







# HAGYOMÁNYOS ÉTELEK

3. hét		Hétfő (01.18.)		Kedd (01.19.)		Szerda (01.20.)		Csütörtök (01.21.)		Péntek (01.22.)	
H1	Levesek	Fokhagymakréml leves	630 Ft	Erdei vadgombakréml leves, burgonyagaluska	690 Ft	Tejszínes ribizlikréml leves	650 Ft	Tejfőlés burgonyaleves	620 Ft	Zöldborsóleves gazdagon	590 Ft
H2	Levesek	Bojtárleves (lángolt kolbász, kolozsvári szalonna, zöldségek)	770 Ft	Sertésraguleves	750 Ft	Csókakói kolbászleves	720 Ft	Tárkonyos, tejeles pulykaraguleves	690 Ft	Citromos málnakréml leves	670 Ft
H5	Tészták	Roquefortos, csirkemellfilés spagetti	1 180 Ft	Mákosguba, mézzel, tejszínnel	1 250 Ft	Milánói makaróni, reszelt sajt	1 090 Ft	Házi vargabéles	1 090 Ft	Sváb húsos tészta (darált hús, kolbász, tejszín, sült hagymakarika)	1 190 Ft
H6	Főzelékek	Sóska, főtt burgonya		Mustáros lencsefőzelék		Kapros, joghurtos tökfőzelék		Magyaros zöldbabfőzelék		Kapros káposztafőzelék	
		1. bundás zsemle	1 090 Ft	1. virsli (2 db)	1 090 Ft	1. tükör tojás (2 db)	1 080 Ft	1. Stefánia vagdalt	1 130 Ft	1. szárnyas virsli (2 db)	1 150 Ft
		2. borzas csirkemellfilé (egész adag)	1 250 Ft	2. fokhagymás malacpecsenye (egész adag)	1 190 Ft	2. napraforgómagos, rántott pulykamell (egész adag)	1 250 Ft	2. mustáros flekken (egész adag)	1 150 Ft	2. sertéspörkölt (nagy adag)	1 210 Ft
H7	Vegetáriánus ételek	Sütőtökös rizottó, tejszínmártás 	1 090 Ft	Tócsni vadas mártásban 	1 150 Ft	Rántott karfiol, franciasaláta	1 120 Ft	Diós bundában sült, rántott sajt, majonézes jázminrizs	1 190 Ft	Indiai bundás brokkoli, jázminrizs, fűszeres joghurt	1 190 Ft
H8	Készételek	Csirkecombpörkölt, galuska	1 090 Ft	Csikóstkány, galuska	1 190 Ft	Lecsós virsli (Bécsi virslikarikák), tarhonya	1 190 Ft	Tárkonyos szárnyasragu (csirkemell), orsótészta	1 120 Ft	Sertéspörkölt, tarhonya	1 160 Ft
H9	Készételek	Sertéshússal rakott savanyúkáposzta	1 180 Ft	Édes-savanyú csirkemellragu, zöldséges jázminrizs	1 190 Ft	Tavaszi rizses hús	1 190 Ft	Stefánia vagdalt, burgonyapüré	1 250 Ft	Reszelt szárnyasmáj, főtt burgonya	1 080 Ft
H11	Frissensültek	Borzas csirkemellfilé (burgonyás bunda)		Kukoricapelyhes rántott csirkecombfilé		Napraforgómagos, rántott pulykamell		Óvári sertéskaraj, (gomba, sonka, sajt)		Csirkemell párizsiasan	
		1. mazsolás jázminrizs	1 190 Ft	1. gombás jázminrizs	1 160 Ft	1. petrezselymes jázminrizs	1 190 Ft	1. rizi-bizi	1 230 Ft	1. jázminrizs	1 140 Ft
		2. burgonyapüré	1 190 Ft	2. petrezselymes burgonya	1 220 Ft	2. hasáburgonya	1 290 Ft	2. sajtos burgonyapüré	1 320 Ft	2. burgonyapüré	1 180 Ft
H12	Népszerű ételek	Csípős kolbász hússal göngyölt sertésstarja, hasáburgonya 	1 320 Ft	Fokhagymás malacpecsenye, párolt lilakáposzta, hagymás tört burgonya	1 340 Ft	Gödöllői, töltött csirkecomb (csirkemáj, zöldborsó, gomba), rizi-bizi	1 280 Ft	Mustáros flekken, lyoni hagymával, tört burgonya	1 290 Ft	Borjú bécsi citrommal, hasáburgonya	1 490 Ft
H13	Ínyenc ételek	Omlós marharagu libamájjal, rizsszem tészta	1 480 Ft	Bajai pontypaprikás, túrós csuszával	1 490 Ft	Balzsamos kacsamell szeletek, áfonyás-káposztás pite	1 650 Ft	Fokhagymás, fehérborban párolt fácánmellfilé, aszalt szilvás körte mártásban, jázminrizs	1 990 Ft	Szarvasapró vadász módra, burgonyafánk	1 650 Ft
H14	Nemzetek ételei Mexikó	Tandoori csirkecombfilé, fűszeres lencseágyon - indiai ételkülönlegesség 	1 380 Ft	Dublinoi sertésszelet, velesült burgonyával - natúr sertésbordára baconos, virsli, zöldborsó sülttojást halmozunk	1 390 Ft	Bajor, sörös sertéscsülök, szalonnás savanyúkáposzta, cipómártás, tört burgonya	1 350 Ft	BBQ oldalas, hasáburgonya, coleslaw saláta - amerikai káposzta saláta	1 550 Ft	Svéd húsgolyók, fokhagymás sajt mártással, tagliatellel	1 350 Ft
H20	Desszertek	Eszterházy szelet	650 Ft	Raffaello kocka	650 Ft	Puncs szelet	650 Ft	Tejszínes csokiszelet 	650 Ft	Málnahabos piskóta 	650 Ft
H41	Hagyományos Kocsonya	Ne felejtse el megrendelni hétfő 12:00-ig!		Hagyományos házi kocsonya	1 390 Ft	Weboldalunkon már jövőhétre is megrendelhető, hétfő 12:00-ig!					

# ÉLETMÓD JELLEGŰ, EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ ÉTELEK, FOGYÓKÚRÁZÓKNAK IS 1.

3. hét		Hétfő (01.18.)	Kedd (01.19.)	Szerda (01.20.)	Csütörtök (01.21.)	Péntek (01.22.)					
ZS1	Kalóriaszegény levesek	Citromos sárgabarack-krémléves 160 kcal, ch: 7 g	720 Ft	Magyaros karfiolleves 90 kcal, ch: 5 g	710 Ft	Tejszínes szilvaleves 140 kcal, ch: 16 g	680 Ft	Vajbableves, füstölt hússal 290 kcal, ch: 13 g	720 Ft	Húsgaluskaleves 110 kcal, ch: 4 g	690 Ft
P1	Paleo levesek	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	Szederkrémléves 110 kcal, ch: 10 g	750 Ft	Pestós paradicsomleves 160 kcal, ch: 13 g	730 Ft
ZS5	Kalóriaszegény ételek 1	Mediterrán fűszeres pulykacombfalatok, színes bőséges saláta, újhagymás, mustáros öntet 420 kcal, ch: 11 g	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 zöldböjtő 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 salsás 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	Tejfőlös, gombás sertéstokány, galuska 590 kcal, ch: 12 g	1 320 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, sárgarépa 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	Sertéshússal rakott brokkoli, parmezánnal 720 kcal, ch: 10 g, fehérje: 36 g	1 640 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	Őszibarackkal töltött, sajtos pulykamell, franciasaláta 550 kcal, ch: 20 g	1 760 Ft	Zöldfűszeres bundában sült csirkemell, lillahagymás, majonézes burgonyasaláta 600 kcal, ch: 46 g	1 540 Ft	Harcapaprikás, túrós csusza (pirított bacon) 690 kcal, ch: 49 g	1 740 Ft	Sonkával töltött rántott csirkemell, petrezselymes light burgonyapüré 510 kcal, ch: 51 g	1 600 Ft	Karalábefőzelék, csülkös sertéspörkölt 620 kcal, ch: 12 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, balzsamecetes zöldségszalma (nyers) 550 kcal, ch: 13 g	1 690 Ft	Rántott csirkemell, vegyes vitaminaláta 400 kcal, ch: 37 g	1 570 Ft	Cigánypecsenye, sült zöldségek (édesburgonyával) 710 kcal, ch: 22 g	1 600 Ft	Ördögi jércerombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban 360 kcal, ch: 13 g	1 520 Ft
P5	Paleo ételek 3 High Fat	Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfasírt 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	Pestós, parmezános sertésborda, fokhagymás bébispenót ch: 6 g	1 600 Ft
SS2	Szénhidrátszegény pékáru	Zsírgető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírgető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírgető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírgető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft	Zsírgető mini buci (2 db) 280 kcal, ch: 7 g	750 Ft
ZS15	Szénhidrátszegény desszertek	Málnás, citromos joghurtorta 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 tapiókapuding 100 kcal, ch: 15 g	780 Ft

# KEDVEZMÉNYES MENÜK

<b>3. hét</b>	<b>Hétfő (01.18.)</b>	<b>Kedd (01.19.)</b>	<b>Szerda (01.20.)</b>	<b>Csütörtök (01.21.)</b>	<b>Péntek (01.22.)</b>	<b>Szombat (01.23.)</b>	<b>Vasárnap (01.24.)</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>	Fokhagymakrémeles Tandoori csirkecombfilé, fűszeres lencseágyon Eszterházy szelet	1 790 Ft	Erdei vadgombakrémeles, burgonyagaluska Kukoricapelyhes rántott csirkecombfilé, gombás jázminrizs Raffaello kocka	1 890 Ft	Tejszínes ribizlikrémeles Gödöllői, töltött csirkecomb, rizi-bizi Puncs szelet	1 790 Ft	Tejfőlös burgonyaleves Mustáros flekken, lyoni hagymával, tört burgonya Tejszínes csokiszelet	1 790 Ft	Húsgaluskaeles Csirkemell párizsiasan, jázminrizs Málnahabos piskóta	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>	Fokhagymakrémeles Roquefortos, csirkemellfilés spagetti	1 290 Ft	Zöldséraguleves, kagylótészta Mustáros lencsefőzelék, virsli	1 290 Ft	Tejszínes ribizlikrémeles Tavaszi rizses hús	1 290 Ft	Tejfőlös burgonyaleves Tárkonyos szárnyasragu, orsótészta	1 290 Ft	Húsgaluskaeles Reszelt szárnyasmáj, főtt burgonya	1 290 Ft	Csirkemell párizsiasan, jázminrizs Málnahabos piskóta	1 290 Ft	Zöldborsóleves gazdagon Sertéspörkölt, tarhonya	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>	Fokhagymakrémeles Csirkecombpörkölt, rizsszem tészta	1 490 Ft	Zöldséraguleves, kagylótészta Csikóstokány, galuska	1 490 Ft	Csókakói zöldségleves Milánói makaróni, reszelt sajt	1 490 Ft	Tejfőlös burgonyaleves Magyaros zöldbabfőzelék, Stefánia vagdalt	1 490 Ft	Zöldborsóleves gazdagon Csirkemell párizsiasan, jázminrizs	1 490 Ft	Húsgaluskaeles Sváb húsos tészta	1 490 Ft	Pestós paradicsomleves Sertéspörkölt, főtt burgonya	1 490 Ft

<b>ZS21 KALÓRIASZEGÉNY MENÜ</b>														
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Tárkonyos zöldséraguleves Babérleveses sült csirkecomb, cukkinis zöldségpüré	470 kcal ch: 20 g 1 740 Ft	Magyaros karfiolleves Tojásos galuska, sós-vizes uborka	640 kcal ch: 19 g 1 740 Ft	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen Füstölt sajtos pogácsa (2 db)	670 kcal ch: 24 g 1 740 Ft	Vajbabeleves Fokhagymás sertésapró, gombás zöldköret	690 kcal ch: 27 g 1 740 Ft	Zöldséges erőleves Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz	550 kcal ch: 14 g 1 740 Ft	Húsgaluskaeles Zúzapörkölt, házi káposztasaláta, pirított szezámmaggal	610 kcal ch: 14 g 1 740 Ft	Pestós paradicsomleves Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban	500 kcal ch: 26 g 1 740 Ft

<b>P21 PALEO MENÜ</b>														
<b>Főétel + Leves / Desszert</b>	Tárkonyos zöldséraguleves Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfásírt	730 kcal ch: 18 g 1 840 Ft	Hamis korhelyleves Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerencsendiós zöldségpüré	640 kcal ch: 19 g 1 840 Ft	Hamis gulyásleves Kemencében sült csülök, almás párolt lilakaposzta	1000 kcal ch: 23 g 1 840 Ft	Vasalt csirkemellfilé, majonézes, zöldséges kinaikel-saláta Feketesokis 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 / Paleooknak menüpont alatt!</i>			

<b>IRM1 INZULINREZISZTENS MENÜ</b>														
<b>Főétel + Leves / Desszert (ebből rost)</b>	Tárkonyos zöldséraguleves 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	Vajbabeleves Tökmagos rántott sertésborda, sült zöldségek édesburgonyával	54 g (24 g) 1 920 Ft	Ribizlikrémeles Sokmagvas, rántott csirkemell, majonézes céklasaláta	54 g (24 g) 1 930 Ft	<i>Tájékozódjon bővebben weboldalunkról, az Egészség &amp; Életmód / Inzulinrezisztenseknek menüpont alatt!</i>			

# DIÉTÁS EGÉSZ NAPOS ÉTRENDEK FOGYÓKÚRÁZÓKNAK

3. hét	Hétfő (01.18.)	Kedd (01.19.)	Szerda (01.20.)	Csütörtök (01.21.)	Péntek (01.22.)	Szombat (01.23.)	Vasárnap (01.24.)	
<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 zöldsököt	Parmezánnal sült, tepsis csirkecomb, bacon szórással, majonézes céklasaláta	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban	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)	Tejfölös, gombás sertéstokány, galuska	Sokmagvas, rántott csirkemell, light ketchupos majonéz
	<b>Snack</b>	Lilahagymás, kolbászos pogácsa (2 db)	Meggyes piskóta, vaníliaöntet	Füstölt sajtos pogácsa (2 db)	Eperhabos piskóta	Ribizlikrémes	Vajas pogácsa (2 db)	Zsírégető barack ízű üdítőital (1 liter)
	<b>Másnap reggeli</b>	Majonézes lazackrém, zöldség, Zsírégető kifli	Sonka szeletek, light margarin, zöldség, Zsírégető kifli	Gombakrém, zöldség, Zsírégető kifli	Tepertős pogácsa (2 db)	Brokkolis, paprikás felfújt	Szárnycsokolbász, light margarin, zöldség, Zsírégető kifli	Diétás baracklevár, light margarin, Zsírégető 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	1450 kcal, ch: 36 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 zöldsököt	Karalábefőzelék, tepsis 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 zöldsésaláta	Vasalt csirkemellfilé majonézes, zöldséges kinaikel-saláta	Pestós, parmezános sertésborda, fokhagymás bébispenót	Ördögi jércemcombfilé, 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, extrudáltkenyér (2 db)	Diétás baracklevár, light margarin, Zsírégető 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	1110 kcal, ch: 23 g	980 kcal, ch: 39 g	

# DIÉTÁS EGÉSZ NAPOS ÉTRENDK FOGYÓKÚRÁZÓKNAK

3. hét	Hétfő (01.18.)	Kedd (01.19.)	Szerda (01.20.)	Csütörtök (01.21.)	Péntek (01.22.)	Szombat (01.23.)	Vasárnap (01.24.)	
<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	Csicsriborsó pogácsa, almás párolt lilakáposzta	Gombapörkölt, petrezselymes jázminrizs	Édesköményes párolt zöldségek	Cukkinis lecsó, jázminrizs	Brokkolis, paprikás felfűjt
	<b>Vacsora</b>	Majonézes zöldbabsaláta	Pikáns, salsás zöldségek	Mandulás, sárgarépás karfiolpüré	Sült zöldségek (édesburgonyával)	Tofus zöldségcurry	Citrusos parajsaláta	Sárgarépás quinoa, citromfűves, olivabogyós öntet
	<b>Snack</b>	Citromos sárgabarack-krémeles	Magyaros karfiolleves	Tejszínes szilvaleves	Szederkrémeles	Zöldséges erőleves	Ribizlikrémeles	Pestós paradicsomleves
	<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	690 kcal, ch: 64 g	660 kcal, ch: 93 g	590 kcal, ch: 57 g	690 kcal, ch: 98 g	610 kcal, ch: 50 g	

<b>KANNIBÁL FOGYÓKÚRÁS ÉTREND (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	Sertéshússal rakott brokkoli, parmezánnal	Parmezánnal, paradicsommal csöben sült csirkecombfilé, pestós vegyes zöldsaláta	Zúzapörkölt, házi káposztasaláta pirított szezámmaggal	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban	Karalábefőzelék, 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, zöldségfásírt	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerencsendíós zöldségpüré	Kemencében sült csülök, almás párolt lilakáposzta	Vasalt csirkemellfilé kakastaréjjal, majonézes, zöldséges kínaiak-saláta	Parmezánnal sült, tepsis csirkecomb, bacon szórással, majonézes 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>	Majonézes lazackrém, zöldség	Sült sonkacsíkok, tükörtojás, zöldség	Gombakrém, zöldség	Kaszinótojás, franciasaláta ágyon	Brokkolis, paprikás felfűjt	Kacsaszír, lilahagyma, pékáru	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: 29 g	ch: 28 g	ch: 31 g	ch: 29 g	ch: 31 g	

\*A listaár az a la carte étlapban feltüntetett árából van számolva.

3. hét	Hétfő (01.18.)	Kedd (01.19.)	Szerda (01.20.)	Csütörtök (01.21.)	Péntek (01.22.)	Szombat (01.23.)	Vasárnap (01.24.)	
<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)	Vajbableves 19 g (6 g)	Ribizlikrémléves 22 g (7 g)	Pestós paradicsomleves 21 g (3 g)	Húsgaluskaleves 6 g (2 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)	Tejfölös, gombás sertéstokány, galuska 42 g (30 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 lilaköszta 28 g (11 g)	Petrezselymes zöldborsófőzelék, vasalt csirkemellfilé 30 g (6 g)	Ördögi jércemcombfilé, zellerkocka, paradicsommártásban 27 g (11 g)	Pestós, parmezános sertésborda, édesköményes párolt zöldségek 26 g (10 g)	Parmezános, tepsi csirkecomb, bazsalikomos olívás 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)	156 g (38 g)	158 g (80 g)	

3. hét	Hétfő (01.18.)	Kedd (01.19.)	Szerda (01.20.)	Csütörtök (01.21.)	Péntek (01.22.)					
<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)	Vajbableves Tökmagos rántott sertésborda, sült zöldségek édesburgonyával	54 g (24 g)	Ribizlikrémléves 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	Vajbableves 19 g (6 g)	690 Ft	Zöldborsóleves gazdagon (tészta nélkül) 16 g (4 g)	590 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, gombás ketchupos majonéz 30 g (15 g)	1 320 Ft
IR4 Főétel 2	Tejszínes parajfőzelék, rántott sertésborda 36 g (27 g)	1 370 Ft	Gombával sült sertésstarja, lenmagos, baconos kevert saláta 17 g (7 g)	1 660 Ft	Barbecue csirkecombfilé, grillezett zöldségek vegyesen 31 g (7 g)	1 320 Ft	Petrezselymes zöldborsófőzelék, vasalt csirkemellfilé 30 g (6 g)	1 490 Ft	Tejfölös, gombás sertéstokány, galuska 42 g (30 g)	1 320 Ft
IR5 Főétel 3	Tengeri halfilé, citromfűves mártásban, gőzölt zöldségek 22 g (8 g)	1 680 Ft	Konyakos, narancsos kacsamellcsikok, almás saláta 28 g (8 g)	1 820 Ft	Párizsi sertésborda, almás párolt lilaköszta 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








3. hét	Hétfő (01.18.)	Kedd (01.19.)	Szerda (01.20.)	Csütörtök (01.21.)	Péntek (01.22.)
<b>GASTROYAL KETO EBÉD MENÜ (GKM1)</b>					
<b>Főétel</b>	Szalonnás sertésragu gombával, zöldségfasírt	Fűszeres jászvajban sült sertéskaraj, szerecsendió zöldségpüré	Sertéshússal rakott brokkoli, parmezánnal	Vasalt csirkemellfilé kakastaréjjal, majonézes, zöldséges kinaikel-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	990 kcal	990 kcal	1 150 kcal
<b>Tápanyag tartalom:</b>	ch: 21 g, fehérje: 41 g	ch: 26 g, fehérje: 33 g	ch: 14 g, fehérje: 54 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	Sertéshússal rakott brokkoli, parmezánnal 720 kcal, ch: 10 g, fehérje: 36 g	1 650 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
<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, szerecsendió 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 kinaikel-saláta 710 kcal, ch: 7 g, fehérje: 28 g	1 590 Ft	Ördögi jércecombfilé, 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, Zsírégető kifli 240 kcal, ch: 4 g	850 Ft	Sült sonkacsikok, tükörtojás zöldség, Zsírégető 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 felfűjt 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>