



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
KID - Vakáció menü	 Tejszínes eperleves, Milánói sertésborda 1295 Ft 	 Erőleves májgaluskával, Szilvásgombóc 1260 Ft	 Magyaros karfiolleves, Mátrai borzaska rizi bizi 1375 Ft	 Bableves füstölt tarjával, lilahagymás tejföl, Klasszikus túrógombóc édes tejföllel 1575 Ft	 Tejszínes meggyleves , Rántott csirkecomb kukoricás rizs 1375 Ft	
NK1 - SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhető	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 1035 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 1035 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 1035 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 1035 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 1035 Ft	
ZNK1 - SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhető	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 725 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 725 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 725 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 725 Ft	  Gulyásleves (sertéshússal) csipetkével csipős 725 Ft	
NK2 - SLÁGER Leves (6 dl) 12-ig rendelhető	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 1245 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 1245 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 1245 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 1245 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 1245 Ft	
ZNK2 - SLÁGER Leves (3-3,5 dl) 12-ig rendelhető	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 870 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 870 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 870 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 870 Ft	  Füstölt tarjás tejfölös fejtett bableves 870 Ft	
NK3 - SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1845 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1845 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1845 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1845 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1845 Ft	
ZNK3 - SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1290 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1290 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1290 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1290 Ft	 Baconba tekert csirkemell, tepsis burgonya 1290 Ft	
NK4 - SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető	  Milánói sertésborda 1720 Ft	  Milánói sertésborda 1720 Ft	  Milánói sertésborda 1720 Ft	  Milánói sertésborda 1720 Ft	  Milánói sertésborda 1720 Ft	
ZNK4 - SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető	  Milánói sertésborda 1195 Ft	  Milánói sertésborda 1195 Ft	  Milánói sertésborda 1195 Ft	  Milánói sertésborda 1195 Ft	  Milánói sertésborda 1195 Ft	
NK5 - SLÁGER Főétel 12-ig rendelhető	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1755 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1755 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1755 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1755 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1755 Ft	
ZNK5 - SLÁGER Főétel (kis adag) 12-ig rendelhető	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1230 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1230 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1230 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1230 Ft	  Kelkáposztába göngyölt csirkecombok, tojásos jázmin rizs 1230 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
NK6 - SLÁGER Desszert 12-ig rendelhető	 Somlói galuska* 920 Ft	 Somlói galuska* 920 Ft	 Somlói galuska* 920 Ft	 Somlói galuska* 920 Ft	 Somlói galuska* 920 Ft	
A - Leves (6 dl)	 Orjaleves (húsleves tarjából) 1045 Ft	Erőleves májgaluskával 895 Ft	Szatmári jérceleves csigatésztával 990 Ft	Bableves, füstölt tarjával, lilahagymás tejfőllel, lilahagymás tejföl 1320 Ft	Frankfurti leves 1065 Ft	Csirkegulyás leves 1060 Ft
ZA - Leves (3-3,5 dl kis adag)	 Orjaleves (húsleves tarjából) 730 Ft	Erőleves májgaluskával 625 Ft	Szatmári jérceleves csigatésztával 695 Ft	Bableves, füstölt tarjával, lilahagymás tejfőllel, lilahagymás tejföl 925 Ft	Frankfurti leves 745 Ft	Csirkegulyás leves 740 Ft
B - Leves (6 dl)	 Tejszínes tárkonyos zöldbaleves bur- gonyagombóccal 1020 Ft	 Tejszínes hagymaleves füstölt sajttal* 980 Ft	Magyaros karfiolleves* 995 Ft	Tavaszi zöldborsóleves grízgaluskával* 950 Ft	Tejfölös gombaleves* 885 Ft 	
ZB - Leves (3-3,5 dl kis adag)	 Tejszínes tárkonyos zöldbaleves bur- gonyagombóccal 720 Ft	 Tejszínes hagymaleves füstölt sajttal* 685 Ft	Magyaros karfiolleves* 695 Ft	Tavaszi zöldborsóleves grízgaluskával* 595 Ft	Tejfölös gombaleves* 620 Ft 	
C - Leves (6 dl)	Tejszínes eperleves* 885 Ft	Trópusi gyümölcsleves* 935 Ft	Erdei gyümölcsleves* 985 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 970 Ft	Tejszínes meggyleves* 920 Ft	
ZC - Leves (3-3,5 dl kis adag)	Tejszínes eperleves* 620 Ft	Trópusi gyümölcsleves* 655 Ft	Erdei gyümölcsleves* 690 Ft	Tejszínes őszibarackleves* 680 Ft	Tejszínes meggyleves* 645 Ft	
CF1 - Fitness	Light rakott káposzta bulgurral 623 kcal, 55g szénh., 43g fehérje, 23g zsír 1645 Ft	 Tejszínes vöröslencse főzelék sajtos bundás csirkemellel 1016 kcal, 96g szénh., 74g fehérje, 35g zsír 1595 Ft	Sült sonkás-sajtos durum makaróni 1069 kcal, 90g szénh., 53g fehérje, 55g zsír 1755 Ft	Kemencében sült kapros-túrós göngyölt csirkemell, Jázmin rizs, mexikói zöldség 802 kcal, 112g szénh., 55g fehérje, 15g zsír 1850 Ft	 Tejszínes tenger gyümölcsei spagetti 962 kcal, 100g szénh., 47g fehérje, 72g zsír 2160 Ft	 Paradicsomos mozzarella's tonhalas fusilli 860 kcal, 103g szénh., 50g fehérje, 27g zsír 1875 Ft
ZCF1 - Fitness (kis adag)	Light rakott káposzta bulgurral 386 kcal, 34g szénh., 27g fehérje, 15g zsír 1150 Ft	 Tejszínes vöröslencse főzelék sajtos bundás csirkemellel 609 kcal, 58g szénh., 44g fehérje, 21g zsír 1120 Ft	Sült sonkás-sajtos durum makaróni 642 kcal, 54g szénh., 32g fehérje, 33g zsír 1230 Ft	Kemencében sült kapros-túrós göngyölt csirkemell, Jázmin rizs, mexikói zöldség 480 kcal, 67g szénh., 33g fehérje, 9g zsír 1295 Ft	 Tejszínes tenger gyümölcsei spagetti 576 kcal, 60g szénh., 28g fehérje, 43g zsír 1520 Ft	 Paradicsomos mozzarella's tonhalas fusilli 516 kcal, 62g szénh., 30g fehérje, 16g zsír 1320 Ft
CF2 - Fitness	 Modenai spagetti 889 kcal, 93g szénh., 51g fehérje, 34g zsír 1735 Ft	Baconba tekert csirkecomb, parajos bur- gonypürével 981 kcal, 61g szénh., 68g fehérje, 50g zsír 1850 Ft	Vaslapon sült tökehalfilé, olívás jázminrizs 792 kcal, 124g szénh., 48g fehérje, 12g zsír 1930 Ft	 Dán húsgolyók jázmin rizzsel 1032 kcal, 144g szénh., 54g fehérje, 27g zsír 1790 Ft	Fűszeres grill harcsa, zöldséges barnarizs 702 kcal, 87g szénh., 53g fehérje, 14g zsír 2045 Ft	
ZCF2 - Fitness (kis adag)	 Modenai spagetti 534 kcal, 56g szénh., 31g fehérje, 20g zsír 1220 Ft	Baconba tekert csirkecomb, parajos bur- gonypürével 588 kcal, 36g szénh., 41g fehérje, 30g zsír 1295 Ft	Vaslapon sült tökehalfilé, olívás jázminrizs 474 kcal, 74g szénh., 29g fehérje, 7g zsír 1350 Ft	 Dán húsgolyók jázmin rizzsel 645 kcal, 90g szénh., 33g fehérje, 17g zsír 1255 Ft	Fűszeres grill harcsa, zöldséges barnarizs 420 kcal, 52g szénh., 32g fehérje, 9g zsír 1430 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
D1 - Főzelék	Tejfölös zöldbabfőzelék* 1090 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék* 1085 Ft	Sóska főzelék* 1195 Ft	Kelkáposzta főzelék* 1050 Ft	Zöldborsófőzelék* 1150 Ft	
ZD1 - Főzelék (kis adag)	Tejfölös zöldbabfőzelék* 765 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék* 760 Ft	Sóska főzelék* 765 Ft	Kelkáposzta főzelék* 735 Ft	Zöldborsófőzelék* 795 Ft	
D2 - Főzelék feltéttel	Tejfölös zöldbabfőzelék, kis bécsiszelet 1635 Ft	 Paradicsomos káposztafőzelék, csevac-sicsa 1650 Ft	Sóska főzelék, főtt burgonya* 1495 Ft	Kelkáposzta főzelék, csirke nuggets 1450 Ft	Zöldborsófőzelék, Rántott párizsi 1770 Ft	
ZD2 - Főzelék (zóna adag)	Tejfölös zöldbabfőzelék, kis bécsiszelet 1145 Ft	 Paradicsomos káposztafőzelék, csevac-sicsa 1155 Ft	Sóska főzelék, főtt burgonya* 1045 Ft	Kelkáposzta főzelék, csirke nuggets 1020 Ft	Zöldborsófőzelék, Rántott párizsi 1240 Ft	
D3 - Főzelék feltéttel	Tejfölös zöldbabfőzelék, fasírt 1580 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék, sertéspörkölt 1570 Ft	Sóska főzelék, tojáslepeny* 1575 Ft	Kelkáposzta főzelék, fasírt 1545 Ft	Zöldborsófőzelék, csirkepörkölt 1660 Ft	
ZD3 - Főzelék (zóna adag)	Tejfölös zöldbabfőzelék, fasírt 1120 Ft	Paradicsomos káposztafőzelék, sertéspörkölt 1095 Ft	Sóska főzelék, tojáslepeny* 1095 Ft	Kelkáposzta főzelék, fasírt 1080 Ft	Zöldborsófőzelék, csirkepörkölt 1160 Ft	
E1 - Rántott	Rántott sajt (trappista), jázmin rizs, tartármártás* 1620 Ft	 Rántott kacsamáj, rizi-bizi 2085 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), tepsis burgonya 1820 Ft	Feta sajttal töltött rántott pulykamell, gombás rizs 1795 Ft 	Csirkemell orly módon, petrezselymes burgonya 1620 Ft	Sertéstarja rántva, vegyes köret 1855 Ft
ZE1 - Rántott (kis adag)	Rántott sajt (trappista), jázmin rizs, tartármártás* 1135 Ft	 Rántott kacsamáj, rizi-bizi 1460 Ft	Mátrai borzaska, tepsis burgonya 1275 Ft	Feta sajttal töltött rántott pulykamell, gombás rizs 1255 Ft 	Csirkemell orly módon, petrezselymes burgonya 1135 Ft	Sertéstarja rántva, vegyes köret 1295 Ft
E2 - Rántott	Rántott sajt (trappista), hasábburgonya, tartármártás* 1820 Ft	 Rántott kacsamáj, burgonyapüré 2095 Ft	Mátrai borzaska (reszelt burgonyás bundában sült sertésszelet), rizi-bizi 1770 Ft	Feta sajttal töltött rántott pulykamell, petrezselymes burgonya 1775 Ft	Csirkemell orly módon, kukoricás rizs 1630 Ft	
ZE2 - Rántott (kis adag)	Rántott sajt (trappista), hasábburgonya, tartármártás* 1275 Ft	 Rántott kacsamáj, burgonyapüré 1465 Ft	Mátrai borzaska, rizi-bizi 1240 Ft	Feta sajttal töltött rántott pulykamell, petrezselymes burgonya 1240 Ft	Csirkemell orly módon, kukoricás rizs 1140 Ft	
E3 - Rántott	Rántott csirkemell, rizi-bizi 1720 Ft	Szűzermék párizsiasan, jázmin rizs 1720 Ft	Pankó morzsában sült csirkemell, rizi-bizi 1755 Ft	Libamájjal töltött sertésborda rántva, házi burgonyapüré 2095 Ft	Rántott csirkecomb, kukoricás rizs 1690 Ft	
ZE3 - Rántott (kis adag)	Rántott csirkemell, rizi-bizi 1195 Ft	Szűzermék párizsiasan, jázmin rizs 1195 Ft	Pankó morzsában sült csirkemell, rizi-bizi 1230 Ft	Libamájjal töltött sertésborda rántva, házi burgonyapüré 1470 Ft	Rántott csirkecomb, kukoricás rizs 1185 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
E4 - Rántott	Rántott csirkemell, burgonyapüré 1750 Ft	Szűzermék párizsiasan, petrezselymes burgonya 1775 Ft	Pankó morzsában sült csirkemell, petrezselymes burgonya 1720 Ft	Libamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 2045 Ft	Rántott csirkecomb, burgonyapüré 1730 Ft	
ZE4 - Rántott (kis adag)	Rántott csirkemell, burgonyapüré 1225 Ft	Szűzermék párizsiasan, petrezselymes burgonya 1240 Ft	Pankó morzsában sült csirkemell, petrezselymes burgonya 1195 Ft	Libamájjal töltött sertésborda rántva, rizi-bizi 1430 Ft	Rántott csirkecomb, burgonyapüré 1220 Ft	
RV - Rántott Vega	 Sajttal, zöldségekkel töltött palacsinta rántva, tejszínes gombamártással 1620 Ft 	Rántott karfiol, jázmin rizs, tartármártás* 1560 Ft	Rántott hagymakarikák, kukoricás rizs, tartármártás* 1795 Ft	Aszalt szilvával töltött rántott camembert, jázmin rizs, Áfonya öntet* 1995 Ft	Rántott kukkini szezámmagos bundában, vegyes köret, tartármártás* 1845 Ft	
ZRV - Rántott vega (kis adag)	 Sajttal, zöldségekkel töltött palacsinta rántva, tejszínes gombamártással 1135 Ft 	Rántott karfiol, jázmin rizs, tartármártás* 1090 Ft	Rántott hagymakarikák, kukoricás rizs, tartármártás* 1255 Ft	Aszalt szilvával töltött rántott camembert, jázmin rizs, Áfonya öntet* 1395 Ft	Rántott kukkini szezámmagos bundában, vegyes köret, tartármártás* 1295 Ft	
VAD - Vadvilág	 Bakonyi szarvassült házi burgonyapürével 2250 Ft 	Vörösboros vaddisznópörkölt galuskával 1820 Ft	Fűszeres vaddisznógombócok cheddarsajt mártással sáfrányos rizzsel 1835 Ft	 Vaddisznó brassói 2070 Ft	Szarvascomb vadasan zsemlegombóc 2135 Ft	
ZVAD - Vadvilág (kis adag)	 Bakonyi szarvassült házi burgonyapürével 1575 Ft 	Vörösboros vaddisznópörkölt galuskával 1275 Ft	Fűszeres vaddisznógombócok cheddarsajt mártással sáfrányos rizzsel 1285 Ft	 Vaddisznó brassói 1450 Ft	Szarvascomb vadasan zsemlegombóc 1495 Ft	
W3 - Halak	Mátrai borzas harcsa, tepsis burgonya 2090 Ft	Harcsapaprikás, galuska 1820 Ft	 Korhely halászlé (harcsából) csípős 1580 Ft	Harcsafasírt parajos burgonya pürével 1945 Ft	Hekk törzs párizsi bundában, gombás rizs 1860 Ft 	
ZW3 - Halak (kis adag)	Mátrai borzas harcsa, tepsis burgonya 1465 Ft	Harcsapaprikás, galuska 1275 Ft	 Korhely halászlé (harcsából) csípős 1095 Ft	Harcsafasírt parajos burgonya pürével 1360 Ft	Hekk törzs párizsi bundában, gombás rizs 1295 Ft 	
TP - Tortilla és pita	 Mexikói jalapenos csirkés burrito csípős 1885 Ft	Burrito sajttal és marhahússal csípős 1980 Ft	Marhahúsos quesadilla tejföllel, sajttal csípős 2070 Ft	Pácolt sajt csirkemell, tortilla tekercsben, tejföllel zöldségekkel 1920 Ft	Csirkés burrito tzatzikivel, salsa szósszal, tzatziki öntet csípős 1980 Ft	
F - Főétel	Zúzapörkölt, galuska 1520 Ft	Szegedi tarhonyás hús 1550 Ft	Baconos juhtúrós sztrapacska (gazdagon tejföllel) 1720 Ft	Házi aranygaluska vanília sodóval* 1420 Ft	Tejfölös, paprikás, csirkés, rakott penne 1580 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
ZF - Főétel (kis adag)	Zúzapörkölt, galuska 1065 Ft	Szegedi tarhonyás hús 1085 Ft	Baconos juhtúrós sztrapacska (gazdagon tejföllel) 1195 Ft	Házi aranygaluska vanília sodóval* 995 Ft	Tejfölös, paprikás, csirkés, rakott penne 1120 Ft	
G - Főétel	Töltött csirkecomb, rizi-bizi 1680 Ft	Csípős, sült csirkemell, burgonyapüré csípős 1670 Ft	Vörösboros marhapörkölt, tarhonya 1735 Ft	Grillezett csirkemell, tejszínes sajt mártás, jázmin rizs 1585 Ft	Bakonyi pulykamelltokány, galuska 1695 Ft 	Bolognai spagetti 1650 Ft
ZG - Főétel (kis adag)	Töltött csirkecomb, rizi-bizi 1175 Ft	Csípős, sült csirkemell, burgonyapüré csípős 1170 Ft	Vörösboros marhapörkölt, tarhonya 1220 Ft	Grillezett csirkemell, tejszínes sajt mártás, jázmin rizs 1120 Ft	Bakonyi pulykamelltokány, galuska 1190 Ft 	Bolognai spagetti 1155 Ft
H - Főétel	Házi rakott burgonya 1875 Ft	Szilvágombóc* 1635 Ft	 Zöldséges csirkegolyók olasz paradicsomos rizsszem tésztával 1770 Ft	Fűszeres tarjafalatok, tepsis burgonya 1840 Ft	Vadas marhatokány, spagetti 1820 Ft	Részes csirkecomb (sörrel sült), zöldséges rizs 1595 Ft
ZH - Főétel (kis adag)	Házi rakott burgonya 1320 Ft	Szilvágombóc* 1145 Ft	 Zöldséges csirkegolyók olasz paradicsomos rizsszem tésztával 1240 Ft	Fűszeres tarjafalatok, tepsis burgonya 1295 Ft	Vadas marhatokány, spagetti 1275 Ft	Részes csirkecomb (sörrel sült), zöldséges rizs 1120 Ft
I - Főétel	Gyros tál vegyes körettel, tzatzikivel 1680 Ft	Brassói aprópecsenye 1735 Ft	Császármorzsa baracklekvárral* 1760 Ft	Paprikás csirke, galuska 1655 Ft	Ínyenc csirkemell (ananász, füstölt sajt, bacon), jázmin rizs 1745 Ft	
ZI - Főétel (kis adag)	Gyros tál vegyes körettel, tzatzikival 1175 Ft	Brassói aprópecsenye 1220 Ft	Császármorzsa baracklekvárral* 1230 Ft	Paprikás csirke, galuska 1160 Ft	Ínyenc csirkemell (ananász, füstölt sajt, bacon), jázmin rizs 1225 Ft	
J - Főétel	 Mini házi húsgombócok sajtos makarónival Séf módra 1855 Ft	Bácskai rizseshús csirkemellből 1620 Ft	Milánói spagetti 1575 Ft 	Klasszikus házi túrógombóc édes tejföllel* 1850 Ft	Túrós derelye, édes tejföl mártás* 1695 Ft	
ZJ - Főétel (kis adag)	 Mini házi húsgombócok sajtos makarónival Séf módra 1295 Ft	Bácskai rizseshús csirkemellből 1135 Ft	Milánói spagetti 1120 Ft 	Klasszikus házi túrógombóc édes tejföllel* 1295 Ft	Túrós derelye, tejföl mártás* 1190 Ft	
Y - Foodplusz ajánlat	 Kentucky oldalas házi kukoricás burgonyapürével 2090 Ft	 Alfredo spagetti 2160 Ft	 Kemencében sült kacsacomb almás párolt káposztával tört burgonyával 2485 Ft	Vasi pecsenye, hagymás törtburgonya 1755 Ft	Slambuc (tészta, bacon, burgonya, hagyma) 1495 Ft	
TA - Takarékos főétel	Túrós csusza 1440 Ft	Pirított csirkemáj, sós burgonya 1420 Ft	Rántott csirkemáj, párolt rizs 1380 Ft	Húsos tészta, reszelt sajttal 1370 Ft	Gomba pörkölt, galuska* 1390 Ft 	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
LAK - Laktózmentes	 Milánói sertésborda (LM) 1685 Ft 	 Hortobágyi húsos palacsinta (LM) 1775 Ft	Carbonara spagetti (LM) 1565 Ft	 Hawaii csirkemell házi burgonyapürével (LM) 2120 Ft	 Székelykáposzta gazdagon tejföllel (LM) 1665 Ft	
ZLAK - Laktózmentes (kis adag)	 Milánói sertésborda (LM) 1180 Ft 	 Hortobágyi húsos palacsinta (LM) 1240 Ft	Carbonara spagetti (LM) 1095 Ft	 Hawai csirkemell házi burgonyapürével (LM) 1485 Ft	 Székelykáposzta gazdagon tejföllel (LM) 1165 Ft	
CM - Foodplusz Menü (Fél adag leves + fél adag főétel)	Gyöngybabaleves zöldségekkel, Milánói makaróni 1295 Ft  	Zellerkrémleves, Rántott csirkemell, jázmin rizs 1330 Ft 	Tarhonyaleves, Vadas húsgombóc spagetti 1280 Ft 	Gyümölcsleves, Húsos tészta reszelt sajttal 1290 Ft 	Korhelyleves, Császármorzsa házi baracklevárral 1495 Ft 	
TM - Takarékos Zóna menü - egész hétre (kis adag leves + kis adag főétel)	Kapros karfiolleves, Túrós csusza 1590 Ft	Fahéjas szilvaleves, Pírtott csirkemáj, sós burgonya 1540 Ft	Lencseleves, Rántott csirkemáj, párolt rizs 1520 Ft	Tejfölös burgonyaleves, Húsos tészta, reszelt sajttal 1490 Ft	Tejszínes meggyleves, Gomba pörkölt, galuska* 1485 Ft 	
M1 - Menü1 - egész hétre (kis adag leves + nagy adag főétel)	Fejtett bableves, Túrós csusza 2045 Ft	Tavaszi zöldborsóleves, Pírtott csirkemáj, sós burgonya 1940 Ft	Magyaros karfiolleves, Rántott csirkemáj, párolt rizs 1990 Ft	Tavaszi zöldborsóleves grízgaluskával, Húsos tészta, reszelt sajttal 1855 Ft	Tejszínes meggyleves, Gomba pörkölt, galuska* 1895 Ft 	
X - Foodpluszmix (2xfél adag)	Rántott csirkemell, rizi-bizi, Almás rétes 1620 Ft	Brassói aprópecsenye, Szilvágombóc 1675 Ft	Milánói spagetti, Császármorzsa baracklevárral 1655 Ft 	Paprikás csirke, galuska, Lúdláb torta 1750 Ft	Zöldborsófőzelék, sült virsli, Diós marlenka 1750 Ft	
ZM - Zóna menü (kis adag leves + kis adag főétel)	Tejszínes tárkonyos zöldbableves burgonyagombóccal, Házi rakott burgonya 1940 Ft	Trópusi gyümölcsleves, Bácskai rizseshús csirkemellből 1695 Ft	Magyaros karfiolleves, Vörösborsos marhapörkölt, tarhonya 1820 Ft	Tejszínes őszibarackleves, Paprikás csirke, galuska 1750 Ft	Tejfölös gombaleves, Csirkemell orly módon, kukoricás rizs 1670 Ft 	Csirkegulyás leves, Bolognai spagetti 1795 Ft
S1 - Saláta (zóna adag)	 Kemencés csirkemell a Konyhafőnök salátájával 1180 Ft	Csirkemell csikok, zöldsaláta, tzaziki, tzatziki öntet 1040 Ft	Orosz jércehússaláta 1030 Ft	Franciasaláta, sült kacsamáj 1340 Ft	Körözöttel töltött sajttekercsek, zöldsaláta* 1195 Ft	
L - Palacsinta (2db)	 Házi barackleváros palacsinta tejszínhabbal* 830 Ft	Rumos meggyel töltött palacsinta csokoládémártásban* 785 Ft	Barackos palacsinta, vanília öntet* 920 Ft	Túrós palacsinta* 920 Ft	Áfonyás palacsinta, vanília öntet* 920 Ft	
N1 - Desszert	 Eszterházy szelet* 995 Ft	Mogyorókrémrel töltött gombócok 870 Ft	Puncstorta szelet 895 Ft	Lúdláb torta 935 Ft	Madártej 670 Ft	Ischler 895 Ft
N2 - Desszert	Almás rétes 770 Ft	 Snickers szelet* 995 Ft	Gesztenyepüré 1020 Ft	 Vörösbársony szelet 1020 Ft	Diós marlenka 930 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
V1 - Levesek	 Sáfrányos édesburgonya krémleves benne főtt csibemellel 335 kcal, 36g szénh., 28g fehérje, 8g zsír 1140 Ft	 Harcsa halászlé (fitt) 455 kcal, 11g szénh., 58g fehérje, 20g zsír, csípős 1320 Ft	 Tojásleves (fitt)* 318 kcal, 17g szénh., 13g fehérje, 22g zsír 830 Ft	 Erdélyi zöldbableves (fitt) 156 kcal, 16g szénh., 4g fehérje, 8g zsír 920 Ft	 Tejfölös karfiolleves (fitt)* 193 kcal, 21g szénh., 7g fehérje, 8g zsír 920 Ft	
ZV1 - Levesek (kis adag)	 Sáfrányos édesburgonya krémleves benne főtt csibemellel 222 kcal, 24g szénh., 19g fehérje, 5g zsír 845 Ft	 Harcsa halászlé (fitt) 303 kcal, 7g szénh., 39g fehérje, 13g zsír 975 Ft	 Tojásleves (fitt)* 213 kcal, 11g szénh., 8g fehérje, 15g zsír 620 Ft	 Erdélyi zöldbableves (fitt) 105 kcal, 11g szénh., 3g fehérje, 5g zsír 680 Ft	 Tejfölös karfiolleves (fitt)* 129 kcal, 14g szénh., 5g fehérje, 5g zsír 680 Ft	
V2 - Levesek	 Tejfölös gombaleves (fitt)* 194 kcal, 25g szénh., 10g fehérje, 6g zsír 895 Ft	 Csontleves gazdagon zöldségekkel finomítottal 187 kcal, 24g szénh., 9g fehérje, 11g zsír 790 Ft	 Fitt májgaluska leves 219 kcal, 28g szénh., 14g fehérje, 5g zsír 820 Ft	 Tejszínes eperleves stevia édesítőszerrel* 198 kcal, 58g szénh., 4g fehérje, 8g zsír 950 Ft	 Fitt fejtett bableves (tejfölös)* 463 kcal, 58g szénh., 17g fehérje, 16g zsír 995 Ft	
ZV2 - Levesek (kis adag)	 Tejfölös gombaleves (fitt)* 129 kcal, 17g szénh., 7g fehérje, 4g zsír 660 Ft	 Csontleves gazdagon zöldségekkel finomítottal 126 kcal, 16g szénh., 6g fehérje, 7g zsír 585 Ft	 Fitt májgaluska leves 147 kcal, 19g szénh., 10g fehérje, 3g zsír 595 Ft	 Tejszínes eperleves stevia édesítőszerrel* 132 kcal, 38g szénh., 3g fehérje, 5g zsír 695 Ft	 Fitt fejtett bableves (tejfölös)* 309 kcal, 39g szénh., 11g fehérje, 10g zsír 735 Ft	
V3 - Főzelék	 Fitt parajfőzelék* 261 kcal, 36g szénh., 14g fehérje, 6g zsír 1050 Ft	 Tejszínes petrezselymes zöldbabfőzelék* 172 kcal, 23g szénh., 5g fehérje, 5g zsír 1095 Ft	 Kapros tejfölös tökfőzelék stevia édesítőszerrel* 216 kcal, 43g szénh., 7g fehérje, 6g zsír 1195 Ft	 Vöröslencse főzelék* 559 kcal, 76g szénh., 31g fehérje, 13g zsír 1050 Ft	 Light tejszínes zöldborsó főzelék* 424 kcal, 71g szénh., 20g fehérje, 10g zsír 1290 Ft	
V4 - Főzelék	 Fitt parajfőzelék, főtt tojás* 425 kcal, 38g szénh., 27g fehérje, 17g zsír 1445 Ft	 Tejszínes petrezselymes zöldbabfőzelék, kis bécsi szelet 715 kcal, 68g szénh., 38g fehérje, 31g zsír 1585 Ft	 Kapros tejfölös tökfőzelék stevia édesítőszerrel, Rántott sajt (light)* 609 kcal, 69g szénh., 27g fehérje, 28g zsír 1595 Ft	 Vöröslencse főzelék, light csirkemell pörkölt 803 kcal, 94g szénh., 63g fehérje, 17g zsír 1545 Ft	 Light tejszínes zöldborsó főzelék, csevacscsica 711 kcal, 75g szénh., 57g fehérje, 23g zsír 1835 Ft	
ZV4 - Főzelék (kis adag)	 Fitt parajfőzelék, főtt tojás 282 kcal, 25g szénh., 18g fehérje, 11g zsír 1070 Ft	 Tejszínes petrezselymes zöldbabfőzelék, kis bécsi szelet 477 kcal, 46g szénh., 26g fehérje, 20g zsír 1175 Ft	 Kapros tejfölös tökfőzelék stevia édesítőszerrel, Rántott sajt (light)* 405 kcal, 46g szénh., 18g fehérje, 19g zsír 1180 Ft	 Vöröslencse főzelék, light csirkemell pörkölt 534 kcal, 63g szénh., 42g fehérje, 11g zsír 1145 Ft	 Light tejszínes zöldborsó főzelék, csevacscsica 474 kcal, 50g szénh., 38g fehérje, 15g zsír 1360 Ft	
V5 - Főzelék	 Fitt Parajfőzelék, párizsi bundás csirkemell 630 kcal, 70g szénh., 45g fehérje, 18g zsír 1520 Ft	 Tejszínes petrezselymes zöldbabfőzelék, Roston sült csirkemell 404 kcal, 29g szénh., 34g fehérje, 16g zsír 1590 Ft	 Kapros tejfölös tökfőzelék stevia édesítőszerrel, Csirkevagdalt (light) 647 kcal, 78g szénh., 51g fehérje, 17g zsír 1695 Ft	 Vöröslencse főzelék, natúr csirkemellfilé 725 kcal, 77g szénh., 63g fehérje, 16g zsír 1495 Ft	 Light tejszínes zöldborsó főzelék, sajtos bundás csirkemell 893 kcal, 96g szénh., 66g fehérje, 30g zsír 1755 Ft	
V6 - Főtételek	 Currys chilis tejszínes csirkecsíkok basmati rizzsel 762 kcal, 118g szénh., 47g fehérje, 13g zsír, csípős 1630 Ft	 Csirkés-sajtos lasagne (fitt) 785 kcal, 77g szénh., 47g fehérje, 31g zsír 1620 Ft	 Penne arrabiata (parad., fokh., csípős olasz tészta) stevia édesítőszerrel* 773 kcal, 99g szénh., 40g fehérje, 26g zsír, csípős 1635 Ft	 Káposztás tészta stevia édesítőszerrel* 863 kcal, 108g szénh., 32g fehérje, 36g zsír 1595 Ft	 Zöldséges kacsamáj rozottó light sajttal 855 kcal, 84g szénh., 42g fehérje, 38g zsír 1940 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
V7 - Főételek	Feta sajttal töltött rántott pulykamell, gombás-cukkinis rizs 980 kcal, 118g szénh., 70g fehérje, 25g zsír 1945 Ft 	Rántott cukkini, barna rizs sült paradicsommal* 801 kcal, 137g szénh., 25g fehérje, 15g zsír 1665 Ft	Rántott sertésborda, sült zöldség (light) 628 kcal, 54g szénh., 47g fehérje, 22g zsír 1875 Ft	Csirkemell Orly módon, párolt burgonya zöldekkel, petrezselyemmel 591 kcal, 67g szénh., 42g fehérje, 15g zsír 1720 Ft	Fitt rántott csirkecomb filé, vajon párolt zöldekkel, barna rizzsel 898 kcal, 101g szénh., 58g fehérje, 28g zsír 1775 Ft	
ZV7 - Főételek (kis adag)	Feta sajttal töltött rántott pulykamell, gombás-cukkinis rizs 654 kcal, 79g szénh., 47g fehérje, 17g zsír 1440 Ft 	Rántott cukkini, barna rizs sült paradicsommal* 534 kcal, 91g szénh., 17g fehérje, 10g zsír 1230 Ft	Rántott sertésborda, sült zöldség (light) 420 kcal, 36g szénh., 32g fehérje, 15g zsír 1390 Ft	Csirkemell Orly módon, párolt burgonya zöldekkel, petrezselyemmel 393 kcal, 45g szénh., 28g fehérje, 10g zsír 1270 Ft	Fitt rántott csirkecomb filé, vajon párolt zöldekkel, barna rizzsel 600 kcal, 67g szénh., 39g fehérje, 19g zsír 1320 Ft	
V8 - Főételek	Kemencés csirkemellcsíkok cheddar sajttal, bulgur salátával 691 kcal, 76g szénh., 53g fehérje, 21g zsír 1670 Ft	Lecsó virslivel, rizzsel (fitt) 649 kcal, 91g szénh., 21g fehérje, 27g zsír 1630 Ft	Grill csirkecomb, sült alma 556 kcal, 53g szénh., 51g fehérje, 11g zsír 1680 Ft	 Garnélás spagetti 678 kcal, 81g szénh., 37g fehérje, 22g zsír 2035 Ft	Cukkinis lecsó (fitt)* 218 kcal, 29g szénh., 5g fehérje, 11g zsír 1540 Ft	
V9 - Főételek	Paprikás burgonya (virslivel) (fitt) 582 kcal, 58g szénh., 19g fehérje, 29g zsír 1490 Ft	Thai csirke, wok zöldségekkel 537 kcal, 35g szénh., 41g fehérje, 24g zsír 1850 Ft 	Paradicsomos mozzarella sült csirkemell, vegyes friss saláta 576 kcal, 30g szénh., 47g fehérje, 29g zsír 1875 Ft	Roston sült csirkemell, Görög saláta 472 kcal, 26g szénh., 40g fehérje, 23g zsír 1780 Ft	Csirkemell tzatzikivel, zöldsalátával 306 kcal, 23g szénh., 29g fehérje, 10g zsír 1690 Ft	
ZV9 - Főételek (kis adag)	Paprikás burgonya (virslivel) (fitt) 387 kcal, 39g szénh., 13g fehérje, 19g zsír 1095 Ft	Thai csirke, wok zöldségekkel 357 kcal, 23g szénh., 27g fehérje, 16g zsír 1370 Ft 	Paradicsomos mozzarella sült csirkemell, vegyes friss saláta 384 kcal, 20g szénh., 31g fehérje, 19g zsír 1390 Ft	Roston sült csirkemell, Görög saláta 315 kcal, 17g szénh., 26g fehérje, 15g zsír 1320 Ft	Csirkemell tzatzikivel, zöldsalátával, tzatziki öntet 190 kcal, 14g szénh., 18g fehérje, 6g zsír 1250 Ft	
V10 - Főételek	 Szecsuaí csipős csirkecsíkok tojásos barna rizzsel 841 kcal, 102g szénh., 55g fehérje, 22g zsír 1795 Ft	Fitt rakott karfiol pulykahússal 719 kcal, 57g szénh., 54g fehérje, 28g zsír 1720 Ft	Pírtott csirkecsíkok zöldsalátával tepsis burgonyával 540 kcal, 59g szénh., 40g fehérje, 14g zsír 1770 Ft	 Barbeque csirkecomb káposztás bulgurral 720 kcal, 104g szénh., 64g fehérje, 12g zsír 1720 Ft	Grill csirke combfilé békirépával, kukoricával 690 kcal, 44g szénh., 68g fehérje, 25g zsír 1820 Ft	
ZV10 - Főételek (kis adag)	 Szecsuaí csipős csirkecsíkok tojásos barna rizzsel 561 kcal, 68g szénh., 37g fehérje, 14g zsír 1340 Ft	Fitt rakott karfiol pulykahússal 480 kcal, 38g szénh., 36g fehérje, 19g zsír 1270 Ft	Pírtott csirkecsíkok zöldsalátával tepsis burgonyával 360 kcal, 39g szénh., 27g fehérje, 9g zsír 1295 Ft	 Barbeque csirkecomb káposztás bulgurral 480 kcal, 70g szénh., 43g fehérje, 8g zsír 1270 Ft	Grill csirke combfilé békirépával, kukoricával 459 kcal, 29g szénh., 45g fehérje, 17g zsír 1345 Ft	
V11 - Főételek	Szezámmagos csirke pírított, hagymás tésztával 817 kcal, 91g szénh., 59g fehérje, 24g zsír 1755 Ft	Olívás mozzarellával töltött csirkemell, zöldséges rizs 962 kcal, 111g szénh., 50g fehérje, 36g zsír 1750 Ft	Vadas marha, light szarvacsa tésztával 687 kcal, 76g szénh., 47g fehérje, 25g zsír 1820 Ft	Borsos, mustáros sült sovány csirkemell velesült zöldségekkel 606 kcal, 37g szénh., 41g fehérje, 30g zsír 1820 Ft	Csirkemell paprikás, tészta köret 815 kcal, 66g szénh., 53g fehérje, 37g zsír 1720 Ft	
V12 - Főételek	Roston csirkemell friss bazsalikomos sajtmártással rizses békirépával 657 kcal, 57g szénh., 46g fehérje, 27g zsír 1675 Ft	 Baconba tekert csirkemell gombás tojásos rizzsel 845 kcal, 69g szénh., 61g fehérje, 37g zsír 1895 Ft 	Indiai curry-s csirke, zöldséges basmati rizs 609 kcal, 86g szénh., 43g fehérje, 10g zsír 1620 Ft	Tejszínes-zöldséges csirkés fusilli 642 kcal, 66g szénh., 46g fehérje, 21g zsír 1640 Ft 	 Krémsajtos mustáros csirkefalatok fusilli tésztával 942 kcal, 76g szénh., 67g fehérje, 41g zsír 1855 Ft	
V13 - Főételek	Brokkoli főzelék rántott csirkemellel 646 kcal, 62g szénh., 43g fehérje, 24g zsír 1535 Ft	Fitt rakott kel (sertés hússal) 726 kcal, 51g szénh., 45g fehérje, 36g zsír 1820 Ft	Töltött paprika, paradicsommártás sztevia édesítőszerrel 640 kcal, 92g szénh., 36g fehérje, 23g zsír 1850 Ft	Rakott karfiol (pulykahússal) 617 kcal, 55g szénh., 42g fehérje, 24g zsír 1690 Ft	Paradicsomos burgonyafőzelék, szárnyas vagdalttal sztevia édesítőszerrel 564 kcal, 67g szénh., 48g fehérje, 11g zsír 1495 Ft	



FoodPlusz étlap - 2024 - 27. hét

	2024.07.01. - hétfő	2024.07.02. - kedd	2024.07.03. - szerda	2024.07.04. - csütörtök	2024.07.05. - péntek	2024.07.06. - szombat
V14 - Főételek	Óvári csirkemell, párolt zöldköret 502 kcal, 37g szénh., 51g fehérje, 14g zsír 1820 Ft 	Tejszínes-gombás csirkemell, fitt spagetti 622 kcal, 62g szénh., 51g fehérje, 18g zsír 1680 Ft 	Töltött káposzta csirkemellből 645 kcal, 70g szénh., 43g fehérje, 19g zsír 1750 Ft	Házi lecsó virslivel, bulgurral 653 kcal, 84g szénh., 25g fehérje, 27g zsír 1620 Ft	 Mustáros csirkecombfilé rozmaryingos édesburgonyával 761 kcal, 79g szénh., 70g fehérje, 15g zsír 1895 Ft	
V15 - Desszertek	 Tejszínes túrós szelet* 196 kcal, 12g szénh., 8g fehérje, 13g zsír 995 Ft	Somlói kocka* 129 kcal, 10g szénh., 6g fehérje, 7g zsír 955 Ft	Oroszkrém torta* 150 kcal, 12g szénh., 6g fehérje, 8g zsír 960 Ft	Meggyes pite* 228 kcal, 18g szénh., 7g fehérje, 14g zsír 950 Ft	Epres-vanília szelet* 146 kcal, 10g szénh., 4g fehérje, 10g zsír 955 Ft	
VM - Vitál menü (kis adag leves + kis adag főétel)	 Tejfölös gombaleves (fitt), Szecsuáni csipős csirkecsikok tojásos barna rizzsel 690 kcal, 85g szénh., 43g fehérje, 18g zsír 1895 Ft 	 Csontleves gazdagon zöldségekkel fi- nommetélttel, Fitt rakott karfiol pu- lykahússal 606 kcal, 54g szénh., 43g fehérje, 26g zsír 1760 Ft	Fitt májgaluska leves, Rántott sertésborda, sült zöldség (light) 567 kcal, 55g szénh., 41g fehérje, 18g zsír 1885 Ft	 Erdélyi zöldbableves (fitt), Barbeque csirkecomb káposztás bulgurral 585 kcal, 80g szénh., 45g fehérje, 13g zsír 1850 Ft	Tejfölös karfiolleves (fitt), Grill csirke combfilé bébirépával, kukoricával 588 kcal, 43g szénh., 50g fehérje, 22g zsír 1925 Ft	
FMB - Fitt magvas bagett	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 245 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 245 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 245 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 245 Ft	Fitt magvas bagett 270 kcal, 42g szénh., 12g fehérje, 6g zsír 245 Ft	
T1 - Savanyú	Uborkasaláta 250 Ft	Uborkasaláta 250 Ft	Uborkasaláta 250 Ft	Uborkasaláta 250 Ft	Uborkasaláta 250 Ft	
T2 - Savanyú	Tejfölös uborkasaláta 275 Ft	Tejfölös uborkasaláta 275 Ft	Tejfölös uborkasaláta 275 Ft	Tejfölös uborkasaláta 275 Ft	Tejfölös uborkasaláta 275 Ft	
T3 - Savanyú	Paradicsomsaláta 250 Ft	Paradicsomsaláta 250 Ft	Paradicsomsaláta 250 Ft	Paradicsomsaláta 250 Ft	Paradicsomsaláta 250 Ft	
T4 - Savanyú	Házi káposztasaláta 230 Ft	Házi káposztasaláta 230 Ft	Házi káposztasaláta 230 Ft	Házi káposztasaláta 230 Ft	Házi káposztasaláta 230 Ft	
T5 - Savanyú	Ecetes almapaprika 230 Ft	Ecetes almapaprika 230 Ft	Ecetes almapaprika 230 Ft	Ecetes almapaprika 230 Ft	Ecetes almapaprika 230 Ft	
T6 - Savanyú	Csalamádé 230 Ft	Csalamádé 230 Ft	Csalamádé 230 Ft	Csalamádé 230 Ft	Csalamádé 230 Ft	
T7 - Savanyú	Csemegeuborka 250 Ft	Csemegeuborka 250 Ft	Csemegeuborka 250 Ft	Csemegeuborka 250 Ft	Csemegeuborka 250 Ft	
T8 - Savanyú	Kovászos uborka 230 Ft	Kovászos uborka 230 Ft	Kovászos uborka 230 Ft	Kovászos uborka 230 Ft	Kovászos uborka 230 Ft	