



MINDENNAP RENDELHETŐ

AS1	PRÉMIUM
AS2	FŐÉTEL
AS3	FŐÉTEL
AS4	FŐÉTEL
AS5	FŐÉTEL
AS6	FŐÉTEL

NYÁRON SZÜNDEL

jófolat

AZONOSÍTÓ:

H	K	SZ	CS	P	SZ
AS1					
AS2					
AS3					
AS4					
AS5					
AS6					

29. HÉT

MEGRENDELŐ NÉVE:

CÉG NÉVE:

CÍM:

TELEFONSZÁM:

MEGRENDELÉSPÖRÖNDÉLÉS

HOZZÁADOTT CUKROT NEM TARTALMAZ VEGETÁRIÁNUS VEGÁN CSÍPÓS SÉF AJÁNLATA GOMBA TEJMENTES PALEO

	HÉTFŐ JÚLIUS 13.	KEDD JÚLIUS 14.	SZERDA JÚLIUS 15.	CSÜTÖRTÖK JÚLIUS 16.	PÉNTEK JÚLIUS 17.	SZOMBAT JÚL. 18.	H	K	SZ	CS	P	SZ	HÉTI MENÜ	
M1	ÁRFALÓ MENÜ HETI ÁR: 8500 FT 1700 FT/NAP Sertésragu-leves, Paradicsomos káposzta, sertésvirsli 1 790 Ft	Zöldségleves Virágáruslány módra, Mézes-mustáros csirkeragu, főtt burgonya 1 790 Ft	Zöldséges bableves kolbással, Sonka rizottó 1 790 Ft	Brokkolikrémleves, Frankfurti sertéstokány, rizs 1 790 Ft	Zöldséges karalábéleves, Betyár slambuc 1 790 Ft		M1							
M2	NYUGODJAS MENÜ HETI ÁR: 8790 FT 1760 FT/NAP Sertésragu-leves, Bolognai makaróni, reszelt sajt 1 850 Ft	Zöldségleves Virágáruslány módra, Jérces rakott zöldbab 1 850 Ft	Zöldséges bableves kolbással, Káposztás tészta 1 850 Ft	Brokkolikrémleves, Csirkemell rántva, petrezselymes burgonya 1 850 Ft	Zöldséges karalábéleves, Zuzapörkölt, tarhonya 1 850 Ft		M2							
M3	HETI ÁR: 9505 FT 1900 FT/NAP Sárgabarack-krémleves, Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya 2 005 Ft	Zöldségleves Virágáruslány módra, Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya 1 860 Ft	Francia hagymaleves, Sült csirkecomb, pirított zöldséges rizs 2 020 Ft	Gulyásleves (sertés), Csirkemell ráncosan, tejfőlés-lecsós burgonyával 2 245 Ft	Zöldséges karalábéleves, Gellért sertészszelet (zöldborsó, sonka), rizs 1 875 Ft		M3							
M4	HETI ÁR: 10670 FT 2135 FT/NAP Besztercei csirkeragu, bébirépas rizs, Csokoládés-gesztenyész zselet (160g) 2 190 Ft	Boglyás csirkefalatok, burgonyapüré, Fekete-erdő zselet (190g) 2 340 Ft	Brokkolis-sajtos csirkemell mandulával, rizs, Citromos, joghurtos kocka (170g) 2 210 Ft	Zöldborsós sertészszelet, rizs, Duchess burgonya, Madártej (250g) 2 385 Ft	Bácskai rizseshús (csirkecomb filé), Kókuszos kocka (170g) 2 105 Ft		M4							
M5	HETI ÁR: 12970 FT 2595 FT/NAP Sárgabarack-krémleves, Pulyka Cordon bleu, kukoricás rizs 2 755 Ft	Palócleves, Szegzámagos rántott csirkemell, burgonyapüré 2 830 Ft	Francia hagymaleves, Kijevi jércemell, petrezselymes burgonya 2 700 Ft	Brokkolikrémleves, Milánói sertésborda 2 540 Ft	Szedres meggye leves, Krémfehér-sajttal töltött pulykamell rántva, kukoricás rizs 2 805 Ft		M5							
M6	SZÉNHELYI-CSÖKKEI HETI ÁR: 10370 FT 2075 FT/NAP Zabkorpás húsgaluskaleves, tökfőzelék, vagdalt (K: 794kcal, Ch: 57g) 2 260 Ft	Zöldségleves Virágáruslány módra, Lecsós sertéskaraj, főtt burgonya (K: 571kcal, Ch: 47g) 2 230 Ft	Citromos almaleves, natúr csirkemell, lengyeles karfiol (K: 799kcal, Ch: 52g) 2 355 Ft	Brokkolikrémleves, Zöldséges rizses hús (csirkemell) (K: 646kcal, Ch: 52g) 1 920 Ft	Tárkonyos csirkeraguleves, Gombapörkölt, tészta (K: 613kcal, Ch: 60g) 2 050 Ft		M6							
M7	HETI ÁR: 13120 FT 2625 FT/NAP Magyaros burgonyaleves, Sertészszelet paprikás mártásban, galuska 2 750 Ft	Zöldségleves Virágáruslány módra, Hargitai sertéstokány, fusilli tészta 2 650 Ft	Citromos almaleves, Kentucky sertésborda, kukoricás rizs 2 745 Ft	Gulyásleves (sertés), Újvári csirketokány, rizs 3 055 Ft	Szedres meggye leves, Bácskai rizseshús (csirkecomb filé) 2 610 Ft		M7							
M8	JÓFALAT GYERMEK MENÜ HETI ÁR: 9950 FT 1990 FT/NAP Töltött pikótszelet (2 db), Mentás zöldborsópüré leves, Kis bécsi zselet, rizs 2 095 Ft	Jó reggelt zselet, Szilvaleves, Stefánia vagdalt, burgonyapüré 2 095 Ft	Müzliszelet (2 db), Zöldséges szárazbableves, Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya 2 095 Ft	Croissant, Brokkolikrémleves, Tarhonyás hús 2 095 Ft	Alma, Tárkonyos csirkeraguleves, Káposztás tészta 2 095 Ft		M8							
L1	LEVES 995 Ft	Zöldségleves Virágáruslány módra 975 Ft	Francia hagymaleves 985 Ft	Brokkolikrémleves 990 Ft	Zöldséges karalábéleves 960 Ft	Paradicsomleves, betűtészta 990 Ft	L1							
L1Z	LEVES ZÓNA 700 Ft	Magyaros burgonyaleves 685 Ft	Francia hagymaleves 690 Ft	Brokkolikrémleves 695 Ft	Zöldséges karalábéleves 675 Ft		L1Z							
L2	LEVES 1 275 Ft	Sertésragu-leves 910 Ft	Zöldséges bableves kolbással 1 390 Ft	Gulyásleves (sertés) 1 345 Ft	Tárkonyos csirkeraguleves 1 375 Ft		L2							
L2Z	LEVES ZÓNA 910 Ft	Palócleves 980 Ft	Zöldséges bableves kolbással 975 Ft	Gulyásleves (sertés) 960 Ft	Tárkonyos csirkeraguleves 965 Ft		L2Z							
L3	LEVES 1 010 Ft	Sárgabarack-krémleves 710 Ft	Szilvaleves 990 Ft	Citromos almaleves 990 Ft	Mediterrán gyümölcsleves 1 130 Ft	Szedres meggye leves 995 Ft	L3							
L3Z	LEVES ZÓNA 710 Ft	Sertésragu-leves 910 Ft	Szilvaleves 695 Ft	Citromos almaleves 695 Ft	Mediterrán gyümölcsleves 795 Ft	Szedres meggye leves 700 Ft	L3Z							
F1	FŐZELÉK 1 190 Ft	Paradicsomos káposzta 1 190 Ft	Sóskafezelék, főtt burgonya 1 190 Ft	Kapros-tejszínes ceruzabab főzelék 1 190 Ft	Magyaros zöldborsó főzelék 1 190 Ft	Tarkababfezelék 1 190 Ft	F1							
F2	FŐZELÉK 1 770 Ft	Paradicsomos káposzta, sertészszelet 1 770 Ft	Sóskafezelék, főtt burgonya, magvas csirkefasírt 1 755 Ft	Kapros-tejszínes ceruzabab főzelék, magvas csirkefasírt 1 790 Ft	Magyaros zöldborsófőzelék, baconbe töltött sertésvirsli 1 740 Ft	Tarkababfezelék, főtt tojás 1 770 Ft	F2							
F3	FŐZELÉK 1 770 Ft	Paradicsomos káposzta, vagdalt 1 770 Ft	Sóskafezelék, főtt burgonya, főtt tojás 1 230 Ft	Kapros-tejszínes ceruzabab főzelék, sertéspörkölt 1 255 Ft	Magyaros zöldborsófőzelék, fasírt 1 740 Ft	Tarkababfezelék, pulyka aprópecsenye 1 770 Ft	F3							
F3Z	FŐZELÉK ZÓNA 1 240 Ft	Tejfölben pácolt rántott csirkemell, petrezselymes burgonya 1 995 Ft	Rántott cukkini, rizs 1 870 Ft	Kijevi jércemell, petrezselymes burgonya 2 150 Ft	Csirkemell sörtesztában, rizi-bizi 1 895 Ft	Bécsi sertészszelet, petrezselymes burgonya 1 940 Ft	F3Z							
R3	RÁNTOTT 1 995 Ft	Tejfölben pácolt rántott csirkemell, petrezselymes burgonya 1 995 Ft	Rántott cukkini, rizs 1 870 Ft	Kijevi jércemell, petrezselymes burgonya 2 150 Ft	Csirkemell sörtesztában, rizi-bizi 1 895 Ft	Bécsi sertészszelet, petrezselymes burgonya 1 940 Ft	R3							
R4	RÁNTOTT 2 190 Ft	Pulyka Cordon bleu, kukoricás rizs 2 190 Ft	Szegzámagos rántott csirkemell, burgonyapüré 1 995 Ft	Kentucky sertésborda, kukoricás rizs 1 895 Ft	Milánói sertésborda 1 995 Ft	Krémfehérsajttal töltött pulykamell rántva, kukoricás rizs 2 250 Ft	R4							
R4Z	RÁNTOTT ZÓNA 1 535 Ft	Sertészszelet paprikás mártásban, galuska 1 895 Ft	Boglyás csirkefalatok, burgonyapüré 2 090 Ft	Sertéstokány Budapest módra, petrezselymes burgonya 1 895 Ft	Pirított csirkemáj, főtt burgonya 1 710 Ft	Bácskai rizseshús (csirkecomb filé) 1 750 Ft	R4Z							
K1	MAGYAROS 1 330 Ft	Sertészszelet paprikás mártásban, galuska 1 330 Ft	Boglyás csirkefalatok, burgonyapüré 1 465 Ft	Sertéstokány Budapest módra, petrezselymes burgonya 1 360 Ft	Pirított csirkemáj, főtt burgonya 1 200 Ft	Bácskai rizseshús (csirkecomb filé) 1 225 Ft	K1							
K1Z	MAGYAROS ZÓNA 1 330 Ft	Sertészszelet paprikás mártásban, galuska 1 330 Ft	Boglyás csirkefalatok, burgonyapüré 1 465 Ft	Sertéstokány Budapest módra, petrezselymes burgonya 1 360 Ft	Pirított csirkemáj, főtt burgonya 1 200 Ft	Bácskai rizseshús (csirkecomb filé) 1 225 Ft	K1Z							
K2	KEDVELT ÉTELEINK 1 995 Ft	Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya 1 400 Ft	Hargitai sertéstokány, fusilli tészta 1 810 Ft	Brokkolis, sajtos csirkemell mandulával, rizs 1 300 Ft	Csirkemell ráncosan, tejfőlés-lecsós burgonyával 1 995 Ft	Gellért sertészszelet (zöldborsó, sonka), rizs 1 295 Ft	K2							
K2Z	KEDV. ÉTEL ZÓNA 1 400 Ft	Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya 1 400 Ft	Hargitai sertéstokány, fusilli tészta 1 810 Ft	Brokkolis, sajtos csirkemell mandulával, rizs 1 300 Ft	Csirkemell ráncosan, tejfőlés-lecsós burgonyával 1 995 Ft	Gellért sertészszelet (zöldborsó, sonka), rizs 1 295 Ft	K2Z							
K3	KEDVELT ÉTELEINK 1 850 Ft	Besztercei csirkeragu, bébirépas rizs 1 295 Ft	Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya 1 810 Ft	Sült csirkecomb, pirított zöldséges rizs 1 435 Ft	Zöldborsós sertészszelet, rizs, Duchess burgonya 1 995 Ft	Sovány sertéskaraj vadasan, spagetti 1 895 Ft	K3							
K3Z	KEDV. ÉTEL ZÓNA 1 295 Ft	Besztercei csirkeragu, bébirépas rizs 1 295 Ft	Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya 1 810 Ft	Sült csirkecomb, pirított zöldséges rizs 1 435 Ft	Zöldborsós sertészszelet, rizs, Duchess burgonya 1 995 Ft	Sovány sertéskaraj vadasan, spagetti 1 895 Ft	K3Z							
K4	TÉSZTÁK 1 895 Ft	Sajtos-baconos-húsos rakott tészta 1 330 Ft	Mogyorós, csipős csirkeragu, pirított tészta 1 920 Ft	Hawaii lasagne 1 895 Ft	Tojásos nokedli 1 255 Ft	Sonkás-spárgás fusilli 1 810 Ft	K4							
K4Z	TÉSZTÁK ZÓNA 1 330 Ft	Sajtos-baconos-húsos rakott tészta 1 330 Ft	Mogyorós, csipős csirkeragu, pirított tészta 1 920 Ft	Hawaii lasagne 1 895 Ft	Tojásos nokedli 1 255 Ft	Sonkás-spárgás fusilli 1 810 Ft	K4Z							
K5	NEMZETKÖZI KONYHA 2 050 Ft	Tikka-Masala (csirke), Basmati rizs 2 050 Ft	Svájci rakott burgonya 2 150 Ft	Szász sörös sertésragu, rizs, rozslí 1 840 Ft	Cajun csirkemell ananászos salsával, rizs 2 130 Ft	Marokkói marharagu, kuskusz 2 480 Ft	K5							
K6	HÁZ IZÉI 2 450 Ft	Gombás harcsapaprikás, fokhagymás csuszátészta 2 450 Ft	Pásztortarhonya 1 950 Ft	Rántott párizsi, burgonyapüré 1 790 Ft	Újvári csirketokány, rizs 1 850 Ft	Calvados-os, almás csirkeragu, rizs 1 995 Ft	K6							
K7	HAGYOMÁNYOS SZÉNHELYI-CSÖKKEI HETI ÁR: 1 650 Ft	Tökfőzelék, vagdalt (K: 586kcal, Ch: 48g) 1 650 Ft	Lecsós sertéskaraj, főtt burgonya (K: 509kcal, Ch: 37g) 1 795 Ft	Natúr csirkemell, lengyeles karfiol (K: 676kcal, Ch: 39g) 1 850 Ft	Zöldséges rizses hús (csirkemell) (K: 482kcal, Ch: 39g) 1 490 Ft	Gombapörkölt, tészta (K: 436kcal, Ch: 51g) 1 490 Ft	K7							
K8	SÉF AJÁNLÁSA 1 995 Ft	Sült csirkemell, kuskusz, Chilis sárgabarack püré 1 995 Ft	Sárgabarackos, sajttal sült csirkemell, rizs 1 995 Ft	Csirkemell almás-sárgabarackos szószban, főtt burgonya 1 995 Ft	Grillezett csirkemellfilé gyömbéres sárgabarackos szószal, rizs, Duchess burgonya 2 150 Ft	Füstölt sajt csirkefogásca, mézes sárgabarackkal, rizs 1 940 Ft	K8							
K9	STREET FOOD 2 390 Ft	Csevapcsicsa, ajvár, Pita 2 390 Ft	BBQ csirkés-cheddaros tortilla, Tejföl 2 350 Ft	Koreai marha wrap, Csipős öntet 2 350 Ft	Aszalt paradicsomos pulled pork wrap, Tejföl 2 395 Ft	Csirkés poké tál, Pikáns tahini szósz 2 250 Ft	K9							
D1	ÉDES TÉSZTA 1 590 Ft	Rizsfelfújt málnaöntettel 1 115 Ft	Mogyorókrém gombóc 1 255 Ft	Aranygaluska vaníliaöntet 1 135 Ft	Vanília túrókrémleves töltött zsemle 1 185 Ft	Grízes tészta barackkizzel 1 080 Ft	D1							
D1Z	ÉDES TÉSZTA ZÓNA 1 115 Ft	Rizsfelfújt málnaöntettel 1 115 Ft	Mogyorókrém gombóc 1 255 Ft	Aranygaluska vaníliaöntet 1 135 Ft	Vanília túrókrémleves töltött zsemle 1 185 Ft	Grízes tészta barackkizzel 1 080 Ft	D1Z							
D2	SÜTEMÉNY 1 010 Ft	Csokoládés-gesztenyész zselet (160g) 1 010 Ft	Fekete-erdő zselet (190g) 995 Ft	Citromos, joghurtos kocka (170g) 995 Ft	Madártej (250g) 1 030 Ft	Kókuszos kocka (170g) 990 Ft	D2							
D3	KEDVENC DESSZERTJEINK 995 Ft	Narancsos, diós fitness palacsinta, puncsmártással (260g) 995 Ft	Mazsalás, túrókrém palacsinta (2db) 945 Ft	Tápiókápuding áfonyaszószal (180g) 1 290 Ft	Zabpelyhes túrógombóc, csokoládéöntettel (300g) 935 Ft	Fahéjas, szilvás palacsinta (2db) 1 070 Ft	D3							
S2	SALÁTA 495 Ft	Kovácsos uborka 495 Ft	Káposztasaláta 495 Ft	Uborkasaláta 495 Ft	Fejes saláta, salátaöntet 495 Ft	Tavaszi saláta 495 Ft	S2							
S3	SALÁTABÁR 1 690 Ft	Édes-pikáns enyregasaláta, mustáros csirke csokival, Mustáros öntet 1 690 Ft	Kéksajtos, körtés saláta, Malnaecetes olívaolaj 1 610 Ft	Csirkemell almás-sárgabarackos szószban, főtt burgonya 1 995 Ft	Koreai marha wrap, Csipős öntet 2 350 Ft	Aszalt paradicsomos pulled pork wrap, Tejföl 2 395 Ft	S3							
EM1	REFORM MENÜ HETI ÁR: 13695 FT 2740 FT/NAP Karfiolkrémleves kókuszchipszszel, Sült hagymás karajzszelet, Rizs, bébirépa 2 705 Ft	Magyaros zöldbableves GM tarhonyával, Pulykasült tárkonyos pirított savanyú káposztával, petrezselymes burgonyával 2 735 Ft	Csirkemell almás-sárgabarackos szószban, főtt burgonya 1 995 Ft	Csirkemell almás-sárgabarackos szószban, főtt burgonya 1 995 Ft	Erdei gyümölcsleves, Hekkfilé Gundel módra, párolt sárgarépa 3 140 Ft	Chilis babpüréleves, pirított bacon, Görögös csirkemell, pirított zöldséges rizs 2 940 Ft		EM1						
EM3	VEGA MENÜ HETI ÁR: 12930 FT 2585 FT/NAP Zöldséges kölesfelfújt mozzarellaival, Narancsos, diós fitness palacsinta, puncsmártással (260g) 2 665 Ft	Magyaros zöldbableves GM tarhonyával, Rakott karfiol bulgurral, krémfehérsajttal 2 540 Ft	Fokhagymás-aszalt paradicsomos farfalle, bazsalikommal, parmezánnal, Tápiókápuding áfonyaszószal (180g) 2 935 Ft	Fokhagymás-aszalt paradicsomos farfalle, bazsalikommal, parmezánnal, Tápiókápuding áfonyaszószal (180g) 2 935 Ft	Erdei gyümölcsleves, Mozzarella-képoszta tejszínes sárgarépával, burgonyakrokett 2 750 Ft	Hagymakarika rántva, kukoricás rizs, Fahéjas, szilvás palacsinta (2db) 2 720 Ft		EM3						
E1	CUKOR-GLUTÉN-ÉS TEJMENTES LEVES 950 Ft	Karfiolkrémleves kókuszchipszszel (K: 234kcal, Ch: 13g) 950 Ft	Magyaros zöldbableves GM tarhonyával (K: 118kcal, Ch: 12g) 980 Ft	Csirkemell almás-sárgabarackos szószban, főtt burgonya 1 250 Ft	Erdei gyümölcsleves (K: 134kcal, Ch: 21g) 995 Ft	Chilis babpüréleves, pirított bacon (K: 426kcal, Ch: 57g) 1 020 Ft	E1							
E2	MEDITERRÁN 2 290 Ft	Dijoni mustáros tökehalifé, Zelleres kuskusz (K: 666kcal, Ch: 41g) 2 290 Ft	Vöröslencse dahl, friss koriander, pita (K: 745kcal, Ch: 118g) 1 820 Ft	Sült csirkemell zselet, Török joghurtos padlizsánasaláta (K: 513kcal, Ch: 17g) 2 150 Ft	Mascarpone és céklarizottó rukkolával (K: 608kcal, Ch: 81g) 1 830 Ft	Tandoori hekkfilé, Zöldséges hajdina (K: 430kcal, Ch: 72g) 2 290 Ft	E2							
E3	MEDITERRÁN/REFORM FŐZELÉK 2 190 Ft	Szezámos, szójaszószos csirkemell, pirított zöldséges tészta (K: 840kcal, Ch: 86g) 2 190 Ft	Paszternák főzelék, magvas csirkefasírt (K: 529kcal, Ch: 57g) 1 750 Ft	Édesköményes burgonya krémfőzelék, grill sertéskaraj (K: 704kcal, Ch: 70g) 1 795 Ft	Grillezett pulykamell, Tejszínes-pestos pirított zöldség (K: 430kcal, Ch: 18g) 2 190 Ft	Tejszínes karalábefőzelék pirított magokkal, főtt tojás (K: 464kcal, Ch: 29g) 1 785 Ft	E3							
E4	VEGÁN FALAT 1 895 Ft	Vegán rakott burgonya gabonakolbással, tofufőzelék (K: 778kcal, Ch: 92g) 1 895 Ft	Thai zöldséges durum tészta (K: 530kcal, Ch: 91g) 1 860 Ft	Brokkolis tésztaasaláta, grillert tofufal (K: 849kcal, Ch: 91g) 1 795 Ft	Barbecue-s tofu kockák, párolt káposzta, hagymás törtburgonya (K: 802kcal, Ch: 84g) 1 895 Ft	Vegán székelykáposzta (K: 355kcal, Ch: 44g) 1 820 Ft	E4							
E5	CUKOR-GLUTÉN-ÉS TEJMENTES 1 895 Ft	Sült hagymás karajzszelet, Rizs, bébirépa (K: 616kcal, Ch: 70g) 1 895 Ft	Pulykasült tárkonyos pirított savanyú káposztával, petrezselymes burgonyával (K: 472kcal, Ch: 39g) 1 895 Ft	Grillezett csirkemellcsikok, vöröslencsepüré (K: 516kcal, Ch: 49g) 1 890 Ft	Csirkemell párolt gombával, petrezselymes burgonya, brokkoli (K: 479kcal, Ch: 33g) 1 990 Ft	Zöldséges stefánia tengerihal vagdalt, bébirépas kelbimbó (K: 506kcal, Ch: 38g) 2 490 Ft	E5							
E6	IR-DIAB 1 885 Ft	Sült csirkemell, gyömbéres almászósz, citromfűes bulgur (K: 720kcal, Ch: 41g) 1 885 Ft	Paszternák főzelék, magvas csirkefasírt (K: 465kcal, Ch: 42g) 1 795 Ft	Dijoni mustáros pulykamell, rizs, brokkoli (K: 472kcal, Ch: 39g) 2 130 Ft	Fűszeres, párolt pulykamellcsikok, zöldséges barna rizs (K: 427kcal, Ch: 34g) 1 895 Ft	Fitness párizsi pulykamell, balzsametes, zelleres alma (K: 103kcal, Ch: 27g) 1 990 Ft	E6							
E7	FITT-OFFICE 500 1 830 Ft	Zöldséges fusilli tésztaasaláta (durum-tészta) olívás tonhaldarabokkal (K: 504kcal, Ch: 72g) 1 830												