

| <u>21.HÉT</u> | <u>METROPOL ALLIANZ ÉTTEREM</u> | | | | | | | | | | | <u>2023.05.22.-2023.05.26.</u> | | | |
|--------------------------------|---|------------------|---------------|--|------------------|---------------|---|------------------|-----------------|---|------------------|--------------------------------|---|------------------|-----------------|
| <u>Allianz</u> | <u>Hétfő</u> | <u>Fél</u> | <u>Ár</u> | <u>Kedd</u> | <u>Fél</u> | <u>Ár</u> | <u>Szerda</u> | <u>Fél</u> | <u>Ár</u> | <u>Csütörtök</u> | <u>Fél</u> | <u>Ár</u> | <u>Péntek</u> | <u>Fél</u> | <u>Ár</u> |
| Menü | Tárkonyos zöldségleves csirkegombóccal | 1,450 Ft | | Paradicsomleves betűtésztaival | 1,450 Ft | | Gulyásleves | 1,450 Ft | | Csontleves eperlevél tésztával | 1,450 Ft | | Zöldborsóleves csurgatott tésztával | 1,450 Ft | |
| | Kapros tökfőzelék rántott párizsi | | | Zöldséges rizses csirke | | | Lekváros bukta | | | Milánói makaróni reszelt sajt | | | Tarhonyás hús | | |
| Meleg levesek | Magyaros gombaleves | 425 Ft | 655 Ft | Paradicsomleves betűtésztaival | 425 Ft | 655 Ft | Tejszínes zöldségleves | 425 Ft | 655 Ft | Csontleves eperlevél tésztával | 425 Ft | 655 Ft | Zöldborsóleves csurgatott tésztával | 425 Ft | 655 Ft |
| Meleg levesek | Tárkonyos zöldségleves csirkegombóccal | 515 Ft | 795 Ft | Frankfurti leves | 515 Ft | 795 Ft | Gulyásleves | 515 Ft | 795 Ft | Borscs leves szárnyashússal | 515 Ft | 795 Ft | Sertésraguleves | 515 Ft | 795 Ft |
| Gyümölcs leves/ Hideg leves | Görög gyümölcsleves | 515 Ft | 795 Ft | Joghurtos erdei gyümölcsleves | 515 Ft | 795 Ft | Almás barackos ribizli leves | 515 Ft | 795 Ft | Tejszínes ananász leves | 515 Ft | 795 Ft | Őszibarack krémleves | 515 Ft | 795 Ft |
| Házias főzelék | Kapros tökfőzelék | 690 Ft | | Fehér szárazbabfőzelék | 690 Ft | | Majorannás burgonya főzelék | 690 Ft | | Lencsefőzelék | 690 Ft | | Kelkáposzta főzelék | 690 Ft | |
| Feltétek | Rántott párizsi | 430 Ft | | Sült debreceni | 510 Ft | | Vagdalt | 550 Ft | | Sült tarja | 530 Ft | | Sült virsli | 360 Ft | |
| Vegabár | Fokhagymás, tejszínes leveles paraj, kukoricás rizs | 30 Ft/dkg | | Brokkolis, túrós rakott penne | 30 Ft/dkg | | Kukoricás chilis bab | 30 Ft/dkg | | Szivárványos kuskusz borsóhüvellyel, mozzarellával | 30 Ft/dkg | | Karfiol csőben sütvé | 30 Ft/dkg | |
| Vegán | Burgonyás diófasírt zöldborsós kuskusszal paradicsom szósszal | 30 Ft/dkg | | Vegán rakott káposzta gabonacsemegével tofutejföllel | 30 Ft/dkg | | Provance-i cukkiniragu barna rizszel | 30 Ft/dkg | | Grill zöldséges teljes kiőrlésű durum tészataláta pirított magokkal | 30 Ft/dkg | | Sült zöldségek, bulgur, paradicsomos fűszeres mártogató | 30 Ft/dkg | |
| Főétel | Atheni csirkemell | 1,290 Ft | | Göcseji pecsenye | 1,290 Ft | | Hagyományos marha lábszár pörkölt | 1,060 Ft | 1,630 Ft | Görögös joghurtos csirkemell fűszeres tepsis burgonyával | 1,920 Ft | | Hentes tokány | 840 Ft | 1,290 Ft |
| Főétel | Fokhagymás cigánypecsenye sertésárjából sült szalonnával | 1,290 Ft | | Rakott burgonya háziasan | 1,680 Ft | | Grillezett pulykamell pesztós pirított zöldséggel | 1,850 Ft | | Füstölt csülkös rakott savanyúkáposzta | 1,680 Ft | | Chilis cheddar sajtos húsgolyók zöldséges tésztával | 1,850 Ft | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|---|-----------------|-----------------|--|-----------------|-----------------|---|---------------|-----------------|--|---------------|-----------------|---|---------------|-----------------|
| Tésztá ételek | Spagetti Carbonara | 1,015 Ft | 1,560 Ft | Avokadó krémes spagetti pirított csirkemellel sült paradicsommal parmezánnal | 1,015 Ft | 1,560 Ft | Penne csirkemellel leveles parajjal reszelt sajttal | | 1,560 Ft | Csőtészta római módra | | 1,560 Ft | Lasagne gombával, jércehússal, paradicsomszósszal, sajttal | | 1,690 Ft |
| Főétel | Magyaros rakott karfiol | | 1,680 Ft | Hawaii csirkemell | | 1,290 Ft | Zöldséges juliennel töltött csirkemell rozsmaringos hollandi mártással | | 1,290 Ft | Pulykamell juhtúróval póréval paradicsommal tejfőllel sütve | | 1,290 Ft | Grill csirkecomb sajttal sütve | | 1,290 Ft |
| Töltött rántott | Tormával, tarjával töltött sertésborda rántva | | 1,250 Ft | Bécsi szelet | | 1,370 Ft | Színes paprikás sonkakrémmel töltött sertésborda rántva | | 1,250 Ft | Csirkemell csíkok corn flakes bundábanl | | 1,250 Ft | Sajttal töltött csirkemell rántva | | 1,250 Ft |
| Házias desszert | Csokoládés túrószelet | | 530 Ft | Mozaikos puncs szelet | | 530 Ft | Tiramisu | | 595 Ft | Rákóczi túrós lepény | | 550 Ft | Darászfészek vaníliás öntettel | | 795 Ft |
| Reform desszert | Meggyes máglyarakás tönkölykifliből | | 750 Ft | Tejberizs barna rizsből, mentás eperöntettel | | 730 Ft | Rebarbarás almás zabkása | | 690 Ft | Aszalt gyümölcsös bulgur narancsos baracklekvárral | | 725 Ft | Fitnessz palacsinta flambírozott barackkal töltve, vaníliaszósszal | | 530 Ft |
| Köreték | Jázmin rizs | 305 Ft | 470 Ft | Jázmin rizs | 305 Ft | 470 Ft | Jázmin rizs | 305 Ft | 470 Ft | Jázmin rizs | 305 Ft | 470 Ft | Jázmin rizs | 305 Ft | 470 Ft |
| Köreték | Hasábburgonya | 330 Ft | 510 Ft | Hasábburgonya | 330 Ft | 510 Ft | Hasábburgonya | 330 Ft | 510 Ft | Hasábburgonya | 330 Ft | 510 Ft | Hasábburgonya | 330 Ft | 510 Ft |
| Köreték | Párolt vegyes zöldség | 380 Ft | 580 Ft | Párolt vegyes zöldség | 380 Ft | 580 Ft | Párolt vegyes zöldség | 380 Ft | 580 Ft | Párolt vegyes zöldség | 380 Ft | 580 Ft | Párolt vegyes zöldség | 380 Ft | 580 Ft |
| Állandó | Csirkemell rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Csirkemell rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Csirkemell rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Csirkemell rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Csirkemell rántva | 750 Ft | 1,150 Ft |
| Állandó | Trappista sajt rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Trappista sajt rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Trappista sajt rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Trappista sajt rántva | 750 Ft | 1,150 Ft | Trappista sajt rántva | 750 Ft | 1,150 Ft |

Az étlap összeállítását, árazását mindig nagy odafigyeléssel végezzük, de előfordulhatnak adminisztrációs hibák, melyekért szíves elnézését kérjük! A kínálat összetételének változtatási lehetőségét fenntartjuk!

Étlapon szereplő fogásaink egyazon időben és helyiségben készülnek, liszt- és tejtermék-mentes ételeink nyomokban tartalmazhatnak liszt- és tejszármarékot, ezért súlyos ételintoleranciával élők számára nem ajánljuk ételeink fogyasztását! A fentiekől eltérő ételintoleranciával élő vendégeink kérdezzék kollégáinkat az ételek alapanyagáról, készítési módjáról!

Hétfő

| Ételnév | Allergén jelölések | | | | | | | | | | | | | Egy adagra tápanyagérték | | | |
|---|--------------------|-----|-------|-----|--------------|----------|-----------|---------|--------|--------|--------|-----------|-------------|--------------------------|----------------|-------------|----------|
| | Glutén | Rák | Tojás | Hal | Földimogyoró | Szójabab | Tejtermék | Dióféle | Zeller | Mustár | Szezám | Szulfidok | Csillagfűrt | Puhatestűek | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) |
| Tárkonyos zöldségleves csirkegombóccal | X | | X | | | | | X | | | | | | 331 | 11 | 25 | 12 |
| Tökfőzelék kaporral | X | | | | | X | | | | | | | | 364 | 8 | 10 | 63 |
| Rántott párizsi | X | | X | | | X | X | | | | | | | 345 | 12 | 20 | 30 |
| Magyaros gombaleves | X | | X | | | | | X | | | | | | 262 | 10 | 16 | 20 |
| Görög gyümölcsleves | X | | | | | X | | | | | | | | 426 | 5 | 11 | 79 |
| Fokhagymás, tejszínes, leveles paraj | X | | | | | X | | | | | | | | 274 | 7 | 23 | 10 |
| Kukoricás rizs | | | | | | | | | | | | | | 536 | 9 | 20 | 79 |
| Burgonyás diófasírt, zöldborsós kuszkuossal, paradicsomszósszal | X | | | | | | X | X | | | | | | 865 | 20 | 15 | 147 |
| Atheni csirkemell (csirkemell tejszínes, sonkás, márványsajtos mártásban) | | | | | | X | | | | | | | | 389 | 41 | 21 | 7 |
| Fokhagymás cigánypecsenye sertésárjából, sült szalonnával | X | | | | | | | | | | | | | 886 | 32 | 81 | 5 |
| Spagetti carbonara (tejszínes, baconös) | X | | X | | | X | | X | | | | | | 1 093 | 27 | 70 | 81 |
| Magyaros rakott karfiol | X | | X | | | X | | | | | | | | 884 | 33 | 60 | 54 |
| Tormával, tarjával töltött sertésborda rántva | X | | X | | | X | | | | | | | | 679 | 40 | 39 | 36 |
| Csokoládés túrószelet | X | | X | | | X | X | | | | | | | 344 | 7 | 19 | 38 |
| Meggyes máglyarakás tönkölykifliből | X | | X | | | X | X | | | | | | | 444 | 12 | 20 | 51 |
| Jázmin rizs | | | | | | | | | | | | | | 367 | 7 | 6 | 70 |
| Hasábburgonya | | | | | | | | | | | | | | 503 | 7 | 20 | 67 |
| Párolt zöldség | | | | | | | | | | | | | | 290 | 8 | 14 | 31 |
| Rántott csirkemell | X | | X | | | X | | | | | | | | 447 | 37 | 23 | 24 |
| Rántott sajt | X | | X | | | X | | | | | | | | 643 | 24 | 42 | 42 |

KEDD

| Ételnév | Allergén jelölések | | | | | | | | | | | | | Egy adagra tápanyagérték | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-----|--------------|----------|-----------|---------|--------|--------|--------|-----------|-------------|--------------------------|----------------|-------------|----------|
| | Glutén | Rák | Tojás | Hal | Földimogyoró | Szójabab | Tejtermék | Dióféle | Zeller | Mustár | Szezám | Szulfidok | Csillagfürt | Puhatestűek | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) |
| Paradicsomleves betűtésztával | X | | | | | | | X | | | | | | 318 | 3 | 5 | 56 |
| Zöldséges rizses csirkehús | | | | | | | | | | | | | | 387 | 19 | 11 | 52 |
| Frankfurti leves | X | | | | | X | X | | | | | | | 330 | 13 | 25 | 20 |
| Joghurtos erdei gyümölcsleves (áfonya, szeder, ribizli, meggy) | X | | | | | | X | | | | | | | 375 | 5 | 11 | 64 |
| Fehér szárazbabfőzelék | X | | X | | | | X | | X | | | | | 524 | 29 | 13 | 74 |
| Sült debreceni | | | | | | X | | | | | | | | 224 | 10 | 22 | 1 |
| Brokkolis, túrós rakott penne | X | | | | | | X | | | | | | | 749 | 25 | 42 | 67 |
| Vegán rakott káposzta gabonacsemegével, tofutejföllel | X | | | | | X | | | | | | | | 822 | 15 | 44 | 88 |
| Göcseji pecsenye (sertéskaraj, szalonna, hagyma, kolbász) | | | | | | | | | | | | | | 462 | 35 | 31 | 10 |
| Rakott burgonya háziasan (kolbász, tojás) | | | X | | | | X | | | | | | | 982 | 29 | 61 | 84 |
| Avokadó krémes spagetti pirított csirkemellel, sült paradicsommal, parmezánnal | X | | | | | | X | | | | | | | 812 | 39 | 36 | 96 |
| Hawaii csirkemell | | | | | | | X | | | | | | | 294 | 38 | 13 | 14 |
| Bécsi sertésszelet | X | | X | | | | X | | | | | | | 571 | 31 | 40 | 22 |
| Mozaikos puncsszelet | X | | X | | | | | | | | | | | 530 | 9 | 4 | 118 |
| Tejberizs barna rizsből, mentás eperöntettel | | | | | | | X | | | | | | | 364 | 13 | 9 | 56 |
| Jázmin rizs | | | | | | | | | | | | | | 367 | 7 | 6 | 70 |
| Hasábburgonya | | | | | | | | | | | | | | 503 | 7 | 20 | 67 |
| Párolt zöldség | | | | | | | | | | | | | | 290 | 8 | 14 | 31 |
| Rántott csirkemell | X | | X | | | | X | | | | | | | 447 | 37 | 23 | 24 |
| Rántott sajt | X | | X | | | | X | | | | | | | 643 | 24 | 42 | 42 |

SZERDA

| Ételnév | Allergén jelölések | | | | | | | | | | | | | Egy adagra tápanyagérték | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-----|--------------|----------|-----------|---------|--------|--------|--------|-----------|-------------|--------------------------|----------------|-------------|----------|
| | Glutén | Rák | Tojás | Hal | Földimogyoró | Szójabab | Tejtermék | Dióféle | Zeller | Mustár | Szezám | Szulfidok | Csillagfűrt | Puhatestűek | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) |
| Gulyásleves | X | | X | | | | | X | | | | | | 429 | 22 | 18 | 42 |
| Tejszínes zöldségleves | X | | | | | | X | X | | | | | | 174 | 6 | 9 | 16 |
| Almás, barackos ribizlileves | X | | | | | | X | | | | | | | 404 | 4 | 12 | 73 |
| Majorannás burgonyafőzelék | X | | | | | | X | | | | | | | 447 | 9 | 20 | 60 |
| Vagdalt | X | | X | | | | | | | | | | | 235 | 12 | 14 | 14 |
| Kukoricás chilisbab | X | | | | | | | | | | | | | 532 | 31 | 6 | 91 |
| Provence-i cukkiniragu | | | | | | | | | | | | | | 214 | 5 | 11 | 22 |
| Barna rizs | | | | | | | | | | | | | | 283 | 6 | 0 | 62 |
| Grillezett pulykamell, pestos pirított zöldségek | | | | | | | | X | | | X | | | 301 | 40 | 9 | 14 |
| Hagyományos marhalábszár pörkölt | | | | | | | | | | | | | | 441 | 24 | 30 | 9 |
| Tarhonya | X | | | | | | | | | | | | | 411 | 10 | 13 | 62 |
| Penne csirkemellel, leveles parajjal, reszelt sajttal | X | | | | | | X | | | | | | | 774 | 38 | 31 | 77 |
| Zöldség Julienne-nel töltött csirkemell, rozsmaringos hollandi mártással | X | | X | | | | X | X | | | | | | 275 | 33 | 11 | 12 |
| Színes paprikás sonkakrémmel töltött sertésszelet | X | | X | | | | X | | | | | | | 634 | 38 | 33 | 50 |
| Tiramisu | X | | X | | | X | X | | | | | | | 621 | 9 | 33 | 69 |
| Rebarbarás, almás zabkása | X | | | | | | X | | | | | | | 342 | 14 | 12 | 42 |
| Jázmin rizs | | | | | | | | | | | | | | 367 | 7 | 6 | 70 |
| Hasábburgonya | | | | | | | | | | | | | | 503 | 7 | 20 | 67 |
| Párolt zöldség | | | | | | | | | | | | | | 290 | 8 | 14 | 31 |
| Rántott csirkemell | X | | X | | | | X | | | | | | | 447 | 37 | 23 | 24 |
| Rántott sajt | X | | X | | | | X | | | | | | | 643 | 24 | 42 | 42 |

CSÜTÖRTÖK

| Ételnév | Allergén jelölések | | | | | | | | | | | | | Egy adagra tápanyagérték | | | |
|--|--------------------|-----|-------|-----|--------------|----------|-----------|---------|--------|--------|--------|-----------|-------------|--------------------------|----------------|-------------|----------|
| | Glutén | Rák | Tojás | Hal | Földimogyoró | Szójabab | Tejtermék | Dióféle | Zeller | Mustár | Szezám | Szulfidok | Csillagfürt | Puhatestűek | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) |
| Csontleves eperlevél tésztával | X | | X | | | | | X | | | | | | 131 | 5 | 5 | 16 |
| Milánói makaróni, reszelt sajt | X | | X | | | | X | X | | | | | | 582 | 26 | 17 | 89 |
| Borscs leves szárnyashússal | X | | X | | | | X | X | | | | | | 269 | 25 | 7 | 26 |
| Tejszínes ananászleves | X | | | | | | X | | | | | | | 412 | 5 | 12 | 76 |
| Lencsefőzelék | X | | X | | | | X | X | X | | | | | 538 | 31 | 12 | 75 |
| Sült tarja | | | | | | | | | | | | | | 173 | 10 | 14 | 0 |
| Szivárványos kuszkusz borsóhüvellyel, mozzarellaival | X | | | | | | X | X | | | | | | 599 | 14 | 13 | 89 |
| Grill zöldséges teljes kiőrlésű durum tésztafaláta pirított magokkal | X | | | | | | | X | | | | | | 600 | 18 | 25 | 71 |
| Görögös joghurtos csirkemell | | | | | | | X | | | | | | | 138 | 26 | 2 | 4 |
| Tepsis burgonya | | | | | | X | | | | | | | | 532 | 9 | 17 | 83 |
| Füstölt csülkös rakott savanyú káposzta háziasan | X | | | | | | X | | | | | | | 871 | 31 | 57 | 60 |
| Csőtészta római módra, parmezánnal (bacon, tejszín, zöldborsó, füstölt sajt) | X | | | | | | X | | | | | | | 824 | 30 | 43 | 75 |
| Pulykamell juhtúróval, póréval, paradicsommal, tejföllel sütve | X | | | | | | X | | | | | | | 324 | 36 | 17 | 8 |
| Csirkemell csíkok corn flakes bundában | x | | X | | | | X | | | | | | | 488 | 39 | 9 | 62 |
| Rákóczi túrós lepény | X | | X | | | | X | | | | | | | 385 | 13 | 17 | 49 |
| Aszalt gyümölcsös bulgur narancsos baracklekvárral | X | | | | | | X | | | | | | | 556 | 15 | 4 | 99 |
| Jázmin rizs | | | | | | | | | | | | | | 367 | 7 | 6 | 70 |
| Hasábburgonya | | | | | | | | | | | | | | 503 | 7 | 20 | 67 |
| Párolt zöldség | | | | | | | | | | | | | | 290 | 8 | 14 | 31 |
| Rántott csirkemell | X | | X | | | | X | | | | | | | 447 | 37 | 23 | 24 |
| Rántott sajt | X | | X | | | | X | | | | | | | 643 | 24 | 42 | 42 |

PÉNTEK

| Ételnév | Allergén jelölések | | | | | | | | | | | | | Egy adagra tápanyagérték | | | | |
|---|--------------------|-----|-------|-----|--------------|----------|-----------|---------|--------|--------|--------|-----------|-------------|--------------------------|----------------|-------------|----------|----------------|
| | Glutén | Rák | Tojás | Hal | Földimogyoró | Szójabab | Tejtermék | Dióféle | Zeller | Mustár | Szezám | Szulfidok | Csillagfürt | Puhatestűek | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | Szénhidrát (g) |
| Zöldborsóleves csurgatott tésztával | X | | X | | | | | | | | | | | | 264 | 10 | 9 | 33 |
| Tarhonyás hús | X | | | | | | | | | | | | | | 524 | 28 | 19 | 58 |
| Sertésragu-leves | X | | | | | | | X | | | | | | | 269 | 20 | 15 | 16 |
| Őszibarack-krémleves | X | | | | | | X | | | | | | | | 463 | 5 | 12 | 87 |
| Kelkáposzta-főzelék | X | | | | | | | | | | | | | | 255 | 8 | 10 | 33 |
| Sült virsli | | | | | | X | | | | | | | | | 173 | 9 | 17 | 2 |
| Karfiol csőben sütve | X | | | | | | X | | | | | | | | 253 | 13 | 16 | 13 |
| Sült zöldségek, bulgur, paradicsomos fűszeres mártogató | X | | | | | | | | | | | | | | 604 | 11 | 32 | 60 |
| Hentes tokány | | | | | | | | | | X | | | | | 379 | 34 | 26 | 8 |
| Chilis, cheddar sajtos húsgolyók | X | | X | | | | X | | | | | | | | 426 | 27 | 27 | 22 |
| zöldséges tészta | X | | | | | | | | | | | | | | 340 | 5 | 6 | 59 |
| Lasagne gombával, jércehússal, paradicsomszósszal, sajttal | X | | | | | | X | | | | | | | | 1 136 | 53 | 48 | 123 |
| Grill csirkecomb sajttal sütve | X | | | | | | X | | | | | | | | 556 | 61 | 30 | 7 |
| Sajttal töltött rántott csirkemell | X | | X | | | | X | | | | | | | | 449 | 42 | 22 | 24 |
| Darászfészek vaníliás öntettel | X | | X | | | | X | X | | | | | | | 987 | 24 | 31 | 160 |
| Fitness palacsinta flambírozott barackkal töltve, vaníliaszósszal | X | | X | | | | X | | | | | | | | 213 | 8 | 5 | 34 |
| Jázmin rizs | | | | | | | | | | | | | | | 367 | 7 | 6 | 70 |
| Hasábburgonya | | | | | | | | | | | | | | | 503 | 7 | 20 | 67 |
| Párolt zöldség | | | | | | | | | | | | | | | 290 | 8 | 14 | 31 |
| Rántott csirkemell | X | | X | | | | X | | | | | | | | 447 | 37 | 23 | 24 |
| Rántott sajt | X | | X | | | | X | | | | | | | | 643 | 24 | 42 | 42 |