

| <b>32.HÉT</b>                  | <b>METROPOL ALLAINZ ÉTTEREM</b>                               |                  |                 |  |                  |                 |  |                  |                 |   |                  |                 |  |                  | <b>2024.08.05-08.09-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 petrezselymes burgonyával                           |                  |                 | Diós tészta  |                  |                 | Tavaszi zöldséges csirkemáj, jázmin rizzsel           |                  |                 | Pincepörkölr   |                  |                            |  |  |  |
| Meleg levelek                  | 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>   | Kolbászos burgonyaleves  | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>              |  |  |  |
| Meleg levelek                  | Zellerkrémleves   | <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>   | Őszibarack krémleves                                  | <b>515 Ft</b>    | <b>795 Ft</b>   | Tejszínes ananászleves   | <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> |                 | Pírított zöldséges gnocchi tejszínes szószban                        | <b>30 Ft/dkg</b> |                 | Tejszínes leveles parajos spagetti   | <b>30 Ft/dkg</b> |                 | Török piláf   | <b>30 Ft/dkg</b> |                 | Vörösboros gombapörkölt  | <b>30 Ft/dkg</b> |                            |  |  |  |
| Vegán                          | Rakott kelkáposzta csicseri borsóval                          |                  |                 | Vegán töltött paprika  |                  |                 | Francia rakott burgonya tojással   |                  |                 | Bazsalikomos zöldséges gomba rizotto, növényi sajttal |                  |                 | Brassói tofu tejsis burgonyával  |                  |                            |  |  |  |
| Főétel                         | Vörösboros marhapörkölt                                       | <b>1,060 Ft</b>  | <b>1,630 Ft</b> | Sajttal pírított csirkemell snidlinges, tejszínes tejsis burgonyával |                  | <b>1,990 Ft</b> | Mediterrán raguval töltött sertésborda bacon gyűrűben sütve                  |                  | <b>1,390 Ft</b> | Csirkemell Florentin módra                            |                  | <b>1,290 Ft</b> | Steak fűszeres sertés szűzermék burgonyapüré                                 |                  | <b>2,190 Ft</b>            |  |  |  |
| Főétel                         | Morvai juhtúrós pecsenye                                      |                  | <b>1,290 Ft</b> | Húsos rakott brokkoli  |                  | <b>1,680 Ft</b> | Kedvessy pulykamellragu pecsenye kacsamájjal                                 | <b>880 Ft</b>    | <b>1,350 Ft</b> | Retro hamburger hasábburgonyával                      |                  | <b>2,190 Ft</b> | Kapros paprikás sertéscsík   | <b>875 Ft</b>    | <b>1,350 Ft</b>            |  |  |  |
| Tészta ételek                  | Toscan pulykamell csíkok szarvacska tésztával reszelt sajttal | <b>1,015 Ft</b>  | <b>1,560 Ft</b> | Piedone penne  | <b>1,015 Ft</b>  | <b>1,560 Ft</b> | Csótészta római módra (bacon, tejszín, zöldborsó, füstölt sajt), parmezánnal | <b>1,015 Ft</b>  | <b>1,560 Ft</b> | Jércehúsos lasagne                                    |                  | <b>1,690 Ft</b> | Avokadó krémes spagetti pírított csirkemellel sült paradicsommal parmezánnal | <b>1,015 Ft</b>  | <b>1,560 Ft</b>            |  |  |  |

|                 |   |        |          |  |        |          |  |        |          |   |        |          |   |        |          |
|-----------------|---|--------|----------|--|--------|----------|--|--------|----------|---|--------|----------|---|--------|----------|
| Főétel          | Csirkemell olivás túrókrémmel töltve        |        | 1,250 Ft | Húsgolyók négysajt mártásban                   |        | 1,490 Ft | Csirkemell Normann módra                                     |        | 1,390 Ft | Gödöllői töltött csirkecomb                 |        | 1,390 Ft | Kínai büfés csirkemell wok zöldségekkel                             |        | 2,190 Ft |
| Töltött rántott | Sonkával, sajttal töltött csirkemell rántva |        | 1,370 Ft | Almával-camamberttel töltött csirkemell rántva |        | 1,370 Ft | Fokhagymás spenótos mascaronéval 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 túrólepeny                           |        | 530 Ft   | Jófatat répatorta                              |        | 550 Ft   | Lekváros fánk  |        | 450 Ft   | Vargabéles                                  |        | 795 Ft   | Jófatat tiramisu  |        | 595 Ft   |
| Reform desszert | Glután-tejmentes kókuszgolyó                |        | 695 Ft   | Túrós kölesfelfújt egres szósszal              |        | 780 Ft   | Diós fitnessz palacsinta meggy szósszal                      |        | 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         | 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 ételünk nyomokban tartalmazhatnak liszt- és tejszármazékot, ezért súlyos ételintoleranciával élők számára nem ajánljuk ételünk 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 tarja  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 173                      | 10          | 19       | 4              |
| Zellerkrémleves   | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         | X      |        |        |           |             |             | 291                      | 6           | 22       | 19             |
| Görög gyümölcsleves   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 426                      | 5           | 11       | 79             |
| 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             |
| Morvai juhtúrós pecsenye  | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 850                      | 44          | 64       | 26             |
| Toscan pulykamellcsíkok, paradicsomos szarvacska tészta, reszelt sajt | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 591                      | 40          | 16       | 72             |
| Csirkemell olívás túróval töltve                                      | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 605                      | 43          | 17       | 45             |
| Sajttal-sonkával töltött rántott csirkemell                           | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 635                      | 38          | 46       | 22             |
| Kapros túrós lepény   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 388                      | 12          | 16       | 52             |
| Glutén-, tejmmentes kókuszgolyó                                       |                    |     |       |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             |             | 346                      | 7           | 20       | 28             |
| 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) |
| Tejfölös zöldbableves   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 141                      | 4              | 8           | 15       |
| Stefánia vagdalt  | X                  |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             | 390                      | 20             | 26          | 17       |
| petrezselymes burgonya  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             | 350                      | 8              | 8           | 60       |
| Újházy tyúkhúsleves   |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             | 344                      | 23             | 6           | 20       |
| Erdei gyümölcsleves   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 375                      | 5              | 11          | 64       |
| Kapros tökfőzelék   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 345                      | 8              | 8           | 62       |
| Rántott párizsi   | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             | 345                      | 12             | 20          | 30       |
| Pírított zöldséges gnocchi tejszínes szószban, parmezánnal        | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 684                      | 22             | 18          | 107      |
| Vegán töltött paprika   | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             | 470                      | 21             | 11          | 72       |
| Sajttal pirított 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      |
| Húsgolyók négysajt mártásban                                      | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             | 698                      | 36             | 47          | 29       |
| Almával, camembert-rel töltött csirkemell rántva                  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 506                      | 37             | 28          | 26       |
| Jófatat Répatorta   | X                  |     | X     |     |              | X        | X         | X       |        |        |        |           |             | 375                      | 4              | 22          | 41       |
| Túrós kölesfelfűjt egresszósszal                                  |                    |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             | 370                      | 23             | 15          | 32       |
| 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) | Szénhidrát (g) |
| Gulyásleves   | X                  |     | X     |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             |             | 460                      | 30          | 15       | 46             |
| Diós tészta   | x                  |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 903                      | 22          | 25       | 139            |
| 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              |
| Francia rakott burgonya tojással                                    | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             |             | 931                      | 30          | 53       | 84             |
|   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 380                      | 12          | 19       | 41             |
| Kedvessy pulykamellragu pecsenye kacsamájjal                        | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         | X      |        |        |           |             |             | 349                      | 37          | 18       | 10             |
| Csótészta római módra (bacon, zöldborsó)                            | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 824                      | 30          | 43       | 75             |
| Csirkemell Normann módra (konyakos kacsamájpuré, párolt alma, sajt) | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 421                      | 39          | 20       | 21             |
| Fokhagymás, spenótos, mascarponéval töltött sertésborda rántva      | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        | X      |        |           |             |             | 846                      | 39          | 56       | 48             |
| Diós fitnesz palacsinta meggyzósszal                                | X                  |     | X     |     |              |          | X         | X       |        |        |        |           |             |             | 260                      | 9           | 15       | 23             |
| 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 | Csillagfűrt | 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              |
| Jázmin rizs  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 367                      | 7           | 6        | 70             |
| Pikáns vadraguleves  | X                  |     | X     |     |              |          | X         | X       | X      |        |        |           |             |             | 344                      | 25          | 10       | 35             |
| Őszibarack-krémleves   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 463                      | 5           | 12       | 87             |
| 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            |
| Csirkemell Florentin módra   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 456                      | 37          | 27       | 9              |
| Jércehúsos lasagne   | X                  |     |       |     |              |          | X         | X       |        |        |        |           |             |             | 740                      | 46          | 24       | 83             |
| Gödöllői töltött csirkecomb  | X                  |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 462                      | 54          | 18       | 18             |
| Kolbászkrémmel töltött borda rántva  | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 482                      | 35          | 26       | 26             |
| Vargabéles   | X                  |     | X     |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 535                      | 17          | 18       | 77             |
| Csokis zabkása   | X                  |     |       |     |              |          | X         |         |        |        |        |           |             |             | 313                      | 14          | 12       | 33             |
| 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) |
| Zöldségleves   | X                  |     | X     |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             |             | 120                      | 6           | 1        | 20             |
| Pincepörkölt sertéshúsból  | X                  |     | X     |     |              |          |           | X       |        |        |        |           |             |             | 554                      | 26          | 22       | 64             |
| Kolbászos burgonyaleves  | X                  |     |       |     |              | X        |           | X       |        |        |        |           |             |             | 332                      | 13          | 28       | 13             |
| Tejszínes ananászleves   | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 412                      | 5           | 12       | 76             |
| Tejszínes kukorica-főzelék   | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 559                      | 19          | 14       | 90             |
| Főtt tojás   |                    |     | X     |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 140                      | 10          | 10       | 0              |
| Vörösboros gombapörkölt  |                    |     |       |     |              |          |           |         |        |        |        |           |             |             | 207                      | 18          | 5        | 18             |
| Brassói tofu   |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 207                      | 12          | 13       | 11             |
| tepsis burgonya  |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 542                      | 9           | 18       | 84             |
| Steakfűszeres sertés szűzermék   |                    |     |       |     |              | X        |           |         | X      |        |        |           |             |             | 292                      | 32          | 17       | 1              |
| burgonyapüré   |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 446                      | 10          | 16       | 64             |
| Kapros, paprikás sertésragu  |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 343                      | 29          | 26       | 5              |
| Avokadó krémes spagetti pirított csirkemellel, sült paradicsommal, parmezánnal | X                  |     |       |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 812                      | 39          | 36       | 96             |
| "Kínai büfés" csirkemell wok zöldségekkel                                      |                    |     |       |     |              | X        |           |         |        | X      |        |           |             |             | 360                      | 41          | 11       | 22             |
| Magyaros töltött rántott sertésborda (paradicsom, hagyma, bacon, trappista)    | X                  |     | X     |     |              | X        |           |         |        |        |        |           |             |             | 617                      | 41          | 38       | 29             |
| Jófatat tiramisú   | X                  |     | X     |     |              | X        | X         |         |        |        |        |           |             |             | 597                      | 9           | 31       | 69             |
| Kukorica tejbedara, erdei gyümölcsöntet  |                    |     |       |     |              | 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             |