

| <b>30.HÉT</b>                  | <b>METROPOL ALLAINZ ÉTTEREM</b>      |                  |                 |   |                  |                 |   |                  |                 |  |                  |                 |   |                  | <b>2023.07.24.-2023.07.28.-ig</b> |  |
|--------------------------------|--------------------------------------|------------------|-----------------|---|------------------|-----------------|---|------------------|-----------------|--|------------------|-----------------|---|------------------|-----------------------------------|--|
| <b>Allianz</b>                 | <b>Hétfő</b>                         | <b>Fél</b>       | <b>Ár</b>       | <b>Kedd</b>   | <b>Fél</b>       | <b>Ár</b>       | <b>Szerda</b>   | <b>Fél</b>       | <b>Ár</b>       | <b>Csütörtök</b>   | <b>Fél</b>       | <b>Ár</b>       | <b>Péntek</b>   | <b>Fél</b>       | <b>Ár</b>                         |  |
| Menü 1                         | Legényfogó leves                     | <b>1,450 Ft</b>  |                 | Tejfölös zöldbableves   | <b>1,450 Ft</b>  |                 | Gulyásleves házi csipetkével                                | <b>1,450 Ft</b>  |                 | Fokhagyma krémleves  | <b>1,450 Ft</b>  |                 | Zöldségleves  | <b>1,450 Ft</b>  |                                   |  |
|                                | Lencsefőzelék sült tarjával          |                  |                 | Stefánia vagdalt párolt rizzsel                                     |                  |                 | Kakaós csiga  |                  |                 | Tavaszi zöldséges csirkemáj, petrezselymes burgonyával                       |                  |                 | Pincepörkölt sertéshússal                             |                  |                                   |  |
| Meleg levesek                  | Legényfogó leves                     | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Újházy tyúkhúsleves   | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Gulyásleves   | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Pikáns vadraguleves  | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Tárkonyos csirkeragu leves                            | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>                     |  |
| Meleg levesek                  | Zöldleves sajtgombócokkal            | <b>425 Ft</b>    | <b>655 Ft</b>   | Tejfölös zöldbableves   | <b>425 Ft</b>    | <b>655 Ft</b>   | Csurgatott tojásleves                                       | <b>425 Ft</b>    | <b>655 Ft</b>   | Fokhagyma krémleves  | <b>425 Ft</b>    | <b>655 Ft</b>   | Zöldségleves  | <b>425 Ft</b>    | <b>655 Ft</b>                     |  |
| Gyümölcs leves/<br>Hideg leves | Görög gyümölcsleves                  | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Joghurtos erdei gyümölcsleves                                       | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Almás barackos ribizli leves                                | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Tejszínes ananászleves   | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Őszibarack krémleves                                  | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>                     |  |
| Házias főzelék                 | Lencsefőzelék                        |                  | <b>690 Ft</b>   | Kapros tökfőzelék   |                  | <b>690 Ft</b>   | Kelkáposzta főzelék   |                  | <b>690 Ft</b>   | Sólet  |                  | <b>690 Ft</b>   | Tejszínes kukorica-főzelék                            |                  | <b>690 Ft</b>                     |  |
| Feltétek                       | Sült tarja                           |                  | <b>530 Ft</b>   | Rántott párizsi   |                  | <b>430 Ft</b>   | Sült virsli   |                  | <b>360 Ft</b>   | Sült debreceni   |                  | <b>510 Ft</b>   | Főtt tojás  |                  | <b>170 Ft</b>                     |  |
| Vegabár                        | Vargányarizotto                      | <b>28 Ft/dkg</b> |                 | Pírtott zöldséges gnocchi tejszínes szószban parmezánnal            | <b>30 Ft/dkg</b> |                 | Tejszínes sajtos tojásos rakott burgonya                    | <b>30 Ft/dkg</b> |                 | Török piláf  | <b>30 Ft/dkg</b> |                 | Rozsdás gombafejek paradicsomos bazsalikomos szósszal | <b>30 Ft/dkg</b> |                                   |  |
| Vegán                          | Rakott kelkáposzta csicsери borsóval |                  |                 | Vegán töltött paprika   |                  |                 | Gombapörkölt durum tésztaival                               |                  |                 | Bazsalikomos zöldséges gomba rizotto paradicsom szeletekkel, növényi sajttal |                  |                 | Brassói tofu tepsis burgonyával                       |                  |                                   |  |
| Főétel                         | Vörösboros marhapörkölt              | <b>1,060 Ft</b>  | <b>1,630 Ft</b> | Sajttal pírtott csirkemell snidlinges, tejszínes tepsis burgonyával |                  | <b>1,980 Ft</b> | Mediterrán raguval töltött sertésborda bacon gyűrűben sütvé |                  | <b>1,390 Ft</b> | Magyaros jérce steak lecsős burgonyával                                      |                  | <b>1,990 Ft</b> | Szezámagos szójas csirkemell pírtott wok zöldségekkel |                  | <b>2,190 Ft</b>                   |  |
| Főétel                         | Hekkfilé fehérboros gombamártással   |                  | <b>1,690 Ft</b> | Húsos rakott brokkoli   |                  | <b>1,680 Ft</b> | Kedvessy pulykamellragu peccsenye kacsamájjal               | <b>875 Ft</b>    | <b>1,350 Ft</b> | Régimódi sertésragu (póréhagyma, gomba, sör)                                 | <b>875 Ft</b>    | <b>1,350 Ft</b> | Kapros paprikás sertéscsíkok                          | <b>875 Ft</b>    | <b>1,350 Ft</b>                   |  |

|   |   |          |          |  |          |          |  |          |          |   |          |  |                       |          |          |
|---|---|----------|----------|--|----------|----------|--|----------|----------|---|----------|--|-----------------------|----------|----------|
| Tészta ételek   | Toscan pulykamell csíkok szarvacská tésztával reszelt sajttal | 1,015 Ft | 1,560 Ft | Piedone penne  | 1,015 Ft | 1,560 Ft | Csőtészta római módra (bacon, tejszín, zöldborsó, füstölt sajt), parmezánnal | 1,015 Ft | 1,560 Ft | Jércehúsos lasagne                          | 1,690 Ft | Avokadó krémes spagetti pirított csirkemellel sült paradicsommal parmezánnal | 1,015 Ft              | 1,560 Ft |          |
| Főétel  | Diplomata sertés szelet (csirkemáj,sonka, gomba,sajt)         | 1,290 Ft |          | Olívaolajos rozmaringos csirkemell köleses paradicsomos babraguval | 1,920 Ft |          | Csirkemell Norman módra  | 1,290 Ft |          | Csirkemell Florentin módra                  | 1,290 Ft | Steak fűszeres sertés szűzermék jázmin rizszel wok zöldségekkel              |                       | 2,250 Ft |          |
| Töltött rántott   | Parasztsonkával, edami sajtos öltött sertésborda rántva       | 1,370 Ft |          | Almával-camamberttel töltött csirkemell rántva                     | 1,370 Ft |          | Fokhagymás spenótos mascarponéval töltött rántott sertésborda                | 1,250 Ft |          | Kolbász krémmel töltött sertés borda rántva | 1,250 Ft | Magyaros töltött jércemell rántva (paradicsom, hagyma, bacon, sajt)          |                       | 1,250 Ft |          |
| Házias desszert   | Kapros túróslapény  | 530 Ft   |          | Répatorta narancsos-mascarponés krémmel                            | 550 Ft   |          | Meggyes házi pite  | 680 Ft   |          | Vargabéles                                  | 750 Ft   | Tiramisu   |                       | 595 Ft   |          |
| Reform desszert   | Gluténmentes kókuszgolyó                                      | 695 Ft   |          | Túrós kölesfelfújt egresszósszal                                   | 780 Ft   |          | Diós fitness palacsinta meggyzósszal   | 530 Ft   |          | Csokis zabkása                              | 695 Ft   | Kukorica tejbedara erdei gyümölcs öntettel                                   |                       | 720 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   | Hasáburgonya  | 330 Ft   | 510 Ft   | Hasáburgonya   | 330 Ft   | 510 Ft   | Hasáburgonya   | 330 Ft   | 510 Ft   | Hasáburgonya                                | 330 Ft   | 510 Ft   | Hasáburgonya          | 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 tejszármazékot, 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 | Csillagfürt | Puhatestűek | Kalória (kcal)           | Fehérje (g) | Zsír (g) | Szénhidrát (g) |
| Legényfogóleves (szárnyashús, tárkony, csirkemáj, gomba, citromlé)    |                    |     |       |     |              |          | X         |         | X      |        |        |           |             |             | 292                      | 31          | 11       | 17             |
| Lencsefőzelék   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         | X      | X      |        |           |             |             | 538                      | 31          | 12       | 75             |
| Sült virsli   |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 173                      | 9           | 17       | 2              |
| Zöldleves sajtgombócokkal   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 218                      | 6           | 16       | 14             |
| Görög gyümölcsleves   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 275                      | 3           | 7        | 50             |
| Vargányarizottó   |                    |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 528                      | 17          | 19       | 69             |
| Rakott kelkáposzta csicseriborsóval                                   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 619                      | 31          | 16       | 85             |
| Vörösboros marhapörkölt   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 474                      | 25          | 36       | 9              |
| tarhonya  | X                  |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 411                      | 10          | 13       | 62             |
| Hekklilé fehérboros gombamártással                                    |                    |     |       | X   |              |          | X         |         |        | X      |        |           |             |             | 225                      | 33          | 10       | 8              |
| Toscan pulykamellcsíkok, paradicsomos szarvacska tészta, reszelt sajt | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 591                      | 40          | 16       | 72             |
| Diplomata sertésszelet  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 469                      | 44          | 25       | 21             |
| Sonkával, sajttal töltött borda rántva                                | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 635                      | 38          | 45       | 22             |
| Kapros, túrós lepény  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 392                      | 12          | 16       | 52             |
| Glutén-, tejszentes kókuszgolyó                                       |                    |     |       |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             |             | 660                      | 17          | 46       | 45             |
| 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 | Csillagfűrt | Puhatestűek              | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | Szénhidrát (g) |
| Tejfölös zöldbableves  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 141            | 4           | 8        | 15             |
| Stefánia vagdalt   | X                  |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 390            | 20          | 26       | 17             |
| Jázmin rizs  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 367            | 7           | 6        | 70             |
| Újházy tyúkhúsleves  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 344            | 23          | 6        | 20             |
| Joghurtos erdei gyümölcsleves (áfonya, szeder, ribizli, meggy)   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 375            | 5           | 11       | 64             |
| Kapros tökfőzelék  | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 345            | 8           | 8        | 62             |
| Rántott párizsi  | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 345            | 12          | 20       | 30             |
| Pírtott zöldséges gnocchi tejszínes szószban, parmezánnal        | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 684            | 22          | 18       | 107            |
| Vegán töltött paprika  | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |                          | 470            | 21          | 11       | 72             |
| Sajttal pírtott csirkemell, snidlinges tejszínes tepsis burgonya | X                  |     |       |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 845            | 45          | 36       | 86             |
| Húsos rakott brokkoli  |                    |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 933            | 33          | 69       | 50             |
| Piedone penne (kukorica, vörösbab, paradicsom, darálthús)        | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 965            | 33          | 43       | 103            |
| Olívaolajos, rozmaringos csirkemell                              |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 178            | 30          | 6        | 1              |
| köleses paradicsomos babraguval                                  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 341            | 14          | 8        | 49             |
| Almával, camembert-rel töltött sertésszelet rántva               | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 506            | 37          | 28       | 26             |
| Répatorta narancsos-mascarpónés krémmel                          | X                  |     | X     |     |              | X        | X         | X       |        |        |        |           |             |                          | 375            | 4           | 22       | 41             |
| Túrós kölesfelfűjt egresszósszal                                 |                    |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 358            | 21          | 15       | 32             |
| Jázmin rizs  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 367            | 7           | 6        | 70             |
| Hasáburgonya   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 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 | Csillagfürt | Puhatestűek              | Kalória (kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) |
| Gulyásleves  | X                  |     | X     |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             | 460                      | 30             | 15          | 46       |
| Csurgatott tojásleves  | X                  |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             | 179                      | 5              | 13          | 8        |
| Almás, barackos ribizlileves   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 404                      | 4              | 12          | 73       |
| Kelkáposzta-főzelék  | X                  |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             | 255                      | 8              | 10          | 33       |
| Sült virsli  |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             | 173                      | 9              | 17          | 2        |
| Tejszínes, sajtos, tojásos rakott burgonya                                   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 931                      | 30             | 53          | 84       |
| Kedvessy pulykamellragu pecsenye kacsamájjal                                 | X                  |     | X     |     |              |          | X         | X       |        |        |        |           |             | 349                      | 37             | 18          | 10       |
| Csőtészta római módra, parmezánnal (bacon, tejszín, zöldborsó, füstölt sajt) | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 799                      | 28             | 41          | 75       |
| Csirkemell Normann módra (konyakos kacsamájpüré, párolt alma, sajt)          | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 421                      | 39             | 20          | 21       |
| Fokhagymás, spenótos, mascaronéval töltött sertésborda rántva                | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         | X      |        |        |           |             | 846                      | 39             | 56          | 48       |
| Meggyes házi pite  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 239                      | 5              | 5           | 45       |
| Diós fitness palacsinta meggyzósszal   | X                  |     | X     |     |              |          | X         | X       |        |        |        |           |             | 266                      | 8              | 14          | 24       |
| 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) | Szénhidrát (g) |
| Fokhagyma-krémleves  | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 240            | 4           | 21       | 12             |
| Tavaszi zöldséges csirkemáj  |                    |     |       |     |              |          |           |         | X      |        |        |           |             |                          | 209            | 18          | 11       | 9              |
| petrezselymes burgonya   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 350            | 8           | 8        | 60             |
| Pikáns vadraguleves  | X                  |     | X     |     |              |          | X         | X       | X      |        |        |           |             |                          | 344            | 25          | 10       | 35             |
| Tejszínes ananászleves   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 412            | 5           | 12       | 76             |
| Sólet  | X                  |     |       |     |              |          |           |         | X      |        |        |           |             |                          | 426            | 21          | 8        | 71             |
| Sült debreceni   |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |                          | 224            | 10          | 22       | 1              |
| Török piláf (csicseriborsó, bulgur, paradicsom)                                | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 684            | 24          | 27       | 82             |
| Bazsalikomos, zöldséges gomba rizottó, paradicsom szeletekkel, növényi sajttal |                    |     |       |     |              |          |           |         | X      |        |        |           |             |                          | 646            | 23          | 10       | 107            |
| Magyaros jércesteak (lecsós burgonya körettel)                                 |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |                          | 639            | 47          | 10       | 85             |
| Régimódi sertésragu (póréhagyma, gomba, sör)                                   | X                  |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 547            | 32          | 39       | 19             |
| Jércehúsos lasagne   | X                  |     |       |     |              |          | X         | X       |        |        |        |           |             |                          | 740            | 46          | 24       | 83             |
| Florentin csirkemell   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 358            | 42          | 19       | 4              |
| Kolbászkrémrel töltött borda rántva  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 482            | 35          | 26       | 26             |
| Vargabéles   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 506            | 17          | 18       | 71             |
| Csokis zabkása   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |                          | 340            | 12          | 15       | 37             |
| Jázmin rizs  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 367            | 7           | 6        | 70             |
| Hasáburgonya   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |                          | 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) |
| Zöldségleves   | X                  |     | X     |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             |             | 120                      | 6           | 1        | 20             |
| Pincepörkölt sertéshúsból  | X                  |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 554                      | 26          | 22       | 64             |
| Tárkonyos pulykaraguleves (pikáns, tejszínes, citromos)                        |                    |     | X     |     |              | X        |           | X       |        |        |        |           |             |             | 270                      | 21          | 14       | 14             |
| Őszibarack-krémleves   | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 463                      | 5           | 12       | 87             |
| Tejszínes kukorica-főzelék   | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 559                      | 19          | 14       | 90             |
| Főtt tojás   |                    |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 140                      | 10          | 10       | 0              |
| Rozsdás gombafejek (paradicsomos, bazsalikomos)                                |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 207                      | 18          | 5        | 18             |
| Brassói tofu, kocka burgonya   |                    |     |       |     |              | x        |           |         |        |        |        |           |             |             | 696                      | 22          | 28       | 87             |
| Kapros, paprikás sertésragu  |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 343                      | 29          | 26       | 5              |
| Avokadó krémes spagetti pirított csirkemellel, sült paradicsommal, parmezánnal | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 812                      | 39          | 36       | 96             |
| Steakfűszeres sertés szűzermék   |                    |     |       |     |              | X        |           |         | X      |        |        |           |             |             | 292                      | 32          | 17       | 1              |
| Jázmin rizs  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 184                      | 4           | 3        | 35             |
| wok zöldségek  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 104                      | 6           | 3        | 14             |
| Magyaros töltött rántott sertésborda (paradicsom, hagyma, bacon, trappista)    | X                  |     | X     |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 617                      | 41          | 38       | 29             |
| Jófatat tiramisú   | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             |             | 621                      | 9           | 33       | 69             |
| Kukorica tejbedara, erdei gyümölcsöntettel                                     |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 240                      | 10          | 9        | 30             |
| 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             |