertéssült 1120 Ft	Vöröslencse főzelék, csirkepörkölt 1185 Ft 	Magyaros zöldbabfőzelék, Rántott csirkemell 1255 Ft			
E1 - Rántott	Mustáros szűzpecsenye rántva , petrezselymes burgonya 1920 Ft 	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), petrezselymes burgonya 1855 Ft	Kijevi jércemell, kukoricás rizs 1880 Ft	Rántott vegyes tál (csirkemell, sajt), rizi-bizi 1785 Ft		
ZE1 - Rántott (kis adag)	Mustáros szűzpecsenye rántva , petrezselymes burgonya 1345 Ft 	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), petrezselymes burgonya 1295 Ft	Kijevi jércemell, kukoricás rizs 1320 Ft	Rántott vegyes tál (csirkemell, sajt), rizi-bizi 1250 Ft		
E2 - Rántott	Mustáros szűzpecsenye rántva , rizi-bizi 1990 Ft 	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), jázmin rizs 1830 Ft	Kijevi jércemell, házi burgonyapüré 2020 Ft 			
ZE2 - Rántott (kis adag)	Mustáros szűzpecsenye rántva , rizi-bizi 1395 Ft 	Sertés cordon bleu (sajttal, sonkával töltött sertésborda), jázmin rizs 1280 Ft	Kijevi jércemell, házi burgonyapüré 1420 Ft 			
E3 - Rántott	Zengővárkonyi csirkemell rántva, jázmin rizs 1875 Ft  	Szezámragos rántott pulykamell, petrezselymes burgonya 1890 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), petrezselymes burgonya 1855 Ft			
ZE3 - Rántott (kis adag)	Zengővárkonyi csirkemell rántva, jázmin rizs 1320 Ft  	Szezámragos rántott pulykamell, petrezselymes burgonya 1325 Ft	Mátrai borzaska, petrezselymes burgonya 1295 Ft			
E4 - Rántott	Zengővárkonyi csirkemell rántva, házi burgonyapüré 2040 Ft  	Szezámragos rántott pulykamell, zöld-séges rizs 1890 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), jázmin rizs 1825 Ft			
ZE4 - Rántott (kis adag)	Zengővárkonyi csirkemell rántva, házi burgonyapüré 1430 Ft  	Szezámragos rántott pulykamell, zöld-séges rizs 1325 Ft	Mátrai borzaska, jázmin rizs 1280 Ft			



CityFood étlap - 2025 - 18. hét

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
RV - Rántott Vega	Rántott cukkini szezámmagos bundában, vegyes köret, tartármártás* 1985 Ft	Rántott sajt (trappista), jázmin rizs, tartármártás* 1795 Ft	Rántott karfiol, jázmin rizs, tartármártás* 1685 Ft			
ZRV - Rántott vega (kis adag)	Rántott cukkini szezámmagos bundában, vegyes köret, tartármártás* 1390 Ft	Rántott sajt (trappista), jázmin rizs, tartármártás* 1255 Ft	Rántott karfiol, jázmin rizs, tartármártás* 1180 Ft			
VAD - Vadvilág	Szarvaspörkölt galuskával 2065 Ft	Vaddisznószeletek vadasan zsemlegombóccal 2330 Ft	Szarvashúsgombócok tejfölös erdei gombamártásban spagetti 2020 Ft 			
ZVAD - Vadvilág (kis adag)	Szarvaspörkölt galuskával 1445 Ft	Vaddisznószeletek vadasan zsemlegombóccal 1630 Ft	Szarvashúsgombócok tejfölös erdei gombamártásban spagetti 1420 Ft 			
W3 - Halak	Rántott harcsa, petrezselymes burgonya 2050 Ft	Harcsa halászlé 1430 Ft	Halrudacskák rántva, rizi-bizi 2080 Ft			
ZW3 - Halak (kis adag)	Rántott harcsa, petrezselymes burgonya 1435 Ft	Harcsa halászlé 995 Ft	Halrudacskák rántva, rizi-bizi 1455 Ft			
TP - Tortilla és pita	Friss zöldséges, csirkés tortilla 1980 Ft	Marhahúsos quesadilla tejföllel, sajttal csipős 2195 Ft	Mexikói fűszeres zöldséges marharaguval töltött buritto csipős 2020 Ft			
F - Főétel	Aratós flekken, tört burgonya (bacon, kolbász, bab) 1920 Ft 	Vaslapon sült csirkemell, lilahagymás pirított gombával, jázmin rizs 1765 Ft 	Sajtos, tejfölös makaróni, bacon szalonna 1820 Ft			
ZF - Főétel (kis adag)	Aratós flekken, tört burgonya (bacon, kolbász, bab) 1345 Ft 	Vaslapon sült csirkemell, lilahagymás pirított gombával, jázmin rizs 1235 Ft 	Sajtos, tejfölös makaróni, bacon szalonna 1275 Ft			
G - Főétel	Sertéspörkölt, galuska 1660 Ft	Mustáros sertésszelet, hagymás törtburgonya 1780 Ft	Hagymás-sajtos csirke, steak burgonya 1930 Ft	Tojásos lecsó virslivel, tarhonyával 2080 Ft		
ZG - Főétel (kis adag)	Sertéspörkölt, galuska 1160 Ft	Mustáros sertésszelet, hagymás törtburgonya 1245 Ft	Hagymás-sajtos csirke, steak burgonya 1350 Ft	Tojásos lecsó virslivel, tarhonyával 1455 Ft		
H - Főétel	Túrós csusza bacon szalonnával 1820 Ft	Mákos tészta* 1495 Ft	Montenegrói juhtúróval rakott makaróni (marha, tejföl, sajt) 2040 Ft 	Székelykáposzta 1750 Ft		



CityFood étlap - 2025 - 18. hét

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
ZH - Főétel (kis adag)	Túrós csusza bacon szalonnával 1275 Ft	Mákos tészta* 1045 Ft	Montenegrói juhtúróval rakott makaróni (marha, tejföl, sajt) 1430 Ft 	Székelykáposzta 1225 Ft		
I - Főétel	Bácskai rizseshús csirkemellből 1740 Ft	Paprikás csirkés lasagne 1920 Ft	Francia rakott burgonya* 1780 Ft			
ZI - Főétel (kis adag)	Bácskai rizseshús csirkemellből 1220 Ft	Paprikás csirkés lasagne 1345 Ft	Francia rakott burgonya* 1245 Ft			
J - Főétel	Sztrapacska (juhtúros-tepertős galuska) 1720 Ft	Főtt marhahús, meggy mártás, főtt burgonya 2240 Ft	Csirkemell paprikás, vajás galuska 1755 Ft			
ZJ - Főétel (kis adag)	Sztrapacska 1195 Ft	Főtt marhahús, meggy mártás, főtt burgonya 1570 Ft	Csirkemell paprikás, vajás galuska 1230 Ft			
Y - City ajánlat	Hortobágyi rakott palacsinta reszelt sajttal 1920 Ft	Roston csirkemell erdőkerülő módra (cs.mell, lyoni hagyma, sonka, z.borsó), jázmin rizs 1835 Ft	Erdélyi töltött káposzta rántva, tejfölmártással 1975 Ft 	Hurkatál, párolt káposzta, házi tört burgonya 1830 Ft 		
TA - Takarékos főétel	Baconös tejszínes spagetti reszelt sajttal 1455 Ft 	Zúzapörkölt galuska 1470 Ft 	Vadas húsgombóc, szarvacska tészta 1550 Ft	Egybefasírt, hagymás tört burgonya 1630 Ft		
LAK - Laktózmentes	Tejfölös csirkepaprikás bulgurral (LM) 1780 Ft	Muszaka (LM) 2240 Ft	Zöldborsófőzelék rántott csirkemell (LM) 1880 Ft			
ZLAK - Laktózmentes (kis adag)	Tejfölös csirkepaprikás bulgurral (LM) 1245 Ft	Muszaka (LM) 1570 Ft	Zöldborsófőzelék rántott csirkemell (LM) 1320 Ft			
CM - CityMenü (Fél adag leves + fél adag főétel)	Tejszínes tárkonyos zöldségleves, Csirkepaprikás (comból), galuska 1380 Ft 	Bableves csipetkével, Milánói makaróni csőben sütve 1380 Ft 	Tejfölös gombaleves, Pásztortarhonya 1335 Ft 			
TM - Takarékos Zóna menü - egész hétre	Hamis gulyásleves, Baconös tejszínes spagetti reszelt sajttal 1670 Ft 	Lebbencsleves, Zúzapörkölt galuska 1660 Ft 	Csontleves finommetélttel, Vadas húsgombóc, szarvacska tészta 1645 Ft			
M1 - Menü1 - egész hétre	Tojásleves, Baconös tejszínes spagetti reszelt sajttal 2045 Ft 	Lencseleves, Zúzapörkölt galuska 2145 Ft 	Tejfölös burgonyakréMLEVES, pirított zsemlekockák, Vadas húsgombóc, szarvacska tészta 2225 Ft			

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
X - Citymix (2xfél adag)	Bácskai rizseshús (csirkemellből), Madártej 1640 Ft 	Szezámagos rántott pulykamell, pe- trezselymes burgonya, Somlói palacsinta, csokiöntet 1920 Ft	Hagymás-sajtos csirke, steak burgonya, Kókusz tekercs 1950 Ft 			
ZM - Zóna menü	Bográcgulyás, Túrós csusza bacon sza- lonnával 2195 Ft	Sárgabarack leves, Paprikás csirkés lasagne 1980 Ft	Erdei gyümölcsleves, Kijevi jércemell, kukoricás rizs 1995 Ft	Húsgaluska leves, Rántott vegyes tál (csirkemell, sajt), rizi-bizi 1840 Ft		
L - Palacsinta (2db)	Baracklekváros palacsinta* 960 Ft	Somlói palacsinta, csokiöntet* 1220 Ft	Mascarpone túsós palacsinta* 1060 Ft			
N1 - Desszert	Gyümölcsrizs 820 Ft	Túrós rétes 1130 Ft	Kókusz tekercs 995 Ft	Somló galuska 995 Ft		
N2 - Desszert	Madártej 780 Ft	Mákos nudli 880 Ft	Piskóta tekercs házi baracklekvárral, vanília öntet 1080 Ft			
V1 - Levesek	Csirkehúsleves gazdagon zöldségekkel (csirkemellből) 176 kcal, 13g szénh., 23g fehérje, 3g zsír 1080 Ft	Tárkonyos húsgaluska leves 219 kcal, 31g szénh., 13g fehérje, 4g zsír 955 Ft	Tárkonyos zöldségragu leves (gomba, z.borsó, zeller, gyökér)* 288 kcal, 26g szénh., 8g fehérje, 16g zsír 995 Ft 			
ZV1 - Levesek (kis adag)	Csirkehúsleves gazdagon zöldségekkel (csirkemellből) 117 kcal, 8g szénh., 15g fehérje, 1g zsír 795 Ft	Tárkonyos húsgaluska leves 147 kcal, 20g szénh., 9g fehérje, 3g zsír 695 Ft	Tárkonyos zöldségragu leves (gomba, z.borsó, zeller, gyökér)* 192 kcal, 17g szénh., 5g fehérje, 10g zsír 735 Ft 			
V2 - Levesek	Vecsési savanyúkáposzta-leves virslivel* 320 kcal, 17g szénh., 13g fehérje, 21g zsír 1120 Ft 	Tejszínes brokkoli krémleves* 239 kcal, 33g szénh., 9g fehérje, 7g zsír 950 Ft	Könnnyű tejszínes gyümölcsleves stevia édesítőszerrel* 215 kcal, 63g szénh., 5g fehérje, 6g zsír 1155 Ft	Házi kacsahúsleves gazdagon zöld- ségekkel 302 kcal, 15g szénh., 30g fehérje, 12g zsír 1190 Ft 		
ZV2 - Levesek (kis adag)	Vecsési savanyúkáposzta-leves virslivel* 213 kcal, 11g szénh., 9g fehérje, 14g zsír 830 Ft 	Tejszínes brokkoli krémleves* 159 kcal, 22g szénh., 6g fehérje, 4g zsír 695 Ft	Könnnyű tejszínes gyümölcsleves stevia édesítőszerrel* 144 kcal, 42g szénh., 3g fehérje, 4g zsír 855 Ft	Házi kacsahúsleves gazdagon zöld- ségekkel 201 kcal, 10g szénh., 20g fehérje, 8g zsír 880 Ft 		
V3 - Főzelék	Fitt magyaros tökfőzelék* 205 kcal, 30g szénh., 7g fehérje, 6g zsír 1280 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék stevia édesítőszerrel* 253 kcal, 66g szénh., 9g fehérje, 1g zsír 1220 Ft	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel* 395 kcal, 68g szénh., 20g fehérje, 8g zsír 1320 Ft			
V4 - Főzelék	Fitt magyaros tökfőzelék, fasírt (light) 630 kcal, 61g szénh., 44g fehérje, 21g zsír 1755 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék stevia édesítőszerrel, szaftos roston csirkemell 420 kcal, 71g szénh., 38g fehérje, 4g zsír 1650 Ft 	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel, Brokkoli ropogós* 713 kcal, 110g szénh., 35g fehérje, 16g zsír 1750 Ft			



CityFood étlap - 2025 - 18. hét

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
ZV4 - Főzelék (kis adag)	Fitt magyaros tökfőzelék, fasírt (light) 420 kcal, 41g szénh., 29g fehérje, 14g zsír 1295 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék stevia édesítőszerrel, szaftos roston csirkemell 279 kcal, 48g szénh., 25g fehérje, 3g zsír 1220 Ft 	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel, Brokkoli ropogós* 474 kcal, 73g szénh., 23g fehérje, 11g zsír 1295 Ft			
V5 - Főzelék	Fitt magyaros tökfőzelék, Kemencében sült csirkemell 410 kcal, 33g szénh., 40g fehérje, 12g zsír 1830 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék mini fasírttal 677 kcal, 98g szénh., 47g fehérje, 17g zsír 1695 Ft	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel, Sokmagvas rántott jércemell feltét 655 kcal, 85g szénh., 42g fehérje, 19g zsír 1695 Ft			
V6 - Főételek	Gyros pitában zöldsalátával, joghurt öntet 567 kcal, 63g szénh., 50g fehérje, 12g zsír 1980 Ft	Light házi túrógombóc meggyöntettel* 538 kcal, 112g szénh., 34g fehérje, 16g zsír 1875 Ft 	Könnnyű hortobágyi palacsinta 740 kcal, 79g szénh., 52g fehérje, 22g zsír 1870 Ft	Pácolt sajtos csirkemell, tortilla tekercsben tejfőllel zöldségekkel 984 kcal, 61g szénh., 54g fehérje, 57g zsír 2095 Ft		
V7 - Főételek	Mandulás rántott csirkemell fitt panírban, basmati rizs, fahéjas alma 924 kcal, 132g szénh., 54g fehérje, 18g zsír 1845 Ft 	Juhtúróval töltött rántott csirkemell, wok zöldségekkel 713 kcal, 44g szénh., 53g fehérje, 35g zsír 2265 Ft	Brünni sertésborda fitt panírban rizses zöldborsóval 987 kcal, 129g szénh., 51g fehérje, 28g zsír 1770 Ft 			
ZV7 - Főételek (kis adag)	Mandulás rántott csirkemell fitt panírban, basmati rizs, fahéjas alma 615 kcal, 88g szénh., 36g fehérje, 12g zsír 1365 Ft 	Juhtúróval töltött rántott csirkemell, wok zöldségekkel 474 kcal, 29g szénh., 36g fehérje, 23g zsír 1675 Ft	Brünni sertésborda fitt panírban rizses zöldborsóval 657 kcal, 86g szénh., 34g fehérje, 19g zsír 1320 Ft 			
V8 - Főételek	Mustáros csirkemell párolt káposztával, burgonyával 542 kcal, 68g szénh., 43g fehérje, 6g zsír 1795 Ft	Kemencében sült sertésjava saftjával, vecsési hordóskáposzta-ágyon 483 kcal, 21g szénh., 40g fehérje, 24g zsír 1740 Ft 	Tárkonyos mustáros csirkefalatok pe- trezselymes karfiol 502 kcal, 32g szénh., 42g fehérje, 21g zsír 1825 Ft	Klasszikus grillcsirke (fél), rizi bizi 888 kcal, 62g szénh., 108g fehérje, 22g zsír 2095 Ft 		
V9 - Főételek	Zöldfűszeres ricottával töltött jércemell joghurtos bulgursalátával 740 kcal, 85g szénh., 55g fehérje, 21g zsír 1950 Ft	Lucskos káposzta csirkemellből 565 kcal, 39g szénh., 42g fehérje, 25g zsír 1795 Ft	Csirkés chilis bab 547 kcal, 53g szénh., 39g fehérje, 18g zsír 1685 Ft 			
ZV9 - Főételek (kis adag)	Zöldfűszeres ricottával töltött jércemell joghurtos bulgursalátával 492 kcal, 57g szénh., 37g fehérje, 14g zsír 1445 Ft	Lucskos káposzta csirkemellből 378 kcal, 26g szénh., 28g fehérje, 17g zsír 1335 Ft	Csirkés chilis bab 366 kcal, 35g szénh., 26g fehérje, 12g zsír 1245 Ft 			
V10 - Főételek	Lyoni marhapecsenye (sült hagymával), párolt zöldségköret 576 kcal, 54g szénh., 39g fehérje, 20g zsír 2240 Ft	Zöldséges csirkehússal rakott kel 675 kcal, 56g szénh., 42g fehérje, 29g zsír 1855 Ft	Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 750 kcal, 87g szénh., 47g fehérje, 23g zsír 1825 Ft			
ZV10 - Főételek (kis adag)	Lyoni marhapecsenye (sült hagymával), párolt zöldségköret 384 kcal, 36g szénh., 26g fehérje, 14g zsír 1670 Ft	Zöldséges csirkehússal rakott kel 450 kcal, 37g szénh., 28g fehérje, 19g zsír 1375 Ft	Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 501 kcal, 58g szénh., 31g fehérje, 15g zsír 1350 Ft			

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
V11 - Főételek	Pirított csirkecsikok tepsis burgonyával, zöldségekkel 462 kcal, 61g szénh., 40g fehérje, 4g zsír 1820 Ft	Parajos csirkés farfalle 621 kcal, 85g szénh., 45g fehérje, 10g zsír 1655 Ft	Vadas őzgombócok, spagetti 827 kcal, 87g szénh., 60g fehérje, 30g zsír 2020 Ft			
V12 - Főételek	Sült csirkecomb, spenótos rizs 693 kcal, 90g szénh., 60g fehérje, 11g zsír 1680 Ft	Tavaszi csirkemell rizottó 958 kcal, 110g szénh., 50g fehérje, 35g zsír 1850 Ft 	Tejszínes-gombás harcsaszeletek, light szavacska tésztával 778 kcal, 65g szénh., 56g fehérje, 32g zsír 2160 Ft 			
V13 - Főételek	Édes-savanyú csirkemell basmati rizzsel 655 kcal, 120g szénh., 38g fehérje, 4g zsír 1720 Ft	Roston sült pulykamell, ananászos rizs 679 kcal, 96g szénh., 49g fehérje, 11g zsír 1875 Ft	Rakott zöldbab (sertéshússal) 516 kcal, 51g szénh., 31g fehérje, 20g zsír 1695 Ft			
V14 - Főételek	Ananásszal-sajttal rakott csirkemell basmati rizzsel 757 kcal, 117g szénh., 49g fehérje, 12g zsír 1850 Ft	Fitt bécsiszelet, rizses zöldséggel 811 kcal, 111g szénh., 50g fehérje, 18g zsír 1930 Ft 	Csípős chilis csirkecomb, gombás-cukkinis rizs 751 kcal, 97g szénh., 64g fehérje, 12g zsír 1895 Ft 			
V15 - Desszertek	Epres-vaniliás szelet* 146 kcal, 10g szénh., 4g fehérje, 10g zsír 1080 Ft	Kölespuding házi meggylekvárral* 327 kcal, 89g szénh., 10g fehérje, 5g zsír 850 Ft	Charlotte szelet* 163 kcal, 14g szénh., 6g fehérje, 9g zsír 1080 Ft			
VM - Vitál menü (kis adag leves + kis adag főétel)	Csirkehúsleves gazdagon zöldségekkel (csirkemellből), Pirított csirkecsikok tepsis burgonyával, zöldségekkel 426 kcal, 50g szénh., 42g fehérje, 5g zsír 2040 Ft 	Tejszínes brokkoli krémleves, Juhtúróval töltött rántott csirkemell, wok zöldségekkel 630 kcal, 52g szénh., 41g fehérje, 28g zsír 2250 Ft 	Tárkonyos zöldségragu leves (gomba, z.borsó, zeller, gyökér), Olaszos tepsis csirkemell, zöldséges vadrizs 693 kcal, 75g szénh., 36g fehérje, 26g zsír 1980 Ft 			
S1 - Saláta (zóna adag)	Stefánia vagdalt, majonézes burgonyasaláta 1280 Ft	Majonézes-csemegeuborkás kukoricasaláta, csirke nuggets 1230 Ft	Póréhagymás majonézes burgonyasaláta baconba tekert csirkemell 1240 Ft			
T1 - Savanyú	Uborkasaláta 280 Ft	Uborkasaláta 280 Ft	Uborkasaláta 280 Ft			
T2 - Savanyú	Paradicsomsaláta 260 Ft	Paradicsomsaláta 260 Ft	Paradicsomsaláta 260 Ft			
T3 - Savanyú	Csemegeuborka 280 Ft	Csemegeuborka 280 Ft	Csemegeuborka 280 Ft			
T4 - Savanyú	Ecetes almapaprika 260 Ft	Ecetes almapaprika 260 Ft	Ecetes almapaprika 260 Ft			
VG1 - Vegán leves	Vegán sütőtök krémleves pirított tökmaggal* 1130 Ft	Vegán lencseleves* 980 Ft	Gombaleves vegán tésztával* 1050 Ft 			

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
VG2 - Vegán főétel	Indiai fűszerezésű csicseriborsó ragu riz- zsel* 1580 Ft	Vegán majorannás zöldbabfőzelék, frank- furti feltéttel* 1630 Ft	Marokkói karfiolcurry kuskusszal* 1530 Ft			
VG2K - Vegán kis adag	Indiai fűszerezésű csicseriborsó ragu riz- zsel* 1170 Ft	Vegán majorannás zöldbabfőzelék, frank- furti feltéttel* 1195 Ft	Marokkói karfiolcurry kuskusszal* 1130 Ft			
VG3 - Vegán főétel	Vegán schnitzel petrezselymes burgonya* 2095 Ft	Vegán chilis bab steak burgonyával* 1995 Ft	Vegán burger szelet kevert salátával* 2685 Ft			
VG4 - Vegán desszert	Kókusztejberizs málnaöntettel* 930 Ft	Vegán Twix szelet* 1395 Ft	Vegán körtés-bodzás szelet* 1295 Ft			
Z1 - Zero leves	Zellerkrémleves* 980 Ft	Csirkeraguleves rizses-köleses tésztával 1150 Ft 	Fokhagymakrémleves* 950 Ft			
Z1K - Zero kis leves	Zellerkrémleves* 725 Ft	Csirkeraguleves rizses-köleses tésztával 850 Ft 	Fokhagymakrémleves * 695 Ft			
Z2 - Zero főétel	Rántott gombafejek paleo panírban, sült zellerhasábokkal* 2060 Ft 	Dijoni mustáros sertésszelet sült paradicsom- mal, hagymakarikákkal és édesbur- gonyával 2030 Ft	Paradicsomos tengergyümölcsei vörös- lencse pennével 2155 Ft			
Z3 - Zero főétel	Bolognai raguval rakott cukkini növényi feltéttel 2140 Ft	Cukkini karfiolmorzsás sertésraguval töltve, növényi feltéttel 2030 Ft	Kelkáposztafőzelék sertéspörkölttel 1630 Ft			
Z4 - Zero főétel	Édesburgonyás pulykafasírt grill zöld- séggel 2030 Ft	Rántott csirkemáj, almás céklasalátával 1920 Ft	Fokhagymagerezdekkel egybesütött roz- maringos csirkecomb nyári salátával 1880 Ft			
Z5 - Zero desszert	Tápiókapuding sült mangóval* 955 Ft	Mandulatejes, meggyes hajdinakása* 840 Ft	Feketeribizlis szelet* 1295 Ft			
M - Tartármártás	tartármártás 230 Ft	tartármártás 230 Ft	tartármártás 230 Ft			
SZK1 - Kézműves vad- kovászos (500g)	Kézműves vadkovászos szeletelt búzak- enyér 1290 Ft 	Kézműves vadkovászos szeletelt búzak- enyér 1290 Ft 	Kézműves vadkovászos szeletelt búzak- enyér 1290 Ft 			
SZK2 - Parasztkenyér (750g)	Parasztkenyér szeletelve 990 Ft 	Parasztkenyér szeletelve 990 Ft 	Parasztkenyér szeletelve 990 Ft 			



CityFood étlap - 2025 - 18. hét

	2025.04.28. - hétfő	2025.04.29. - kedd	2025.04.30. - szerda	2025.05.01. - csütörtök	2025.05.02. - péntek	2025.05.03. - szombat
SZK3 - Káposztalevélen sült házi cipó (500g)	Káposztalevélen sült házi cipó szeletelve 680 Ft 	Káposztalevélen sült házi cipó szeletelve 680 Ft 	Káposztalevélen sült házi cipó szeletelve 680 Ft 			
SZK4 - Durum cipó (500g)	Durum cipó szeletelve 895 Ft 	Durum cipó szeletelve 895 Ft 	Durum cipó szeletelve 895 Ft 			
V - Vekni	Vekni 195 Ft	Vekni 195 Ft	Vekni 195 Ft			