

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
NK1 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhető		Paradicsomleves* 835 Ft	Paradicsomleves* 835 Ft	Paradicsomleves* 835 Ft	Paradicsomleves* 835 Ft	
ZNK1 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhető		Paradicsomleves* 585 Ft	Paradicsomleves* 585 Ft	Paradicsomleves* 585 Ft	Paradicsomleves* 585 Ft	
NK2 - City SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhető		Tejszínes őszibarackleves* 955 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 955 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 955 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 955 Ft	
ZNK2 - City SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhető		Tejszínes őszibarackleves* 665 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 665 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 665 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 665 Ft	
NK3 - City SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető		Csirkemell paprikás, galuska 1575 Ft	Csirkemell paprikás, galuska 1575 Ft	Csirkemell paprikás, galuska 1575 Ft	Csirkemell paprikás, galuska 1575 Ft	
ZNK3 - City SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető		Csirkemell paprikás, galuska 1095 Ft	Csirkemell paprikás, galuska 1095 Ft	Csirkemell paprikás, galuska 1095 Ft	Csirkemell paprikás, galuska 1095 Ft	
NK4 - City SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető		Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), zöldséges rizs 1685 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), zöldséges rizs 1685 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), zöldséges rizs 1685 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), zöldséges rizs 1685 Ft	
ZNK4 - City SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető		Mátrai borzaska, zöldséges rizs 1180 Ft	Mátrai borzaska, zöldséges rizs 1180 Ft	Mátrai borzaska, zöldséges rizs 1180 Ft	Mátrai borzaska, zöldséges rizs 1180 Ft	
NK5 - City SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető		Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1770 Ft	Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1770 Ft	Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1770 Ft	Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1770 Ft	
ZNK5 - City SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető		Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1240 Ft	Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1240 Ft	Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1240 Ft	Pulykamell Cordon Bleu, zöldséges jázmin rizs 1240 Ft	
NK6 - City SLÁGER Desszert 12-ig rendelhető		Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	Tejbegríz kakaóval* 555 Ft	
A - Leves (6 dl)		Nyírségi gombóclevés 1195 Ft	Húsleves gazdagon 940 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 995 Ft	Gulyásleves 1195 Ft	Frankfurti leves 1045 Ft
ZA - Leves (3-3,5 dl kis adag)		Nyírségi gombóclevés 840 Ft	Húsleves gazdagon 660 Ft	Tárkonyos pulykaraguleves 695 Ft	Gulyásleves 835 Ft	Frankfurti leves 730 Ft
B - Leves (6 dl)		Tejszínes póréhagymás burgonyaleves* 825 Ft	Zöldbableves* 875 Ft	Minestrone (olasz zöldség) leves* 770 Ft	Magyaros gombaleves* 870 Ft	



	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
ZB - Leves (3-3,5 dl kis adag)		Tejszínes póréhagymás burgonyaleves* 580 Ft	Zöldbaleves* 595 Ft	Minestrone (olasz zöldség) leves* 540 Ft	Magyaros gombaleves* 595 Ft 	
C - Leves (6 dl)		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)		Hideg meggyleves* 625 Ft	Őszibarack leves* 675 Ft	Erdei gyümölcsleves* 685 Ft	Tejszínes ribizlileves* 585 Ft	
CF1 - City-Fitt		Rokfortos csirkés durumtészta penne 940 kcal, 100g szénh., 54g fehérje, 31g zsír 1695 Ft	Hagymás rostélyos jázmin rizs, zöldsöket 685 kcal, 88g szénh., 43g fehérje, 18g zsír 1985 Ft	Light erdei gombás szarvasragu durum spagettivel 785 kcal, 73g szénh., 52g fehérje, 33g zsír 1725 Ft 	Császárszalonnás-sajtos rakott brokkoli 733 kcal, 33g szénh., 30g fehérje, 52g zsír 1785 Ft	Vadas marhaszeletek, durumtésztaival 761 kcal, 105g szénh., 45g fehérje, 20g zsír 1795 Ft
ZCF1 - City-Fitt (kis adag)		Rokfortos csirkés durumtészta penne 564 kcal, 60g szénh., 38g fehérje, 18g zsír 1190 Ft	Hagymás rostélyos jázmin rizs, zöldsöket 411 kcal, 53g szénh., 26g fehérje, 11g zsír 1395 Ft	Light erdei gombás szarvasragu durum spagettivel 471 kcal, 44g szénh., 31g fehérje, 20g zsír 1195 Ft 	Császárszalonnás-sajtos rakott brokkoli 441 kcal, 20g szénh., 18g fehérje, 31g zsír 1250 Ft	Vadas marhaszeletek, durumtésztaival 456 kcal, 63g szénh., 27g fehérje, 12g zsír 1255 Ft
CF2 - City-Fitt		Olivás paradicsomos fetával töltött pulykamell, vajás bébirépa 745 kcal, 38g szénh., 45g fehérje, 42g zsír 1880 Ft	Rakott kel csirkemellel, sajttal 786 kcal, 70g szénh., 55g fehérje, 29g zsír 1860 Ft	Nagy light túrógombóca házi meggyöntettel* 530 kcal, 110g szénh., 34g fehérje, 16g zsír 1695 Ft	Kemencés csirkecomb pikáns szósszal, zöldsöket 446 kcal, 29g szénh., 56g fehérje, 12g zsír 1690 Ft	
ZCF2 - City-Fitt (kis adag)		Olivás paradicsomos fetával töltött pulykamell, vajás bébirépa 447 kcal, 23g szénh., 27g fehérje, 26g zsír 1295 Ft	Rakott kel csirkemellel sajttal 471 kcal, 42g szénh., 33g fehérje, 18g zsír 1295 Ft	Nagy light túrógombóca házi meggyöntettel* 318 kcal, 66g szénh., 20g fehérje, 9g zsír 1190 Ft	Kemencés csirkecomb pikáns szósszal, zöldsöket 267 kcal, 17g szénh., 34g fehérje, 7g zsír 1185 Ft	
D1 - Főzelék		Sárgaborsó főzelék 920 Ft	Tejfölös burgonyafőzelék* 1085 Ft	Lencsefőzelék* 1070 Ft	Tejfölös babfőzelék* 1095 Ft	
ZD1 - Főzelék (kis adag)		Sárgaborsófőzelék 645 Ft	Tejfölös burgonyafőzelék* 760 Ft	Lencsefőzelék* 750 Ft	Tejfölös babfőzelék* 765 Ft	
D2 - Főzelék feltéttel		Sárgaborsó főzelék, virslipörkölt 1375 Ft	Tejfölös burgonyafőzelék, sertéspörkölt 1560 Ft	Lencsefőzelék, Egybe fasírt 1555 Ft	Tejfölös babfőzelék, Rántott párizsi 1745 Ft	
ZD2 - Főzelék (zóna adag)		Sárgaborsófőzelék, virslipörkölt 960 Ft	Tejfölös burgonyafőzelék, sertéspörkölt 1090 Ft	Lencsefőzelék, Egybe fasírt 1090 Ft	Tejfölös babfőzelék, Rántott párizsi 1220 Ft	
D3 - Főzelék feltéttel		Sárgaborsó főzelék, sült debreceni 1495 Ft	Tejfölös burgonyafőzelék, kemencés csirkemell 1695 Ft	Lencsefőzelék, füstölt pulykacomb 1665 Ft	Tejfölös babfőzelék, marhapörkölt 1735 Ft	
ZD3 - Főzelék (zóna adag)		Sárgaborsófőzelék, sült debreceni 1045 Ft	Tejfölös burgonyafőzelék, kemencés csirkemell 1195 Ft	Lencsefőzelék, füstölt pulykacomb 1165 Ft	Tejfölös babfőzelék, marhapörkölt 1195 Ft	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
E1 - Rántott		Párizsi jércemell, petrezselymes burgonya, rizi-bizi 1640 Ft	Rántott harcsa, tepsis burgonya 1965 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)		Párizsi jércemell, rizi-bizi 1150 Ft	Rántott harcsa, tepsis burgonya 1375 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		Párizsi jércemell, petrezselymes burgonya 1575 Ft	Rántott harcsa, kukoricás rizs 1925 Ft	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1695 Ft	Pulykamell zöldséges párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1695 Ft	
ZE2 - Rántott (kis adag)		Párizsi jércemell, petrezselymes burgonya 1095 Ft	Rántott harcsa, kukoricás rizs 1350 Ft	Rántott mozzarella, burgonyapüré* 1190 Ft	Pulykamell zöldséges párizsi bundában, petrezselymes burgonya 1190 Ft	
E3 - Rántott		Mátrai betyár balyu, jázmin rizs, tartár-mártás 1845 Ft	Rántott csirkemell, Tejszínes gombás spagetti 1760 Ft 	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, petrezselymes burgonya 1730 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1650 Ft	
ZE3 - Rántott (kis adag)		Mátrai betyár balyu, jázmin rizs, tartár-mártás 1290 Ft	Rántott csirkemell, Tejszínes gombás spagetti 1230 Ft 	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, petrezselymes burgonya 1195 Ft	Rántott csirkecomb, rizi-bizi 1155 Ft	
E4 - Rántott		Mátrai betyár balyu, petrezselymes burgonya 1765 Ft	Rántott csirkemell, kukoricás rizs 1680 Ft	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, rizi-bizi 1795 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1575 Ft	
ZE4 - Rántott (kis adag)		Mátrai betyár balyu, petrezselymes burgonya 1235 Ft	Rántott csirkemell, kukoricás rizs 1175 Ft	Sajttal, sonkával töltött sertés borda rántva, rizi-bizi 1255 Ft	Rántott csirkecomb, petrezselymes burgonya 1095 Ft	
RV - Rántott Vega		Rántott vegyes zöldség (gomba, brokkoli, karfiol), petrezselymes burgonya, tartár-mártás* 1595 Ft 	Rántott camambert diós bundában, jázmin rizs* 1825 Ft	Rántott sajt tál (mozzarella, trappista, füstölt sajt), rizi-bizi, tartár-mártás* 1795 Ft	Rántott brokkoli szezámgyöngyös bundában, jázmin rizs, tartár-mártás* 1595 Ft	
ZRV - Rántott vega (kis adag)		Rántott vegyes zöldség (gomba, brokkoli, karfiol), petrezselymes burgonya, tartár-mártás* 1095 Ft 	Rántott camambert diós bundában, jázmin rizs* 1280 Ft	Rántott sajt tál (mozzarella, trappista, füstölt sajt), rizi-bizi, tartár-mártás* 1255 Ft	Rántott brokkoli szezámgyöngyös bundában, jázmin rizs, tartár-mártás* 1095 Ft	
VAD - Vadvilág		Szarvaspörkölt galuskával 1850 Ft	Vaddisznó chili con carne 1755 Ft	Kemencében sült szarvascomb áfonyamártással, mogoróburgonyával 2080 Ft	Szarvas stroganoff jázmin rizzsel 1965 Ft 	
ZVAD - Vadvilág (kis adag)		Szarvaspörkölt galuskával 1295 Ft	Vaddisznó chili con carne 1230 Ft	Kemencében sült szarvascomb áfonyamártással, mogoróburgonyával 1455 Ft	Szarvas stroganoff jázmin rizzsel 1375 Ft 	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
W3 - Halak		Bakonyi harcsafilé, galuska 1645 Ft 	Hekk rántva, jázmin rizs, tartármártás 1895 Ft	Chilis fűszeres rántott harcsa amerikai káposzta saláta 1875 Ft	Rántott tengeri hal, diós bundában, jázmin rizs 1760 Ft	
ZW3 - Halak (kis adag)		Bakonyi harcsafilé, galuska 1150 Ft 	Hekk rántva, jázmin rizs, tartármártás 1330 Ft	Chilis fűszeres rántott harcsa amerikai káposzta saláta 1295 Ft	Rántott tengeri hal, diós bundában, jázmin rizs 1230 Ft	
TP - Tortilla és pita		Friss zöldséges, csirkés tortilla 1795 Ft	Sajtos, kemencés csirkemell tortilla tekercsben, jégsaláta, paradicsom 1795 Ft	Gyros pitában, joghurt öntet 1795 Ft	Mexikói húsos, babos tortilla Csalpós 1795 Ft	
F - Főétel		Borjúpaprikás, galuska 1940 Ft	Mézes-ropogós csirkeszárny, zöldséges rizs 1650 Ft	Baconba tekert csirkecomb, fűszeres, tepsis burgonya 1785 Ft	Négysajtos csirkefalatok, vegyes köret 1875 Ft	
ZF - Főétel (kis adag)		Borjúpaprikás galuskával 1360 Ft	Mézes-ropogós csirkeszárny, zöldséges rizs 1155 Ft	Baconba tekert csirkecomb, fűszeres, tepsis burgonya 1250 Ft	Négysajtos csirkefalatok, vegyes köret 1320 Ft	
G - Főétel		Lyoni sertésszelet, petrezselymes burgonya 1650 Ft	Hagymás tejfölben sült pulykamell, tepsis burgonya 1790 Ft	Sertésborda jóasszony módra, tepsis burgonya 1665 Ft 	Borsos tokány, párolt rizs 1740 Ft	Húsos lasagne 1795 Ft
ZG - Főétel (kis adag)		Lyoni sertésszelet, petrezselymes burgonya 1155 Ft	Hagymás tejfölben sült pulykamell, tepsis burgonya 1255 Ft	Sertésborda jóasszony módra, tepsis burgonya 1165 Ft 	Borsos tokány, párolt rizs 1220 Ft	Húsos lasagne 1255 Ft
H - Főétel		Pacalpörkölt, sós burgonya 1795 Ft	Milánói spagetti 1555 Ft 	Háromsajtos sonkás makaróni csöben sütte (parmezán, füstölt sajt, trappista) 1585 Ft	Édes-savanyú csirkemell jázmin rizs 1755 Ft	Paprikás krumpli virslivel 1595 Ft
ZH - Főétel (kis adag)		Pacalpörkölt, sós burgonya 1260 Ft	Milánói spagetti 1090 Ft 	Háromsajtos sonkás makaróni csöben sütte (parmezán, füstölt sajt, trappista) 1120 Ft	Édes-savanyú csirkemell jázmin rizs 1230 Ft	Paprikás krumpli virslivel 1120 Ft
I - Főétel		Bácskai rizseshús 1545 Ft	Mustáros csípős aprópecsenye, sült burgonya 1695 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1545 Ft	Túrós csusza bacon szalonnával 1695 Ft	
ZI - Főétel (kis adag)		Bácskai rizseshús 1080 Ft	Mustáros csípős aprópecsenye, sült burgonya 1195 Ft	Vargabéles (túrós, mazsolás rakott tészta)* 1080 Ft	Túrós csusza bacon szalonnával 1190 Ft	
J - Főétel		Fűszeres csirkemell falatok, tepsis burgonya 1695 Ft	Szilvalekváros derelye* 1585 Ft	Csirkemell vadas mártással, tészta köret 1595 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1750 Ft	
ZJ - Főétel (kis adag)		Fűszeres csirkemell falatok, tepsis burgonya 1195 Ft	Szilvalekváros derelye* 1095 Ft	Csirkemell vadas mártással, tészta köret 1095 Ft	Húsos rakott kelkáposzta 1225 Ft	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
Y - City ajánlat		Rántott csirkeszárny rizi bizi 1740 Ft	Csirke saslik, sajtos rizzsel 1970 Ft 	Szaftos baconos mustáros marhapedcsenyé lyoni hagymával, rizi-bizi 2135 Ft	Cigánypecsenye, kolozsvári szalonnával, hasábburgonya 1980 Ft	
TA - Takarékos főétel		Káposztás tészta* 1225 Ft	Házi fasírt, hagymás tört burgonya 1495 Ft	Sült csirkemell tejszínes gombamártásban, párolt rizs 1370 Ft 	Pincepörkölt (sertés comb, kolbász, burgonya egybefőzve) 1450 Ft	
LAK - Laktózmentes		Vasi pecsenye baconos burgonyapüré 1740 Ft	Mátrai borzas csirkemell kukoricás rizs 1880 Ft	Libamájjal töltött borda házi burgonyapürével 2085 Ft	Bakonyi csirkemelltokány galuska 1695 Ft 	
ZLAK - Laktózmentes (kís adag)		Vasi pecsenye baconos burgonya püré 1220 Ft	Mátrai borzas csirkemell kukoricás rizs 1295 Ft	Libamájjal töltött borda házi burgonyapüré 1460 Ft	Bakonyi csirkemelltokány galuska 1195 Ft 	
CM - CityMenü (Fél adag leves + fél adag főétel)		Májgaluska leves, Paprikás burgonya virslivel 1270 Ft 	Grízgaluska leves, Székelykáposzta 1275 Ft 	Lebbencsleves, Sajttal töltött rántott csirkemell rizi bizi 1365 Ft 	Lencsegyulás leves, Gyümölcsrizs 1485 Ft 	
TM - Takarékos Zóna menü - egész hétre		Magyaros karfiolleves, Káposztás tészta* 1420 Ft	Csontleves csigatésztával, Házi fasírt, hagymás tört burgonya 1495 Ft	Fahéjas almaleves, Sült csirkemell tejszínes gombamártásban, párolt rizs 1495 Ft 	Magyaros gombaleves, Pincepörkölt (sertés comb, kolbász, burgonya egybefőzve) 1470 Ft 	
M1 - Menü1 - egész hétre		Tejszínes póréhagymás burgonyaleves, Káposztás tészta 1695 Ft	Zöldbaleves, Házi fasírt, hagymás tört burgonya 1975 Ft	Minestrone (olasz zöldség) leves, Sült csirkemell tejszínes gombamártásban, párolt rizs 1795 Ft 	Magyaros gombaleves, Pincepörkölt (sertés comb, kolbász, burgonya egybefőzve) 1935 Ft 	
X - Citymix (2xfél adag)		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 1695 Ft	
ZM - Zóna menü		Hideg meggyleves, Párizsi jércemell, rizi-bizi 1695 Ft	Zöldbaleves, Milánói spagetti 1595 Ft 	Tárkonyos pulykaraguleves, Lencsefőzelék, Egybe fasírt 1695 Ft	Gulyásleves, Túrós csusza bacon szalonnával 1920 Ft	Frankfurti leves, Majorannás rántott csirkemell filé, rizi-bizi 1785 Ft
L - Palacsinta (2db)		Gesztenyés palacsinta tejszínhabbal* 865 Ft	Túrós palacsinta eperöntettel* 895 Ft	Hortobágyi húsos palacsinta 1620 Ft	Nutellás palacsinta, vanília öntet* 1065 Ft	
N1 - Desszert		Bécsi krémes 935 Ft	Kókusz tekercs 875 Ft	Madártej 595 Ft	Meggyes piskóta csoki öntet 795 Ft	Mákos guba 595 Ft
N2 - Desszert		Somlói galuska 895 Ft	Barackos gyümölcsrizs 660 Ft	Diós marlenka 915 Ft	Piskóta tekercs házi baracklevárral 855 Ft	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
V1 - Levesek		Light tejfölös lencseleves zöldségekkel* 364 kcal, 42g szénh., 18g fehérje, 7g zsír 880 Ft	Gulyásleves zöldségekkel gazdagon (burgonya nélkül) 375 kcal, 21g szénh., 27g fehérje, 19g zsír 1195 Ft	Húsleves sovány pulykamellből 252 kcal, 18g szénh., 33g fehérje, 4g zsír 1095 Ft	Könnyű tejfölös zöldbableves* 189 kcal, 25g szénh., 6g fehérje, 7g zsír 870 Ft	
ZV1 - Levesek (kis adag)		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 pulykamellből 168 kcal, 12g szénh., 21g fehérje, 2g zsír 795 Ft	Könnyű tejfölös zöldbableves* 126 kcal, 17g szénh., 4g fehérje, 5g zsír 645 Ft	
V2 - Levesek		Vadraguleves (light) 448 kcal, 32g szénh., 29g fehérje, 22g zsír 1060 Ft	Csontleves friss zöldségekkel cérnabetéttel 162 kcal, 24g szénh., 8g fehérje, 9g zsír 860 Ft	Light tejszínes zöldborsókrém leves kis kocka tésztával* 400 kcal, 57g szénh., 19g fehérje, 8g zsír 965 Ft	Tárkonyos-joghurtos pulykaraguleves 366 kcal, 24g szénh., 35g fehérje, 14g zsír 995 Ft	
ZV2 - Levesek (kis adag)		Vadraguleves (light) 300 kcal, 22g szénh., 19g fehérje, 15g zsír 785 Ft	Csontleves friss zöldségekkel cérnabetéttel 108 kcal, 16g szénh., 5g fehérje, 6g zsír 635 Ft	Light tejszínes zöldborsókrém leves kis kocka tésztával* 267 kcal, 38g szénh., 13g fehérje, 5g zsír 695 Ft	Tárkonyos-joghurtos pulykaraguleves 243 kcal, 16g szénh., 23g fehérje, 9g zsír 735 Ft	
V3 - Főzelék		Magyaros zöldbabfőzelék (light)* 202 kcal, 29g szénh., 6g fehérje, 5g zsír 1085 Ft	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel* 395 kcal, 68g szénh., 20g fehérje, 8g zsír 1125 Ft	Tejfölös vöröslencse főzelék* 562 kcal, 76g szénh., 31g fehérje, 13g zsír 1035 Ft	Joghurtos, kapos tökfőzelék stevia édesítőszerrel* 216 kcal, 61g szénh., 10g fehérje, 5g zsír 1195 Ft	
V4 - Főzelék		Magyaros zöldbabfőzelék (light), Fűszeres rántott csirkemell 515 kcal, 51g szénh., 36g fehérje, 17g zsír 1495 Ft	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel, Brokkoli ropogós* 713 kcal, 110g szénh., 35g fehérje, 16g zsír 1520 Ft	Tejfölös vöröslencse főzelék, Fűszeres csirkefasírt 929 kcal, 101g szénh., 72g fehérje, 23g zsír 1470 Ft	Joghurtos, kapos tökfőzelék stevia édesítőszerrel, rántott csirkemellfilé 551 kcal, 89g szénh., 39g fehérje, 16g zsír 1580 Ft	
ZV4 - Főzelék (kis adag)		Magyaros zöldbabfőzelék (light), Fűszeres rántott csirkemell 342 kcal, 34g szénh., 24g fehérje, 11g zsír 1095 Ft	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel, Brokkoli ropogós* 474 kcal, 73g szénh., 23g fehérje, 11g zsír 1125 Ft	Tejfölös vöröslencse főzelék, Fűszeres csirkefasírt 618 kcal, 67g szénh., 48g fehérje, 16g zsír 1090 Ft	Joghurtos, kapos tökfőzelék stevia édesítőszerrel, rántott csirkemellfilé 366 kcal, 59g szénh., 26g fehérje, 11g zsír 1170 Ft	
V5 - Főzelék		Magyaros zöldbabfőzelék (light), Vaslapon sült csirkefalatok 378 kcal, 30g szénh., 34g fehérje, 12g zsír 1580 Ft	Zsenge zöldborsófőzelék stevia édesítőszerrel, Sokmagvas rántott jércemell feltét 655 kcal, 85g szénh., 42g fehérje, 19g zsír 1495 Ft	Tejfölös vöröslencse főzelék, Pulykapörkölt 933 kcal, 85g szénh., 71g fehérje, 32g zsír 1445 Ft	Joghurtos, kapos tökfőzelék stevia édesítőszerrel, sült virsli 513 kcal, 61g szénh., 21g fehérje, 33g zsír 1550 Ft	
V6 - Főételek		Fitt parajos lasagne tojással 801 kcal, 80g szénh., 32g fehérje, 38g zsír 1580 Ft	Light stroganoff szarvastokány basmati rizszel 805 kcal, 103g szénh., 51g fehérje, 22g zsír 1895 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 1825 Ft	
V7 - Főételek		Csirkemell sajtos bundában, zöldséges barna rizs 917 kcal, 112g szénh., 59g fehérje, 23g zsír 1745 Ft	Fitt milánói sertés borda stevia édesítőszerrel 943 kcal, 94g szénh., 64g fehérje, 41g zsír 1890 Ft 	Mátrai borzas csirkemell, Rizses zöldség 828 kcal, 76g szénh., 51g fehérje, 36g zsír 1835 Ft	Cordon bleu pulykamell, Párolt zöldségekkel (zöldbab, bécirépa, ilahagyma) 609 kcal, 40g szénh., 58g fehérje, 22g zsír 1895 Ft	
ZV7 - Főételek (kis adag)		Csirkemell sajtos bundában, zöldséges barna rizs 612 kcal, 74g szénh., 40g fehérje, 15g zsír 1295 Ft	Fitt milánói sertés borda stevia édesítőszerrel 630 kcal, 62g szénh., 43g fehérje, 27g zsír 1395 Ft 	Mátrai borzas csirkemell, Rizses zöldség 552 kcal, 50g szénh., 34g fehérje, 24g zsír 1360 Ft	Cordon bleu pulykamell, Párolt zöldségekkel (zöldbab, bécirépa, ilahagyma) 389 kcal, 24g szénh., 38g fehérje, 15g zsír 1395 Ft	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
V8 - Főételek		Székelykáposztával rakott burgonya (csirkemellfiléből) 678 kcal, 77g szénh., 43g fehérje, 20g zsír 1595 Ft	Sült csirkecomb párolt káposztával stevia édesítőszerrel 498 kcal, 38g szénh., 57g fehérje, 11g zsír 1655 Ft	Pulyka gyros tzatzikivel 544 kcal, 19g szénh., 49g fehérje, 30g zsír 1645 Ft	Leccsó virslivel, rizzsel 649 kcal, 91g szénh., 21g fehérje, 27g zsír 1565 Ft	
V9 - Főételek		Bajor csirkecomb burgonyával, parajjal 653 kcal, 56g szénh., 63g fehérje, 17g zsír 1640 Ft	Zöldfűszeres sült csirkemell, wok zöldségekkel 441 kcal, 25g szénh., 38g fehérje, 19g zsír 1735 Ft	Roston sült csirkemell, zöldséges barna rizs 681 kcal, 92g szénh., 43g fehérje, 13g zsír 1655 Ft	Fűszeres mustáros roston csirkemellfilé görög saláta 438 kcal, 25g szénh., 44g fehérje, 17g zsír 1745 Ft	
ZV9 - Főételek (kis adag)		Bajor csirkecomb burgonyával, parajjal 435 kcal, 37g szénh., 42g fehérje, 12g zsír 1195 Ft	Zöldfűszeres sült csirkemell, wok zöldségekkel 294 kcal, 17g szénh., 25g fehérje, 13g zsír 1285 Ft	Roston sült csirkemell, zöldséges barna rizs 453 kcal, 61g szénh., 29g fehérje, 9g zsír 1225 Ft	Fűszeres mustáros roston csirkemellfilé görög saláta 291 kcal, 17g szénh., 29g fehérje, 11g zsír 1295 Ft	
V10 - Főételek		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 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 - Főételek (kis adag)		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 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 - Főételek		Fitt házi csirkegolyók tejszínes gombamártásban, basmati rizs 876 kcal, 137g szénh., 55g fehérje, 13g zsír 1785 Ft 	Mexikói chilis rizses csirke 619 kcal, 86g szénh., 43g fehérje, 14g zsír 1575 Ft	Székelykáposzta csirkemellből 454 kcal, 26g szénh., 37g fehérje, 21g zsír 1545 Ft	Tonhalas bulgursaláta 676 kcal, 87g szénh., 39g fehérje, 21g zsír 1695 Ft 	
V12 - Főételek		Könnnyű túrós csusza* 761 kcal, 76g szénh., 38g fehérje, 34g zsír 1675 Ft	Zöldséges öngolyók fűszeres paradicsommártással bulgurral 725 kcal, 108g szénh., 50g fehérje, 12g zsír 1695 Ft	Grillezett sajtos csirkemellfilé, gombás, cukkinis rizzsel 743 kcal, 89g szénh., 53g fehérje, 20g zsír 1750 Ft 	Roston sült sajtos - tejfölös csirkemell, párolt zöldségköret 488 kcal, 31g szénh., 49g fehérje, 17g zsír 1680 Ft	
V13 - Főételek		Indonéz rizses csirke 695 kcal, 108g szénh., 42g fehérje, 13g zsír 1595 Ft	Bakonyi sertésszelet, tészta köret 698 kcal, 54g szénh., 46g fehérje, 33g zsír 1650 Ft 	Light borjúpaprikás fitt, szarvacska tésztával 739 kcal, 54g szénh., 45g fehérje, 38g zsír 1985 Ft	Töltött paprika csirkemellből stevia édesítőszerrel, sós burgonya 636 kcal, 85g szénh., 43g fehérje, 16g zsír 1745 Ft	
V14 - Főételek		Bácskai csirkemell, hajdinakásával 364 kcal, 37g szénh., 39g fehérje, 6g zsír 1595 Ft	Négysajttal töltött csirkemell zabpelyhes panírban, rizses zöldség 1033 kcal, 129g szénh., 68g fehérje, 26g zsír 1765 Ft 	Zöldséges szarvashús golyók káposzta paprikás mártásban bulgurral 915 kcal, 101g szénh., 63g fehérje, 30g zsír 1795 Ft	Fűszeres túróval parajjal töltött csirkemellfilé hagymás karottás rizzsel 661 kcal, 80g szénh., 48g fehérje, 16g zsír 1680 Ft	
V15 - Desszertek		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 erdő szelet* 175 kcal, 17g szénh., 7g fehérje, 9g zsír 960 Ft	
VM - Vítál menü (kis adag leves + kis adag főétel)		Light tejfölös lencseleves zöldségekkel, Fitt rakott zöldbab (csirkemellel, tejföllel) 555 kcal, 56g szénh., 38g fehérje, 18g zsír 1795 Ft 	Csontleves friss zöldségekkel cérnámetéltel, Fitt milánói sertés borda stevia édesítőszerrel 753 kcal, 83g szénh., 49g fehérje, 33g zsír 1930 Ft 	Húsleves sovány pulykamellből, Mátrai borzas csirkemell, Rizses zöldség 720 kcal, 62g szénh., 56g fehérje, 26g zsír 2045 Ft 	Könnnyű tejfölös zöldbableves, Fűszeres mustáros roston csirkemellfilé görög saláta 417 kcal, 33g szénh., 33g fehérje, 16g zsír 1845 Ft 	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
S1 - Saláta (zóna adag)		Frankfurti saláta 1165 Ft	Majonézés lilahagymás sonkás burgonyasaláta tojással 1095 Ft	Franciasaláta stevia édesítőszerrel, tormás sonkatekercs 1095 Ft	Csirkeemell csíkok, joghurtos vitaminsaláta, joghurt öntet 1095 Ft	
EB3 - Eisberg salátatál		Görög salátatál* 1070 Ft	Görög salátatál* 1070 Ft	Görög salátatál* 1070 Ft	Görög salátatál* 1070 Ft	
EB4 - Eisberg salátatál		Tonhalas salátatál 1220 Ft	Tonhalas salátatál 1220 Ft	Tonhalas salátatál 1220 Ft	Tonhalas salátatál 1220 Ft	
EB5 - Eisberg salátatál		Falafel salátatál (Vegán)* 1220 Ft	Falafel salátatál (Vegán)* 1220 Ft	Falafel salátatál (Vegán)* 1220 Ft	Falafel salátatál (Vegán)* 1220 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	
VG1 - Vegán leves		Narancsos-chilis sárgarépakrém-leves, pirított napraforgómaggal* 920 Ft	Paradicsomleves* 820 Ft	Vegán erdei gombakrémleves durumtésztával* 1250 Ft 	Vegán karfiol krémleves, pirított zsemleleköckő* 895 Ft	
VG2 - Vegán főétel		Karfiolos sütőtökfőzelék vegán golyóval* 1660 Ft	Vegán brassói natúrhalat* 2350 Ft	Tárkonyos lencsefőzelék vegán golyóval* 1660 Ft	Hortobágyi vegán tészta* 2235 Ft	

	2023.10.23. - hétfő	2023.10.24. - kedd	2023.10.25. - szerda	2023.10.26. - csütörtök	2023.10.27. - péntek	2023.10.28. - szombat
VG2K - Vegán kis adag		Karfiolos sütőtökfőzelék vegán golyóval* 1230 Ft	Vegán brassói natúrfalet* 1740 Ft	Tárkonyos lencsefőzelék vegán golyóval* 1230 Ft	Hortobágyi vegán tészta* 1655 Ft	
VG3 - Vegán főétel		Vegán chilis bab steak burgonyával* 1695 Ft	Vegán zöldséges lasagne* 1690 Ft 	Vegán lecsó bulgurral* 1395 Ft	Bazsalikomos marokkói bab bulgurral* 1395 Ft	
VG4 - Vegán desszert		Szilvalekváros vegán gombóc* 775 Ft	Vegán kávé torta* 1095 Ft	Vegán málna torta* 1095 Ft	Kókusztejbegríz, kakaós szórással* 760 Ft	
Z1 - Zero leves		Klasszikus paradicsomleves rizsbetéttel* 895 Ft	Frankfurti leves paleo virslivel 970 Ft	Spenótkrémeleves* 975 Ft	Tárkonyos csirkeraguleves gazdagon 1020 Ft 	
Z1K - Zero kis leves		Klasszikus paradicsomleves rizsbetéttel* 660 Ft	Frankfurti leves paleo virslivel 720 Ft	Spenótkrémeleves* 720 Ft	Tárkonyos csirkeraguleves gazdagon 755 Ft 	
Z2 - Zero főétel		Rántott csirkemell aranybarna paleo panírban karfiolrizsszel 2085 Ft	Tepsis zöldségek grillezett mustáros tartájával 1945 Ft	Lecsós sertéspörkölt rizses-köleses fusillivel 1675 Ft	Rostonsült harcsaszletek színes salátaágyon 2065 Ft	
Z3 - Zero főétel		Hüspogácsa ropogós rukkola salátával 1695 Ft	Kakukkfűves tökehalfilé vegyes, kevert salátával 1995 Ft	Rostonsült csirkemáj karfiolpüré 1595 Ft	Lacipecsenye, lecsós hajdinával 1695 Ft	
Z4 - Zero főétel		Rakott karfiol csirkehússal növényi feltéttel 1770 Ft	Sonkás-gombás rizottó (jázmin rizzsel) 1785 Ft 	Reszelt máj főtt quinoával és párolt fahéjas almával 1440 Ft	Szezámmagos, roston pulykamell, almás céklasalátával 1595 Ft	
Z5 - Zero desszert		Gyümölcsös tápiókapuding* 750 Ft	Eper torta paleo módra* 1130 Ft	Amerikai csokoládétorta* 1035 Ft	Paleo almás csokoládészelet* 1130 Ft	
M - Tartármártás		tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	tartármártás 190 Ft	
SZK1 - Búzakenyér (500g)		Szeletelt búzakenyér 490 Ft	Szeletelt búzakenyér 490 Ft	Szeletelt búzakenyér 490 Ft	Szeletelt búzakenyér 490 Ft	
SZK2 - Teljes kiőrlésű kenyér (500g)		Szeletelt teljes kiőrlésű kenyér 640 Ft	Szeletelt teljes kiőrlésű kenyér 640 Ft	Szeletelt teljes kiőrlésű kenyér 640 Ft	Szeletelt teljes kiőrlésű kenyér 640 Ft	
V - Vekni		Vekni 150 Ft	Vekni 150 Ft	Vekni 150 Ft	Vekni 150 Ft	