






# HAGYOMÁNYOS ÉTELEK

48. hét		Hétfő (11.23.)		Kedd (11.24.)		Szerda (11.25.)		Csütörtök (11.26.)		Péntek (11.27.)	
H1	Levesek	Ananászos almakrémléves	650 Ft	Sült burgonyakrémléves	650 Ft	Szegfűszeges meggykrémléves	610 Ft	Szalonnás tarhonyaleves	590 Ft	Erőleves eperlevéllel	590 Ft
H2	Levesek	Zöldséges marhahúsleves csigatésztaival	720 Ft	Bakonyi betyárleves	690 Ft	Jókai bableves, házi kolbásszal, füstölt csülökkel, csipetkével	730 Ft	Gulyásleves, csipetke	700 Ft	Májgaluskaleves	640 Ft
H5	Tészták	Tojásos nokedli	1 050 Ft	Carbonara spagetti, parmezán szórással	1 220 Ft	Szilvalekváros gombóc, fahéjas porcukorral	1 090 Ft	Sonkás tortellini, tormamártás, reszelt sajt	1 180 Ft	Grízes tészta, baracklevár	950 Ft
H6	Főzelékek	Paradicsomos káposztafőzelék		Sárgaborsó-főzelék		Tejfőlös burgonyafőzelék		Sóska, főtt burgonya		Magyaros zöldbabfőzelék	
		1. virsli (2 db)	1 110 Ft	1. főtt tojás (2 db)	990 Ft	1. virsli (2 db)	1 020 Ft	1. bundás zsemle	1 090 Ft	1. juhbeles prémium virsli (2 db)	1 150 Ft
		2. egyben sült vagdalt (sertés)	1 160 Ft	2. serpenyős flekken (tarja)	1 230 Ft	2. Stefánia vagdalt	1 160 Ft	2. sült csirkemell	1 230 Ft	2. grillezett sertéskaraj	1 170 Ft
H7	Vegetáriánus ételek	Zöldborsós tojáspörkölt, házi tarhonya	1 090 Ft	Rántott brokkoli, burgonyapüré	1 140 Ft	Gomba vadasan, spagetti	1 040 Ft	Sajttal, gombával töltött palacsinta, sajtmártás	1 150 Ft	Póréhagymás, sajtos rakott penne	1 190 Ft
H8	Készételek	Lecsós virsli (Bécsi virslikarikák), tarhonya	1 190 Ft	Csirkemáj rizottó, reszelt sajt	1 090 Ft	Stefánia vagdalt, burgonyapüré	1 250 Ft	Húsgombóc, paradicsommártás, főtt burgonya	1 150 Ft	Ózibarackos pulykamelltokány, párolt jázminrizs	1 200 Ft
H9	Készételek	Rakott zöldbab	1 220 Ft	Bajor sertéstokány (sonka, uborka, gomba, tejföl), orsó tészta	1 180 Ft	Argentín húsos rakott tészta (darált marhahús, chili, kukorica)	1 280 Ft	Debreceni szárnyastokány, penne (csirkemell, debreceni kolbász)	1 120 Ft	Sólet, főtt tojás, füstölt tarjaszeletek	1 150 Ft
H11	Frissensültek	Pulykamell, zabpelyhes bundában		Cordon bleu (sertés karaj, sajt, sonka, gomba)		Sajtkrémmel töltött, rántott csirkemell		Sertéskaraj Orly módra		Borzas csirkemellfilé (burgonyás bunda)	
		1. mazsolás jázminrizs	1 210 Ft	1. kukoricás jázminrizs	1 250 Ft	1. zöldséges jázminrizs	1 140 Ft	1. hagymás jázminrizs	1 210 Ft	1. franciasaláta	1 190 Ft
		2. amerikai káposztasaláta	1 290 Ft	2. burgonyapüré	1 290 Ft	2. pirított burgonya	1 220 Ft	2. fűszeres burgonya	1 300 Ft	2. burgonyapüré	1 190 Ft
H12	Népszerű ételek	Csirkemellfilé jóasszony módra (szalonna, gomba, zöldborsó), sült kockaburgonya	1 320 Ft	Magyaróvári jércemell, ceruzababos fokhagymás burgonyapüré <i>A jércemellre sonkát, gombát, sajtot sütünk</i>	1 310 Ft	Hekk paprikás lisztben, hasábburgonya	1 320 Ft	Milánói sertésborda, reszelt sajt	1 410 Ft	Csabai karaj (házi kolbásszal töltött), hagymás burgonya, párolt lila káposzta	1 390 Ft
H13	Ínyenc ételek	Nyúlapró vadasan, zsemlegombóc	1 510 Ft	Bárány kebab, tzatzikivel leöntve, sült burgonya	1 550 Ft	Kacsamell pörkölt, túrós csusza, szalonna pörccel	1 580 Ft	Nílusi sügér, citromos spárgamártással, olívbogyós jázminrizs	1 550 Ft	Bükkszéki káposztás vaddisznógulyás, tejföllel, csipős paprikával (egyáltalán, savanyú káposzta, lecsó, burgonya)	1 650 Ft
H14	Mártonnap libaságok	Kofapecsenye (sertésborda, vörösborsó, hagymás, kolbászos raguval), hagymás jázminrizs	1 320 Ft	Serpenyős, hagymás flekken (lecsó, sült hagyma), rösztivel	1 360 Ft	Betyártál (oldalal, lángolt kolbász, tarja), magyaros tört burgonya	1 520 Ft	Ropogós sertéscsülök, sült burgonyakocka, Elzászi káposzta (fűstös ízű, fehérboros, boróka bogyós savanyú káposzta)	1 390 Ft	Erdélyi fatányéros (tarja 2 db, házi kolbász, paprikás kakastaréj)	1 590 Ft
H20	Desszertek	Házi barackleváros piskótatekercs	610 Ft	Gesztenyehabos piskóta	630 Ft	Gundel palacsinta, csokiszósz	680 Ft	Mozart szelet	620 Ft	Barackos piskóta szelet	630 Ft

# ÉLETMÓD JELLEGŰ, EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ ÉTELEK, FOGYÓKÚRÁZÓKNAK IS 1.

48. hét		Hétfő (11.23.)		Kedd (11.24.)		Szerda (11.25.)		Csütörtök (11.26.)		Péntek (11.27.)	
ZS1	Kalóriaszegény levelek	Citromos sárgabarack-krémleves 160 kcal, ch: 17 g	720 Ft	Magyaros karfiolleves 90 kcal, ch: 5 g	710 Ft	Húsgaluska 110 kcal, ch: 4 g	690 Ft	Vajbaleves, füstölt hússal 290 kcal, ch: 13 g	720 Ft	Tejszínes szilvaleves 140 kcal, ch: 16 g	680 Ft
P1	Paleo levelek	Tárkonyos sertésraguleves 150 kcal, ch: 8 g	780 Ft	Korhelyleves kolbásszal 350 kcal, ch: 8 g	780 Ft	Gulyásleves 230 kcal, ch: 11 g	820 Ft	Szederkremleves 110 kcal, ch: 10 g	750 Ft	Pestós paradicsomleves 160 kcal, ch: 13 g	730 Ft
ZS5	Kalóriaszegény ételek 1	Mediterrán fűszeres pulykacombfalatok, színes bőség saláta, újhagymás, mustáros öntet 	1 370 Ft	Konyakos, narancsos kacsamellicsikó, almás saláta 430 kcal, ch: 21 g	1 820 Ft	Grillezett sertéskaraj, joghurtos zöldsaláta 260 kcal, ch: 10 g	1 480 Ft	Fokhagymás sertésapró, gombás zöldkötet 400 kcal, ch: 14 g	1 370 Ft	Cukkinis lecsó, juhbeles virsli, tészta 320 kcal, ch: 28 g	1 410 Ft
ZS6	Kalóriaszegény ételek 2	Babérleveses sült csirkecomb, cukkinis zöldségpüré 360 kcal, ch: 12 g	1 290 Ft	Latin csirkés egytál (csirkemellicsikó, pikáns salsá zöldségekkel) 430 kcal, ch: 15 g	1 370 Ft	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen 440 kcal, ch: 21 g	1 320 Ft	Mákos tészta 450 kcal, ch: 39 g	1 380 Ft	Citromos halfilé, fokhagymás bébispenót 350 kcal, ch: 7 g	1 410 Ft
ZS7	Szénhidrátszegény ételek 1	Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda 450 kcal, ch: 9 g	1 370 Ft	Tojásos galuska, sós-vizes uborka 550 kcal, ch: 14 g	1 320 Ft	Párizsi sertésborda, mandulás, sárgarépás karfiolpüré 410 kcal, ch: 13 g	1 330 Ft	Tökmagos, rántott sertésborda, füstölt sajtmártás 530 kcal, ch: 5 g	1 380 Ft	Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz 520 kcal, ch: 14 g	1 320 Ft
ZS9	Fitt ételek	Cheddar sajttal göngyölt bazsalikomos csirkecombfilé, zöldbabsaláta 620 kcal, ch: 16 g	1 550 Ft	Mandulás, rántott camembert, jázminrizs, áfonyamártás 810 kcal, ch: 84 g	1 540 Ft	Brassói aprópecsenye (szárnyashúsból), zöldséges, sült burgonya 580 kcal, ch: 43 g	1 350 Ft	Petrezselymes zöldborsófőzelék, vasalt csirkemellfilé 410 kcal, ch: 21 g	1 490 Ft	Chilis, szárnyas krémmel töltött palacsinta, mornay mártás, zöldséges barnarizs 600 kcal, ch: 44 g	 1 350 Ft
GKF1	Keto ételek 1	Tengeri halfilé, citromfűves mártásban, gőzölt zöldségek 420 kcal, ch: 11 g, fehérje: 29 g	1 680 Ft	Gombával sült sertésstarja, lenmagos, baconos kevert saláta 490 kcal, ch: 10 g, fehérje: 22 g	1 660 Ft	Rozmaringos sertésfalatok, kevert saláta baconnal, tojással 590 kcal, ch: 6 g, fehérje: 30 g	1 680 Ft	Parmezánnal, paradicsommal csöben sült csirkecombfilé, pestós vegyes zöldsaláta 410 kcal, ch: 10 g, fehérje: 25 g	1 670 Ft	Parmezánnal sült, tepsis csirkecomb, bacon szórással, majonézes céklasaláta 860 kcal, ch: 12 g, fehérje: 43 g	 1 610 Ft
E4	Vegetáriánus Egészség kontroll ételek 1 Glutén-, laktóz- és cukormentes	Túrógombóc, fahéjas édes tejföllel 520 kcal, ch: 46 g	1 440 Ft	Lengyeles karfiol tejföllel 530 kcal, ch: 37 g	1 480 Ft	Káposztás tészta 370 kcal, ch: 53 g	1 370 Ft	Gombapörkölt, petrezselymes jázminrizs 580 kcal, ch: 84 g	1 320 Ft	Rántott sajt, mandulás bundában, rizi-bizi (barnarizs) 840 kcal, ch: 89 g	1 650 Ft
E1	Egészség Kontroll ételek 4 Glutén-, laktóz- és cukormentes	Sonkával töltött rántott csirkemell, petrezselymes light burgonyapüré 510 kcal, ch: 51 g	1 600 Ft	Zöldfűszeres bundában sült csirkemell, lillahagymás, majonézes burgonyasaláta 600 kcal, ch: 46 g	1 540 Ft	Harcspaprikás, túrós csusza (pirított bacon) 690 kcal, ch: 49 g	1 740 Ft	Rakott burgonya, házi kolbász 840 kcal, ch: 44 g	1 580 Ft	Karalábéfőzelék, húsgolyók 610 kcal, ch: 14 g	1 540 Ft
P3	Paleo ételek 1 Low Carb	Bazsalikomos csirkecombfilé, zelleres édesburgonyapüré 410 kcal, ch: 20 g	1 540 Ft	Májjal töltött dagadó, balsamecetes zöldségszalma (nyers) 550 kcal, ch: 13 g	1 690 Ft	Főtt marhaszelet, meggy mártás 400 kcal, ch: 19 g	1 640 Ft	Cigánypecsenye, sült zöldségek (édesburgonyával) 710 kcal, ch: 22 g	1 600 Ft	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban 360 kcal, ch: 13 g	 1 520 Ft
P5	Paleo ételek 3 High Fat	Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfaisírt ch: 16 g	 1 650 Ft	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezendiós zöldségpüré ch: 11 g	1 550 Ft	Kemencében sült csülök, almás párolt lilakáposzta ch: 12 g	1 750 Ft	Vasalt csirkemellfilé kakastaréjjal, majonézes, zöldséges kinaikel-saláta ch: 7 g	1 590 Ft	Csülkös székelykáposzta ch: 11 g	1 600 Ft
S52	Szénhidrátszegény pékáru	Zsírégető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírégető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírégető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírégető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírégető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft
ZS15	Szénhidrátszegény desszertek	Málnás, citromos joghurttorta kocka 240 kcal, ch: 5 g	680 Ft	Meggyes piskóta, vaníliaöntet 230 kcal, ch: 15 g	680 Ft	Mákos citromkocka 200 kcal, ch: 7 g	650 Ft	Eperhabos piskóta 280 kcal, ch: 12 g	680 Ft	Brownie 270 kcal, ch: 4 g	680 Ft
P10	Paleo desszertek	Rumos, meggyes palacsinta, csokoládéöntet 260 kcal, ch: 24 g	780 Ft	Erdei gyümölcsös kókusz kocka, csokiöntet 470 kcal, ch: 5 g	830 Ft	Répatortakocka 400 kcal, ch: 6 g	840 Ft	Tiramisu 440 kcal, ch: 5 g	850 Ft	Áfonyás tápiókapuding 100 kcal, ch: 15 g	780 Ft

# KEDVEZMÉNYES MENÜK

<b>48. hét</b>	<b>Hétfő (11.23.)</b>	<b>Kedd (11.24.)</b>	<b>Szerda (11.25.)</b>	<b>Csütörtök (11.26.)</b>	<b>Péntek (11.27.)</b>	<b>Szombat (11.28.)</b>	<b>Vasárnap (11.29.)</b>
----------------	-----------------------	----------------------	------------------------	---------------------------	------------------------	-------------------------	--------------------------

<b>H33 PRÉMIUM MENÜ</b>				4 HETI RENDELÉS ESETÉN: <b>31 990 Ft / 20 nap</b> KEDVEZMÉNYES HETI ÁR: <b>8 490 Ft / 5 nap</b>									
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Tejszínes feketeszederleves Pulykamell, zabpelyhes bundában, mazsolás jázminriz Házi baracklekváros piskótatekercs	1 790 Ft	Gombaleves, kagylótészta Magyaróvári jércemell, ceruzababos fokhagymás burgonyapüré Gesztenyehabos piskóta	1 790 Ft	Húsgaluska leves Argentin húsos rakott tészta Mákos citromkocka	1 890 Ft	Hamis gulyásleves, csipetkével Ropogós sertécsütlök, sült burgonyakocka, Elzási káposzta Mozart szelet	1 890 Ft	Májgaluskaleves Borzas csirkemellfilé, franciasaláta Barackos piskóta szelet	1 790 Ft	<i>Legkedveltebb ételek 3 fogásban</i>		

<b>H31 ZÓNA MENÜ</b> (A főétel 70%-a a normál adag ételnek)				4 HETI RENDELÉS ESETÉN: <b>28 890 Ft / 28 nap</b> KEDVEZMÉNYES HETI ÁR: <b>7 790 Ft / 7 nap</b>										
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Zöldséges marhahúsleves csigatésztával Tojásos nokedli	1 290 Ft	Sült burgonyakrémleves Csirkemáj rizottó, reszelt sajt	1 290 Ft	Húsgaluska leves Gomba vadasan, spagetti	1 290 Ft	Tarhonyaleves Debreceni szárnyastokány, jázminriz	1 290 Ft	Erőleves eperlevéllel Magyaros zöldbabfőzelék, virsli	1 290 Ft	Májgaluskaleves Grízes tészta, baracklekvár	1 290 Ft	Borzas csirkemellfilé, franciasaláta Barackos piskóta	1 290 Ft


<b>H32 HAGYOMÁNYOS MENÜ</b>				4 HETI RENDELÉS ESETÉN: <b>32 890 Ft / 28 nap</b> KEDVEZMÉNYES HETI ÁR: <b>8 690 Ft / 7 nap</b>										
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Zöldséges erőleves, csigatésztával Lecsós virsli, tarhonya	1 490 Ft	Gombaleves, kagylótészta Rántott brokkoli, kukoricás jázminriz	1 490 Ft	Húsgaluska leves Stefánia vagdalt, burgonyapüré	1 490 Ft	Szalonnás tarhonyaleves Húsgombóc, paradicsommártás, főtt burgonya	1 490 Ft	Májgaluskaleves Grízes tészta, baracklekvár	1 490 Ft	Erőleves eperlevéllel Borzas csirkemellfilé, burgonyapüré	1 490 Ft	Sólet, főtt tojás, füstölt tarjaszeletek Barackos piskóta	1 490 Ft

<b>ZS21 KALÓRIASZEGÉNY MENÜ</b>														
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Tárkonyos zöldségraguleves Babérleveses sült csirkecombfilé, cukkinis zöldségpüré	470 kcal ch: 20 g 1 740 Ft	Magyaros karfiolleves Tojásos galuska, sós-vizes uborka	640 kcal ch: 20 g 1 740 Ft	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen Füstölt sajtos pogácsa (2 db)	670 kcal ch: 24 g 1 740 Ft	Vajbaleves Fokhagymás sertésapró, gombás zöldköret	690 kcal ch: 27 g 1 740 Ft	Tejszínes szilvaleves Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz	660 kcal ch: 30 g 1 740 Ft	Zúzapörkölt, házi káposztasaláta, pirított szezámaggal Brownie	450 kcal ch: 14 g 1 740 Ft	Pestós paradicsomleves Ördögi jércemellfilé, zellerkocka, paradicsommártásban	500 kcal ch: 26 g 1 740 Ft

<b>P21 PALEO MENÜ</b>														
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Tárkonyos zöldségraguleves Bazsalikomos csirkecombfilé, zelleres édesburgonyapüré	730 kcal ch: 19 g 1 840 Ft	Hamis korhelyleves Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezendiós zöldségpüré	640 kcal ch: 19 g 1 840 Ft	Hamis gulyásleves Kemencében sült csülök, almás párolt lilakáposzta	1000 kcal ch: 23 g 1 840 Ft	Vasalt csirkemellfilé, majonézes, zöldséges kinaikel-saláta Feketeccokis kávémousse	760 kcal ch: 10 g 1 840 Ft	Pestós paradicsomleves Zúzapörkölt, galuska	760 kcal ch: 63 g 1 840 Ft	<i>Tájékozódjon bővebben weboldalunkról, az Egészség &amp; Életmód / Paleosoknak menüpont alatt!</i>			

<b>IRM1 INZULINREZISZTENS MENÜ</b>														
<b>Főétel + Leves / Desszert (ebből rost)</b>	Tárkonyos zöldségraguleves Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda	48 g (31 g) 1 870 Ft	Magyaros karfiolleves Tojásos galuska	49 g (34 g) 1 840 Ft	Hamis gulyásleves Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen	49 g (14 g) 1 870 Ft	Vajbaleves Tökmagos rántott sertésborda, sült zöldségek édesburgonyával	54 g (24 g) 1 920 Ft	Ribizlikrémleves Sokmagvas, rántott csirkemell, majonézes céklasaláta	54 g (24 g) 1 930 Ft	<i>Tájékozódjon bővebben weboldalunkról, az Egészség &amp; Életmód / Inzulínrezisztenseknek menüpont alatt!</i>			



# DIÉTÁS EGÉSZ NAPOS ÉTRENDK FOGYÓKÚRÁZÓKNAK

48. hét	Hétfő (11.23.)	Kedd (11.24.)	Szerda (11.25.)	Csütörtök (11.26.)	Péntek (11.27.)	Szombat (11.28.)	Vasárnap (11.29.)	
<b>BEST OF ZSÍRÉGETŐ FOGYÓKÚRÁS ÉTREND</b> 4 HETES KEDVEZMÉNY: <del>124 850 Ft</del> HELYETT <b>84 900 Ft</b> / 28 nap <b>-32%</b> 1 HETES KEDVEZMÉNY: <del>31 780 Ft</del> HELYETT <b>23 200 Ft</b> / 7 nap <b>-27%</b>								
ZS 121	<b>Ebéd</b>	Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda	Tojásos galuska, sós-vizes uborka	Párizsi sertésborda, mandulás, sárgarépás karfiolpüré	Fokhagymás sertésapró, gombás zöldköret	Parmezánnal sült, tepsi csirkecomb, bacon szórással, majonézes céklasaláta 	Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz	Csülkös székelykáposzta
	<b>Vacsora</b>	Babérleveles sült csirkecomb, cukkinis zöldségpüré	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezsendiós zöldségpüré	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen	Tökmagos, rántott sertésborda, füstölt sajtmártás 	Cukkinis lecsó, virsli (2 db)	Citromos halfilé, fokhagymás bébispenót	Ördögi jérccecombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban
	<b>Snack</b>	Lilahagymás, kolbászos pogácsa (2 db)	Meggyes piskóta, vaníliaöntet	Füstölt sajtos pogácsa (2 db)	Eperhabos piskóta	Ribizlikrémlés	Vajas pogácsa (2 db)	Zsírregető barack ízű üdítőital (1 liter)
	<b>Másnap reggeli</b>	Majonézes lazackrém, zöldség, Zsírregető kifli	Sonka szeletek, light margarin, zöldség, Zsírregető kifli	Gombakrém, zöldség, Zsírregető kifli	Tepertős pogácsa (2 db)	Brokkolis, paprikás felfújt	Szárnycsokolbász, light margarin, zöldség, Zsírregető kifli	Diétás baracklevár, light margarin, Zsírregető kifli
<b>Napi ár:</b>		<del>4 520 Ft</del> <b>3 590 Ft</b>	<del>4 520 Ft</del> <b>3 590 Ft</b>	<del>4 520 Ft</del> <b>3 590 Ft</b>	<del>4 520 Ft</del> <b>3 590 Ft</b>	<del>4 520 Ft</del> <b>3 590 Ft</b>	<del>4 520 Ft</del> <b>3 590 Ft</b>	
<b>Számított tápérték:</b>		1350 kcal, ch: 29 g	1410 kcal, ch: 48 g	1380 kcal, ch: 45 g	1560 kcal, ch: 34 g	1440 kcal, ch: 43 g	1370 kcal, ch: 32 g	1380 kcal, ch: 31 g

<b>1000 KALÓRIÁS FOGYÓKÚRÁS ÉTREND</b> 4 HETES KEDVEZMÉNY: <del>107 200 Ft</del> HELYETT <b>72 900 Ft</b> / 28 nap <b>-32%</b> 1 HETES KEDVEZMÉNY: <del>27 350 Ft</del> HELYETT <b>19 690 Ft</b> / 7 nap <b>-28%</b>								
ZS 131	<b>Ebéd</b>	Mediterrán fűszeres pulykacombfalatok, színes bőségsaláta, újhagymás, mustáros öntet 	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezsendiós zöldségpüré	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen	Fokhagymás sertésapró, gombás zöldköret	Karalábefőzelék, tepsi csirkecomb	Zúzapörkölt, házi káposztasaláta pirított szeszammaggal	Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz
	<b>Vacsora</b>	Babérleveles sült csirkecomb, cukkinis zöldségpüré	Latin csirkés egytál	Grillezett sertéskaraj, joghurtos zöldsaláta	Vasalt csirkemellfilé, majonézes, zöldséges kínaikelet-saláta	Citromos halfilé, fokhagymás bébispenót	Ördögi jérccecombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban	Cukkinis lecsó, virsli (2 db)
	<b>Másnap reggeli</b>	Majonézes lazackrém, zöldség, puffasztott búzaszelet (2 db)	Sonka szeletek, light margarin, zöldség, extrudált kenyér (2 db)	Füstölt sajtos pogácsa (2 db)	Virsli, mustár, extrudált kenyér (2 db)	Brokkolis, paprikás felfújt	Szárnycsokolbász, light margarin, zöldség, extrudált kenyér (2 db)	Diétás baracklevár, light margarin, Zsírregető kifli
<b>Napi ár:</b>		<del>3 890 Ft</del> <b>3 090 Ft</b>	<del>3 890 Ft</del> <b>3 090 Ft</b>	<del>3 890 Ft</del> <b>3 090 Ft</b>	<del>3 890 Ft</del> <b>3 090 Ft</b>	<del>3 890 Ft</del> <b>3 090 Ft</b>	<del>3 890 Ft</del> <b>3 090 Ft</b>	
<b>Számított tápérték:</b>		980 kcal, ch: 37 g	990 kcal, ch: 39 g	970 kcal, ch: 35 g	1100 kcal, ch: 35 g	1020 kcal, ch: 24 g	980 kcal, ch: 39 g	940 kcal, ch: 33 g

# DIÉTÁS EGÉSZ NAPOS ÉTRENDEK FOGYÓKÚRÁZÓKNAK

48. hét	Hétfő (11.23.)	Kedd (11.24.)	Szerda (11.25.)	Csütörtök (11.26.)	Péntek (11.27.)	Szombat (11.28.)	Vasárnap (11.29.)	
<b>TURBÓ KÚRA - 700 KALÓRIA</b> 4 HETES KEDVEZMÉNY: <del>95 145 Ft</del> HELYETT <b>58 990 Ft</b> / 28 nap <b>-38%</b> 1 HETES KEDVEZMÉNY: <del>24 230 Ft</del> HELYETT <b>15 990 Ft</b> / 7 nap <b>-34%</b>								
ZS 141	<b>Ebéd</b>	Gőzölt zöldségek, citromfűves mártásban	Főtt jázminrizs, áfonyás gyümölcsmártás	Csicsberiborsó pogácsa, almás párolt lilakáposzta	Gombapörkölt, petrezselymes jázminrizs	Édesköményes párolt zöldségek	Cukkinis lecsó, jázminrizs	Brokkolis, paprikás felfújt
	<b>Vacsora</b>	Majonézés zöldbabsaláta	Pikáns, salsás zöldségek	Mandulás, sárgarépás karfiolpüré	Sült zöldségek (édesburgonyával)	Tofus zöldségcurry	Citrusos parajsaláta	Sárgarépás quinoa, citromfűves, olívbogyós öntet
	<b>Snack</b>	Citromos sárgabarack-kréMLEVES	Magyaros karfiollevés	Zöldséges erőlevés	SzederkréMLEVES	Tejszínes szilvaleves	RibizlikréMLEVES	Pestós paradicsomlevés
	<b>Másnap reggeli</b>	Narancsos reggeli koktél	Alma-ribizli kocsonya	Gyömbéres gyümölcssaláta	Mentás, epres gyümölcskocsonya	Lime-os, párolt gyümölcsök	Barackos köleskása	Meggyes gyümölcskocsonya
<b>Napi ár:</b>	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	<del>3 470 Ft</del> 2 690 Ft	
<b>Számított tápérték:</b>	700 kcal, ch: 56 g	680 kcal, ch: 88 g	580 kcal, ch: 52 g	660 kcal, ch: 93 g	710 kcal, ch: 75 g	690 kcal, ch: 98 g	610 kcal, ch: 50 g	

<b>KANNIBÁL FOGYÓKÚRÁS ÉTRENDEK (P121)</b> 4 HETES KEDVEZMÉNY: <del>156 985 Ft</del> HELYETT <b>98 900 Ft</b> / 28 nap <b>-37%</b> 1 HETES KEDVEZMÉNY: <del>39 560 Ft</del> HELYETT <b>26 900 Ft</b> / 7 nap <b>-32%</b>								
P 121	<b>Reggeli</b>	Tengeri halfilé, citromfűves mártásban, gőzölt zöldségek	Gombával sült sertésárja, lenmagos, baconos kevert saláta	Rozmaringos sertésfalatok, kevert saláta baconnal, tojással	Parmezánnal, paradicsommal csőben sült csirkecombfilé, pestós vegyes zöldsaláta	Zúzapörkölt, házi káposztasaláta pirított szeszamaggal	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban	Karalábéfozelék, kakastaréj (2 db)
	<b>Ebéd</b>	Feketecskis málnás kókuszkrém szőlőmagliszttel	Duplacskis mousse szőlőmagliszttel	Feketecskis epres kókuszkrém szőlőmagliszttel	Feketecskis kávé mousse szőlőmagliszttel	Feketecskis erdei gyümölcsös kókuszpuding szőlőmagliszttel	Feketecskis grapefruitmousse szőlőmagliszttel	Feketecskis kókuszpuding szőlőmagliszttel
	<b>Mini desszert</b>	Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfásirt 	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezsendiós zöldségpüré	Kemencében sült csülök, almás párolt lilakáposzta	Vasalt csirkemellfilé kakastaréjjal, majonézés, zöldséges kinaikál-saláta	Parmezánnal sült, tepsis csirkecomb, bacon szórással, majonézés céklasaláta 	Pestós, parmezános sertésborda, fokhagymás bébispenót	Csülkös székelykáposzta
	<b>Vacsora</b>	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea
	<b>Snack</b>	Majonézés lazackrém, zöldség	Sült sonkacsíkok, tükörtojás, zöldség	Gombakrém, zöldség	Kaszinótojás, franciasaláta ágyon	Brokkolis, paprikás felfújt	Kacsaszír, lilahagyma, pékárú	Diós, almás muffin, citrommártás
<b>Napi ár:</b>	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 620 Ft</del> 4 290 Ft	
<b>Számított tápérték:</b>	ch: 30 g	ch: 28 g	ch: 26 g	ch: 28 g	ch: 31 g	ch: 29 g	ch: 31 g	

48. hét	Hétfő (11.23.)	Kedd (11.24.)	Szerda (11.25.)	Csütörtök (11.26.)	Péntek (11.27.)	Szombat (11.14.)	Vasárnap (11.15.)	
<b>INZULINREZISZTENS EGÉSZNAPOS ÉTREND (IRE1)</b> 4 HETES KEDVEZMÉNY: <b>156 545 Ft</b> HELYETT <b>103 900 Ft</b> / 28 nap <b>-34%</b> 1 HETES KEDVEZMÉNY: <b>39 857 Ft</b> HELYETT <b>27 900 Ft</b> / 7 nap <b>-30%</b>								
IRE1	Ebéd	Tárkonyos zöldséraguleves 12 g (4 g)	Magyaros karfiollevés 8 g (3 g)	Hamis gulyásleves 18 g (7 g)	Vajbabeles 19 g (6 g)	Ribizlikrémeleves 22 g (7 g)	Pestös paradicsomleves 21 g (3 g)	Májgaluskaleves 9 g (3 g)
		Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda 36 g (27 g)	Tojásos galuska 41 g (31 g)	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen 31 g (7 g)	Tökmagos rántott sertésborda, sült zöldségek édesburgonyával 35 g (18 g)	Sokmagvas, rántott csirkemell, majonézes céklasaláta 32 g (17 g)	Zúzapörkölt, sárgarépás quinoa 29 g (7 g)	Cukkinis lecsó, juhbeles virsli, tészta 44 g (16 g)
	Uzsonna	Málnás, citromos joghurttorta kocka 19 g (11 g)	Szedres, fahéjas, zabkorpás joghurt 22 g (8 g)	Feketeocsokis epres kókuszkrém 20 g (3 g)	Mentás, epres gyümölcskocsonya 17 g (3 g)	Meggyes gyümölcskocsonya 19 g (4 g)	Szamócás kókuszkása 19 g (9 g)	Vajas pogácsa (1 db) 20 g (18 g)
	Vacsora	Bazsalikomos csirkecombfilé, zelleres édesburgonyapüré 30 g (10 g)	Zöldfűszeres bundában sült csirkemell, pikáns salsás zöldségek 32 g (8 g)	Párizsi sertésborda, almás párolt lilakáposzta 28 g (11 g)	Petrezselymes zöldborsófőzelék, vasalt csirkemellfilé 30 g (6 g)	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban 27 g (11 g)	Citromos halfilé, édesköményes párolt zöldségek 30 g (11 g)	Parmezános, tepsis csirkecomb, bazsalikomos olivás zöldségek 29 g (12 g)
	Utóvacsora	Korpás keksz (3 db) 11 g (1 g)	Klasszikus rostos keksz (3 db) 11 g (1 g)	Rostdús keksz (2 db) 9 g (1 g)	Klasszikus rostos keksz (3 db) 11 g (1 g)	Korpás keksz (3 db) 11 g (1 g)	Korpás keksz (3 db) 11 g (1 g)	Korpás keksz (3 db) 11 g (1 g)
	Másnap reggeli	Majonézes lazackrém, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 27 g (5 g)	Sonka szeletek, light margarin, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 30 g (5 g)	Füstölt sajtos pogácsa (2 db) 35 g (31 g)	Virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 30 g (4 g)	Szárnyaskolbász, light margarin, pékáru 30 g (23 g)	Kacsaszír, lilahagyma, teljes kiőrlésű kenyér 29 g (4 g)	Diétás baracklevkár, light margarin, teljes kiőrlésű kenyér 28 g (10 g)
Másnap tízórai	Ribizlis, zabpelyhes túrókrém 21 g (6 g)	Alma-ribizli kocsonya 21 g (6 g)	Barackos, zabpelyhes túrókrém 20 g (1 g)	Fűszeres, zabkorpás joghurt 20 g (5 g)	Vaníliás, zabkorpás túrókrém 21 g (4 g)	Feketeocsokis, erdei gyümölcsös kókuszpudding 21 g (4 g)	Almás-fahéjas, zabkorpás túrókrém 22 g (7 g)	
Napi ár:	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	<del>5 380 Ft</del> 4 290 Ft	
Össz. szénhidrát (ebből rost)	156 g (64 g)	165 g (62 g)	161 g (61 g)	162 g (43 g)	163 g (69 g)	160 g (39 g)	163 g (67 g)	

48. hét	Hétfő (11.23.)	Kedd (11.24.)	Szerda (11.25.)	Csütörtök (11.26.)	Péntek (11.27.)					
<b>IRM1 INZULINREZISZTENS MENÜ</b>										
Főétel + Leves / Desszert Össz.szénhidrát (ebből rost)	Tárkonyos zöldséraguleves Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda	48 g (31 g)	Magyaros karfiollevés Tojásos galuska	49 g (34 g)	Hamis gulyásleves Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen	49 g (14 g)	Vajbabeles Tökmagos rántott sertésborda, sült zöldségek édesburgonyával	54 g (24 g)	Ribizlikrémeleves Sokmagvas, rántott csirkemell, majonézes céklasaláta	54 g (24 g)
		1 870 Ft		1 840 Ft		1 870 Ft		1 920 Ft		1 930 Ft

<b>INZULINREZISZTENS A'LA CARTE</b>										
IR1 Másnap reggeli	Majonézes lazackrém, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 27 g (5 g)	680 Ft	Sonka szeletek, light margarin, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 30 g (5 g)	680 Ft	Füstölt sajtos pogácsa (2 db) 35 g (31 g)	750 Ft	Virsli, mustár, teljes kiőrlésű kenyér 30 g (4 g)	680 Ft	Szárnyaskolbász, light margarin, pékáru 30 g (23 g)	680 Ft
IR2 Leves	Tárkonyos sertésraguleves 12 g (4 g)	780 Ft	Magyaros karfiollevés 8 g (3 g)	710 Ft	Hamis gulyásleves 18 g (7 g)	700 Ft	Vajbabeles 19 g (6 g)	690 Ft	Májgaluskaleves 9 g (3 g)	640 Ft
IR3 Főétel 1	Bazsalikomos csirkecombfilé, zelleres édesburgonyapüré 30 g (10 g)	1 540 Ft	Zöldfűszeres bundában sült csirkemell, pikáns salsás zöldségek 32 g (8 g)	1 480 Ft	Brassói aprópecsenye (szárnyashúsból), zöldséges, sült burgonya 57 g (14 g)	1 350 Ft	Fokhagymás sertésapró, gombás zöldköret 24 g (10 g)	1 370 Ft	Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz 30 g (15 g)	1 320 Ft
IR4 Főétel 2	Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda 36 g (27 g)	1 340 Ft	Gombával sült sertésstarja, lenmagos, baconos kevert saláta 17 g (7 g)	1 640 Ft	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen 31 g (7 g)	1 320 Ft	Petrezselymes zöldborsófőzelék, vasalt csirkemellfilé 30 g (6 g)	1 490 Ft	Parmezános, tepsis csirkecomb, bazsalikomos olivás zöldségek 29 g (12 g)	1 540 Ft
IR5 Főétel 3	Tengeri halfilé, citromfűves mártásban, gőzölt zöldségek 22 g (8 g)	1 680 Ft	Konyakos, narancsos kacsamellcsikok, almás saláta 32 g (8 g)	1 820 Ft	Párizsi sertésborda, almás párolt lilakáposzta 28 g (11 g)	1 330 Ft	Tökmagos rántott sertésborda, sült zöldségek édesburgonyával 35 g (18 g)	1 380 Ft	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban 27 g (11 g)	1 520 Ft
IR6 Snack	Málnás, citromos joghurttorta kocka 19 g (11 g)	680 Ft	Meggyes piskóta, vaníliaöntet 28 g (10 g)	680 Ft	Mákos citromkocka 21 g (7 g)	650 Ft	Eperhabos piskóta 23 g (8 g)	680 Ft	Brownie 38 g (18 g)	680 Ft








48. hét	Hétfő (11.23.)	Kedd (11.24.)	Szerda (11.25.)	Csütörtök (11.26.)	Péntek (11.27.)
<b>GASTROYAL KETO EBÉD MENÜ (GKM1)</b>					
<b>Főétel</b>	Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfasírt	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezscendiós zöldségpüré	Rozmaringos sertésfalatok, kevert saláta baconnal, tojással	Vasalt csirkemellfilé kakastaréjjal, majonézes, zöldséges kínaikeel-saláta	Parmezánnal sült, tepsis csirkecomb, bacon szórással, majonézes céklasaláta
<b>Desszert /Snack</b>	KETO málnás, citromos joghurttorta kocka	KETO meggyes piskóta, vaníliaöntet	KETO füstölt sajtos pogácsa (2 db)	KETO eperhabos piskóta	KETO vajas pogácsa (2 db)
<b>Számított energia:</b>	870 kcal	650 kcal	860 kcal	990 kcal	1 150 kcal
<b>Tápanyag tartalom:</b>	ch: 21 g, fehérje: 41 g	ch: 26 g, fehérje: 33 g	ch: 10 g, fehérje: 48 g	ch: 19 g, fehérje: 37 g	ch: 16 g, fehérje: 59 g
<b>Napi ár:</b>	1 990 Ft	1 990 Ft	1 990 Ft	1 990 Ft	1 990 Ft

<b>GKR1</b>	<b>Másnap reggeli</b>	Majonézes lazackrém, zöldség, KETO kifli 240 kcal, ch: 4 g, fehérje: 16 g	850 Ft	Sonka szeletek, margarin, zöldség KETO kifli 210 kcal, ch: 7 g, fehérje: 16 g	850 Ft	Gombakrém, zöldség, KETO kifli 260 kcal, ch: 7 g, fehérje: 13 g	850 Ft	Kaszinótojás, franciasaláta ágyon 480 kcal, ch: 9 g, fehérje: 8 g	850 Ft	Kacsaszír, lilahagyma, KETO kifli 260 kcal, ch: 7 g, fehérje: 10 g	850 Ft
<b>GKF1</b>	<b>Keto főétel 1</b>	Tengeri halfilé, citromfűves mártásban, gőzölt zöldségek 420 kcal, ch: 11 g, fehérje: 29 g	1 680 Ft	Gombával sült sertésstarja, lenmagos, baconos kevert saláta 490 kcal, ch: 10 g, fehérje: 22 g	1 660 Ft	Rozmaringos sertésfalatok, kevert saláta baconnal, tojással 590 kcal, ch: 6 g, fehérje: 31 g	1 680 Ft	Parmezánnal, paradicsommal csőben sült csirkecombfilé, pestós vegyes zöldsaláta 410 kcal, ch: 10 g, fehérje: 25 g	1 670 Ft	Parmezánnal sült, tepsis csirkecomb, bacon szórással, majonézes céklasaláta 860 kcal, ch: 12 g, fehérje: 43 g	1 610 Ft
<b>GKF2</b>	<b>Keto főétel 2</b>	Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfasírt 630 kcal, ch: 11 g, fehérje: 30 g	1 650 Ft	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerezscendiós zöldségpüré 420 kcal, ch: 11 g, fehérje: 22 g	1 550 Ft	Kemencében sült csülök, almás párolt lilakáposzta 820 kcal, ch: 12 g, fehérje: 31 g	1 750 Ft	Vasalt csirkemellfilé kakastaréjjal, majonézes, zöldséges kínaikeel-saláta 710 kcal, ch: 7 g, fehérje: 28 g	1 590 Ft	Ördögi jérccecombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban 360 kcal, ch: 13 g, fehérje: 11 g	1 520 Ft
<b>GKD1</b>	<b>Keto desszert</b>	KETO málnás, citromos joghurttorta kocka 240 kcal, ch: 5 g, fehérje: 11 g	680 Ft	KETO meggyes piskóta, vaníliaöntet 230 kcal, ch: 15 g, fehérje: 11 g	680 Ft	KETO mákos citromkocka 200 kcal, ch: 7 g, fehérje: 12 g	650 Ft	KETO eperhabos piskóta 280 kcal, ch: 12 g, fehérje: 9 g	680 Ft	KETO brownie 270 kcal, ch: 4 g, fehérje: 14 g	680 Ft
<b>GKS1</b>	<b>Keto snack</b>	KETO lilahagymás, kolbászos pogácsa (2 db) 300 kcal, ch: 4 g, fehérje: 16 g	750 Ft	KETO túrós pogácsa (2 db) 300 kcal, ch: 5 g, fehérje: 19 g	750 Ft	KETO füstölt sajtos pogácsa (2 db) 270 kcal, ch: 4 g, fehérje: 17 g	750 Ft	KETO tepertős pogácsa (2 db) 320 kcal, ch: 3 g, fehérje: 15 g	750 Ft	KETO vajas pogácsa (2 db) 290 kcal, ch: 4 g, fehérje: 16 g	750 Ft
<b>ZSR1</b>	<b>Kalóriaszegény reggeli</b>	Narancsos reggeli koktél 80 kcal, ch: 19 g	750 Ft	Túrós pogácsa (2 db) 300 kcal, ch: 5 g	750 Ft	Gombakrém, zöldség, extrudált kenyér (2 db) 210 kcal, ch: 13 g	850 Ft	Virsli, mustár, extrudált kenyér (2 db) 230 kcal, ch: 14 g	850 Ft	Szárnyaskolbász, light margarin, zöldség, extrudált kenyér (2 db) 140 kcal, ch: 13 g	850 Ft
<b>ZSR2</b>	<b>Szénhidrátszegény reggeli</b>	Majonézes lazackrém, zöldség, Zsirégető kifli 240 kcal, ch: 4 g	850 Ft	Sült sonkacsikok, tükörtojás zöldség, Zsirégető kifli 380 kcal, ch: 7 g	850 Ft	Füstölt sajtos pogácsa (2 db) 270 kcal, ch: 4 g	750 Ft	Kaszinótojás, franciasaláta ágyon 480 kcal, ch: 9 g	850 Ft	Brokkolis, paprikás felfújt 200 kcal, ch: 4 g	850 Ft



# FOGYÓKÚRÁS, EGÉSZSÉGES ITALOK ÉS PÉKÁRU

AK1!	<b>Téli Zsíráló italcsomag</b> (7x3l) (7l Extra Zsírégető italmix, 7l Zsírégető barack ízű üdítőital, 7l Súlycsökkentő tea)	<b>294 kcal, ch: 58,8 g</b> (7x3l-ben)	 <del>15 225 Ft</del> helyett <b>10 615 Ft!</b>
AK2!	<b>Extra Zsírégető italcsomag</b> (3x1l) (3l Extra Zsírégető italmix)	<b>60 kcal, ch: 4,5 g</b> (3l-ben)	 <del>2 625 Ft</del> helyett <b>2 160 Ft!</b>
AK3!	<b>Zsírégető italcsomag</b> (10x1l) (10l Zsírégető barack ízű üdítőital)	<b>100 kcal, ch: 3 g</b> (10l-ben)	 <del>6 900 Ft</del> helyett <b>5 885 Ft!</b>
AK4!	<b>Karcsúsító italcsomag</b> (3x1l) (3l Fehér tea)	<b>66 kcal, ch: 6 g</b> (3l-ben)	 <del>2 070 Ft</del> helyett <b>1 800 Ft!</b>
S27!	<b>Kilófaló italcsomag</b> (3x1l) (1l Extra Zsírégető italmix, 1l Fehér tea, 1l Súlycsökkentő tea)	<b>54 kcal, ch: 4,5 g</b> (3x1l-ben)	 <del>2 175 Ft</del> helyett <b>1 955 Ft!</b>
S21	<b>Extra Zsírégető italmix</b> (1l)	<b>20 kcal, ch: 1,5 g</b>	<b>925 Ft</b>
S22	<b>Zsírégető barack ízű üdítőital</b> (1l)	<b>10 kcal, ch: 0,3 g</b>	<b>740 Ft</b>
S23	<b>Súlycsökkentő tea</b> (1l)	<b>12 kcal, ch: 1 g</b>	<b>660 Ft</b>
S24	<b>Fehér tea</b> (1l)	<b>22 kcal, ch: 2 g</b>	<b>740 Ft</b>
S25	<b>Lúgos víz</b> (1l)	<b>0 kcal, ch: 0 g</b>	<b>410 Ft</b>
S31	<b>Paleo Slim Tea</b> (1l)	<b>12 kcal, ch: 1 g</b>	<b>740 Ft</b>
S51	<b>Zsírégető kifli</b> (2 db)	<b>220 kcal, ch: 5,2 g</b> (2 db-ban)	<b>450 Ft</b>
S52	<b>Zsírégető mini buci</b> (2 db)	<b>280 kcal, ch: 7 g</b>	<b>750 Ft</b>