












HAGYOMÁNYOS ÉTELEK

10. hét		Hétfő (03.08.)		Kedd (03.09.)		Szerda (03.10.)		Csütörtök (03.11.)		Péntek (03.12.)	
H1	Levesek	Füstölt sajtos póréhagyma krémleves	660 Ft	Ananászos körtekrémleves	660 Ft	Csontleves, finommetélttel <i>TM</i>	620 Ft	Paradicsomleves, betűtészta <i>TM</i>	630 Ft	Sárgabarack-krémleves	650 Ft
H2	Levesek	Korhelyleves, házi kolbász	720 Ft	Alföldi burgonyagaluska leves, füstölt tarjával	660 Ft	Tárkonyos, citromos borjú becsináltleves	750 Ft	 Palócleves (sertéshús), sertés lapockával	750 Ft	Lencseleves, kagylótészta	640 Ft
H5	Tészták	Nutellás gombóc, porcukorral	1 150 Ft	Pozsonyi rakott metélt (mák, baracklekvár, tejjől)	1 120 Ft	Igazi hortobágyi, húsos palacsinta (2 db)	1 180 Ft	 Olaszos csötészta, baconos, csirkemelles, tejszínes raguval	1 240 Ft	Grízes tészta, baracklekvár <i>TM</i>	970 Ft
H6	Főzelékek	Paradicsomos káposzta		Fejtett babfőzelék		Fokhagymás spenótfőzelék		Kelkáposzta-főzelék		Magyaros burgonyafőzelék	
		1 szárnyas virsli (2 db) <i>TM</i>	1 130 Ft	1. főtt tojás (2 db)	1 130 Ft	1. tükör tojás (2 db)	1 080 Ft	1. sertés fasírt <i>TM</i>	1 120 Ft	1. virsli (2 db)	1 120 Ft
		2. sertéspörkölt (egész adag)	1 230 Ft	2. füstölt főtt tarja szelet (2 szelet)	1 190 Ft	2. hagymás bundában sült sertéskaraj (egész adag)	1 210 Ft	2. hagymás sertés aprópecsenye (egész adag) <i>TM</i>	1 190 Ft	2. csirkecombpörkölt (nagy adag)	1 190 Ft
H7	Vegetáriánus ételek	Rántott sajt, majonézes zöldborsó	1 230 Ft	 Gnocchi, tejjőlös, baconos szósz, reszelt sajt	1 170 Ft	Gyümölcsrizs	1 090 Ft	Karfiol Orly módra, majonézes kukoricasaláta	1 190 Ft	Tojásos lecsó, galuska <i>TM</i>	1 050 Ft
H8	Készételek	Pincepörkölt (sertéshús, lángolt kolbász, velő), főtt burgonya <i>TM</i>	1 180 Ft	Lecsós, szárnyasmájás sertéscsík, galuska <i>TM</i>	1 090 Ft	Őszibarackos pulykacombtokány, penne	1 120 Ft	Hagymás sertés aprópecsenye, rizi-bizi <i>TM</i>	1 190 Ft	Ördögi csirkecombfalatok, jázminrizs (chili, lecsó, szalonna) 	1 120 Ft
H9	Készételek	Rakott brokkoli sertéshússal	1 180 Ft	Mézes-mustáros csirkecomb falatok, jázminrizs <i>TM</i>	1 140 Ft	Körömpörkölt, főtt burgonya <i>TM</i>	1 190 Ft	Chili con carne (marhahús, kolbász, bab, kukorica, chili, sajt)	1 210 Ft	 Sárgarépás, petrezselymes sertéspörkölt, főtt burgonya	1 170 Ft
H11	Frissensültek	Orly csirkecombfilé		Kammermayer csirkemell (diós bundában)		Hagymás bundában sült sertéskaraj		Sokmagvas, bundázott pulykamell		Rántott csirkecombfilé	
		1. petrezselymes jázminrizs	1 140 Ft	1. olívbogyós jázminrizs	1 190 Ft	1. rizi-bizi	1 180 Ft	1. fűszeres jázminrizs <i>TM</i>	1 210 Ft	1. kukoricás jázminrizs	1 150 Ft
		2. burgonyapüré	1 220 Ft	2. sajtos burgonyapüré	1 320 Ft	2. petrezselymes burgonya	1 240 Ft	2. hasáburgonya <i>TM</i>	1 290 Ft	2. burgonyapüré	1 190 Ft
H12	Népszerű ételek	 Csípős kolbászhússal töltött csirkemell, rizi-bizi 	1 320 Ft	Csülök pékné módra <i>TM</i>	1 350 Ft	 Kocsmáros halom, petrezselymes rizs (sertés karaj, gombás, hagymás, fokhagymás raguval)	1 290 Ft	Camemberttel, őszibarackkal göngyölt jércemell, burgonyapüré	1 290 Ft	Vörösboros, gombás marhapörkölt, túrós galuska	1 410 Ft
H13	Ínyenc ételek	Részes, füstös szűz-aprópecsenye (bor, füstölt szalonna, tejszín), szarvasgombás mini krokett	1 490 Ft	Pácolt libamáj, vargányás erdei-gombával, zöldséges rizottó, reszelt cheddar	1 550 Ft	 Ózapró madeira mártásban, burgonyakrokett (barnamártás, csipkebogyó lekvár, narancslé, boróka bogyo)	1 650 Ft	Fehérboros borjúpörkölt, kapros túrós csusza	1 520 Ft	Omlós kacsamell szeletek, kókusztejes, zöldséges vörös currys mártással, sült tésztával <i>TM</i>	1 750 Ft
H14	Nemzetek ételei Mexikói	 AMERIKAI: Texasi, mézes csirkemell (méz, gyömbér, fokhagyma, koriander pritamin paprika), burgonyapüré	1 390 Ft	 GÖRÖG: Stifado, rizszem tészta Vörösboros, gyöngyhagymás, mazsolás, fűszeres marharagu	1 550 Ft	SVÉD: Húsgolyók, áfonyaöntet, vajas burgonya	1 350 Ft	ANGOL - Street food: Fish&chips (halfalatok, sült karika burgonya, tartár)	1 450 Ft	GÖRÖG: Gyros (pita, sült sertéscomb darabok, saláta, öntet)	1 350 Ft
H20	Desszertek	Almás rétes <i>TM</i>	650 Ft	Citromos túrókocka	650 Ft	Mogyorós szelet	590 Ft	Kókuszkecska, csokiöntet	590 Ft	Rumos-meggyes piskóta <i>TM</i>	620 Ft

LOW CARB LOW CARB ÉTELEK

10. hét		Hétfő (03.08.)		Kedd (03.09.)		Szerda (03.10.)		Csütörtök (03.11.)		Péntek (03.12.)	
ZS1	Kalóriaszegény levelek	Májgaluskaleves 130 kcal, ch: 6 g TM	680 Ft	Cseresznyekrémléves 150 kcal, ch: 16 g	720 Ft	Zsályás pulykaraguleves 270 kcal, ch: 9 g	680 Ft	Zöldfűszeres szárnyashúsleves 150 kcal, ch: 7 g TM, P	680 Ft	Zöldborsóleves, vajos galuska 170 kcal, ch: 11 g	680 Ft
F1	Mentes levelek <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	Minestroneleves 120 kcal, ch: 14 g TM, P	720 Ft	Marhahúsleves sok zöldséggel 190 kcal, ch: 10 g TM, P	790 Ft	Erdei gyümölcskrémléves 110 kcal, ch: 10 g TM, P	750 Ft	Fokhagyma-krémléves 240 kcal, ch: 12 g	750 Ft	Pestós karalábékrémléves 170 kcal, ch: 11 g	730 Ft
ZS5	Kalóriaszegény ételek 1	Vasalt pulykamellfilé, áfonyás gyümölcsmártás (szamóca, alma, sárgabarack) 340 kcal, ch: 9 g	1 390 Ft	Barbecue csirkecombfalatok, körtés almasaláta 290 kcal, ch: 15 g TM, P	1 370 Ft	Ricottával göngyölt sertéskaraj, mentás zöldborsópüré 480 kcal, ch: 19 g	1 350 Ft	Óvári sertéskaraj (gomba, sajt), zöldfűszeres karfiolpüré 470 kcal, ch: 8 g	1 460 Ft	Currys csirkemell, pritamin paprikás zöldségtál 330 kcal, ch: 8 g	1 340 Ft
ZS6	Kalóriaszegény ételek 2	Tejszínes sertésapró fokhagymamártásban, gőzölt zöldségek 490 kcal, ch: 12 g	1 300 Ft	Csirkemellpörkölt, galuska 500 kcal, ch: 12 g TM, P	1 280 Ft	Ananászos csirkecombfilé, korianderes sült zöldségek 330 kcal, ch: 18 g TM, P	1 320 Ft	Finomfőzelék, sült virsli (2 db) 400 kcal, ch: 20 g	1 290 Ft	Sajttal sült sertéskaraj, gyömbéres, narancsos céklasaláta 450 kcal, ch: 20 g	1 390 Ft
ZS7	Szénhidrátszegény ételek 1	Rántott tökehalfilé, light tartár 570 kcal, ch: 10 g	1 450 Ft	Négyszajttal töltött sertéskaraj rántva, fokhagymás, tejföls zöldségek 520 kcal, ch: 16 g	1 480 Ft	Diós, rántott sertéskaraj, light franciasaláta 570 kcal, ch: 24 g	1 400 Ft	Kukoricapelyhes, rántott csirkecombfilé, vegyessaláta 570 kcal, ch: 11 g TM	1 490 Ft	EA Többszemű, rántott csirkemell, kelbimbós light burgonyapüré 510 kcal, ch: 15 g	1 400 Ft
GKF1	Szénhidrátszegény KETO ételek 2	Sertéspörkölt, KETO galuska 690 kcal, ch: 11 g, fehérje: 35 g TM	1 600 Ft	Vincellér pecsenye (sertéskaraj boros, gombás, májas raguban), borsikafűves, pórés saláta 470 kcal, ch: 12 g, fehérje: 25 g TM, P	1 680 Ft	Malacsült, almás, párolt lilakáposzta 610 kcal, ch: 14 g, fehérje: 29 g TM, P	1 700 Ft	Vasalt sertés tarja, füstös zöldségpüré 570 kcal, ch: 8 g, fehérje: 23 g	1 420 Ft	Csülkös sertéspörkölt, KETO szélesmetélt 670 kcal, ch: 8 g, fehérje: 26 g TM	1 590 Ft
ZS9	Fitt ételek	Fűszervajon sült csirkemell, brokkolival, mozzarellával, zöldséges barnarizs 490 kcal, ch: 51 g	1 380 Ft	Tejszínes roquefortos csirkemellapró, tészta (teljes kiőrlésű) 480 kcal, ch: 38 g	1 390 Ft	Erdézpörkölt, galuska 700 kcal, ch: 87 g TM	1 390 Ft	Almával, sajttal sült csirkemell, aszalt paradicsomos rizssaláta (barnarizs) 540 kcal, ch: 45 g	1 390 Ft	EA Bácskai rizseshús (csülkőcomb, barnarizs, zöldség) 580 kcal, ch: 58 g TM	1 400 Ft
D1	Ínyenc mediterrán ételek	EA Rozmaringos csirkecombfilé, lilahagymás görög joghurtos mártásban, zöldséges kuskusz 610 kcal, ch: 44 g	1 490 Ft	EA Mogorópestós csirkemell, gyömbéres gyümölcsök 480 kcal, ch: 40 g TM, P	1 490 Ft	Carbonara spagetti parmezánnal 810 kcal, ch: 72 g	1 450 Ft	EA Mozzarella sült sertéskaraj, zöldolajbogyós burgonyapüré 690 kcal, ch: 48 g	1 490 Ft	EA Fűszeres párolt borjúragu, paradicsomos, zöldséges bulgur 500 kcal, ch: 53 g TM	1 680 Ft
F2	Mentes Vega <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	Tojásos galuska, sós-vizes uborka 680 kcal, ch: 70 g	1 490 Ft	Zöldséges rizottó (barnarizs), reszelt sajttal 590 kcal, ch: 65 g	1 390 Ft	Rántott gomba, zöldfűszeres burgonya 480 kcal, ch: 70 g TM	1 550 Ft	Cukkini lecsó, paprikás jászminrizs 460 kcal, ch: 71 g TM	1 450 Ft	Brokkoli párizsiasan, szerezcsendős light burgonyapüré 410 kcal, ch: 50 g	1 470 Ft
F3	Mentes tészták/ főzelékek <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	EA Snidlinges karfiolfőzelék, füstölt főtt tarja szelet (2 db) 320 kcal, ch: 8 g TM, P	1 450 Ft	Sajtos, tejföls spagetti 750 kcal, ch: 57 g	1 540 Ft	Sóska, főtt burgonya, főtt tojás 440 kcal, ch: 41 g TM, P	1 420 Ft	Mákos tészta 430 kcal, ch: 65 g TM	1 450 Ft	EA Zöldbabfőzelék, csülkös sertéspörkölt 520 kcal, ch: 17 g	1 510 Ft
F4	Mentes készételek 1 <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	Konfitált csirkemáj, pirított bacon, hagymás tört zeller 700 kcal, ch: 11 g TM, P	1 500 Ft	Stefánia-vagdalt, hamis almás burgonyapüré (zeller) 530 kcal, ch: 22 g TM	1 570 Ft	Rakott karfiol (sertésborsó, tejföl, sajt, barnarizs) 650 kcal, ch: 32 g	1 600 Ft	Majonézes hússaláta (házi burgonyasaláta) 880 kcal, ch: 41 g	1 710 Ft	EA Szalonnás szárnyas vagdalt, főtt burgonya, fokhagymás parajppüré 710 kcal, ch: 48 g	1 420 Ft
GKF2	Mentes KETO készételek 2 <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	Kemencében sült sertés tarja, parmezános, tepsis zöldségek 450 kcal, ch: 10 g, fehérje: 20g	1 600 Ft	Parmezános, édes-chilis csirkemell, pirított tökmagos zöldségek 680 kcal, ch: 12 g, fehérje: 37g D	1 540 Ft	Magyaros jércetokány (lecsós), színes zöldségmorzsa 560 kcal, ch: 11 g, fehérje: 35g TM, P	1 520 Ft	Zsályás csirkemellfalatok, vele sült zöldségekkel 410 kcal, ch: 10 g, fehérje: 47g	1 540 Ft	Serpenyős, zöldséges sertéslapocka (szalonna, kolbász) egytál 550 kcal, ch: 14 g, fehérje: 27 g	1 590 Ft
F5	Mentes frissensültek <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	Cordon bleu csirkemell (sonka, gomba, sajt), hasábburgonya 730 kcal, ch: 70 g	1 620 Ft	Mátrai borzas csirkemell (édesburgonya), zöldborsós cukkinikrém 520 kcal, ch: 36 g TM, P	1 620 Ft	Tárkonyos tejföllel sült sertéskaraj, hagymás jászminrizs 660 kcal, ch: 82 g	1 520 Ft	Rántott hekkfilé, pestós, zöldséges burgonya 500 kcal, ch: 57 g TM	1 590 Ft	Bécsi szelet (szűzpecsenye), lilahagymás burgonyasaláta 630 kcal, ch: 59 g TM	1 760 Ft
ZS15	Szénhidrátszegény desszertek	Gesztenyepüré 180 kcal, ch: 12 g	710 Ft	Csokoládékrémrel töltött palacsinta, meggyzós 160 kcal, ch: 22 g TM, P	730 Ft	Almás pite 310 kcal, ch: 18 g	710 Ft	Somló galuska 370 kcal, ch: 15 g	720 Ft	Joghurtos citromszelet 220 kcal, ch: 7 g	690 Ft
F6	Mentes desszertek <u>Glutén-, laktóz- és cukormentes</u>	Erdei gyümölcsös tápiókapuding 110 kcal, ch: 15 g TM, P	750 Ft	Meggyes kókuszgolyó (2 db) 310 kcal, ch: 5 g TM, P	780 Ft	Kakaós szelet, málna öntettel 360 kcal, ch: 4 g TM, P	780 Ft	Mákos lepény, citromkrémrel tálalva 280 kcal, ch: 6 g TM	810 Ft	Fekete csoki, rebarbarás, szamócás mousse 390 kcal, ch: 6 g TM, P	810 Ft

KEDVEZMÉNYES MENÜK

10. hét	Hétfő (03.08.)	Kedd (03.09.)	Szerda (03.10.)	Csütörtök (03.11.)	Péntek (03.12.)	Szombat (03.13.)	Vasárnap (03.14.)
---------	----------------	---------------	-----------------	--------------------	-----------------	------------------	-------------------

H33 PRÉMIUM MENÜ		20 NAPOS KEDVEZMÉNY (Hétfő-Péntek): 44 390 Ft HELYETT 29 740 Ft / 17 nap -33% 5 NAPOS KEDVEZMÉNY (Hétfő-Péntek): 13 000 Ft HELYETT 8 990 Ft / 5 nap -31%												
Főétel + Leves / Desszert	Füstölt sajtos póréhagyma krémleves Csipős kolbászhuással töltött csirkemell, rizi-bizi Almás rétes	1 990 Ft	Alföldi burgonyagaluska leves Csülök pékné módra Citromos túrókocka	1 990 Ft	Erdei gyümölcskrémleves Hagymás bundában sült sertéskaraj, rizi-bizi Mogyorós szelet	1 990 Ft	Paradicsomleves, betűtésza Camemberttel, őszibarackkal göngyölt jércemell, burgonyapüré Kókuszkocka, csokiöntet	1 990 Ft	Sárgabarack-krémleves Rántott csirkecombfilé, kukoricás jázminrizs Joghurtos citromszelet	1 990 Ft	Lencseleves, kagylótésza Gyros (sertéscomb, saláta, öntet), pitával (görög) Feketecskós, szedres kókuszkrém	1 990 Ft	Zöldborsóleves, vajás galuska Vörösbors, gombás marhapörkölt, túros galuska Rumos-meggyes piskóta	1 990 Ft

H31 ZÓNA MENÜ (A főétel 70%-a a normál adag ételnek)		4 HETES KEDVEZMÉNY: 25 800 Ft / 25 nap				1 HETES KEDVEZMÉNY: 7 790 Ft / 7 nap								
Főétel + Leves / Desszert	Májgaluskaleves Nutellás gombóc, porcukorral	1 290 Ft	Ananászos körtekrémleves Mézes-mustáros csirkecomb falatok, jázminrizs	1 290 Ft	Csontleves, finommetélttel Fokhagymás spenótfőzelék, tükör tojás	1 290 Ft	Paradicsomleves, betűtésza Hagymás sertés-aprópecsenye, rizi-bizi	1 290 Ft	Lencseleves, kagylótésza Grizes tészta, baracklekvár	1 290 Ft	Zöldborsóleves, vajás galuska Sárgarépás, petrezselymes sertéspörkölt, főtt burgonya	1 290 Ft	Sárgabarack-krémleves Rántott csirkecombfilé, kukoricás jázminrizs	1 290 Ft

H32 HAGYOMÁNYOS MENÜ		4 HETES KEDVEZMÉNY: 45 185 Ft HELYETT 29 370 Ft / 25 nap -35%				1 HETES KEDVEZMÉNY: 12 600 Ft HELYETT 8 690 Ft / 7 nap -31%								
Főétel + Leves / Desszert	Májgaluskaleves Paradicsomos káposzta, virsli (2 db)	1 490 Ft	Alföldi burgonyagaluska leves Lecsós, szárnymájás sertéscsikok, galuska	1 490 Ft	Csontleves, finommetélttel Őszibarackos pulykacombtokány, jázminrizs	1 490 Ft	Chili con carne Kókuszkocka, csokiöntet	1 490 Ft	Lencseleves, kagylótésza Őrögi csirkecomb falatok, jázminrizs	1 490 Ft	Zöldborsóleves, vajás galuska Ördögi csirkecomb falatok, jázminrizs	1 490 Ft	Sárgarépás, petrezselymes sertéspörkölt, főtt burgonya Rumos-meggyes piskóta	1 490 Ft

DM1 MEDITERRÁN MENÜ													
Főétel + Leves / Desszert	Minestroneleves Rozm. csirkecombfilé, lilahagymás görög joghurtos mártásban, zöldséges kuszkus	1 990 Ft	Cseresznyekrémleves Mogyorópestós csirkemell, gyömbéres gyümölcsök	1 990 Ft	Zsályás pulykaraguleves Ricottával göngyölt sertéskaraj, mentás zöldborsópüré	1 990 Ft	Zöldfűszeres szárnyashúsleves Mozzarellás sertéskaraj, zöldolajbogyós burgonyapüré	1 990 Ft	Pestős karalábékrémleves Fűszeres párolt borjúragu, paradicsomos, zöldséges bulgur	1 990 Ft	<i>Tájékoztadjon bővebben weboldalunkról, az Égészség & Életmód / Paleosoknak menüpont alatt!</i>		

ZS21 KALÓRIASZEGÉNY MENÜ														
Főétel + Leves / Desszert	Májgaluskaleves Tejszínes sertésapró, fokhagymamártásban, gőzölt zöldségek	620 kcal ch: 18 g 1 790 Ft	Erőleves sok zöldséggel Csirkemellpörkölt, galuska	630 kcal ch: 22 g 1 790 Ft	Zsályás zöldséraguleves Ananászos csirkecombfilé, korianderes sült zöldségek	520 kcal ch: 27 g 1 790 Ft	Zöldfűszeres szárnyashúsleves Finomfőzelék, sült virsli (2 db)	550 kcal ch: 27 g 1 790 Ft	Pestős karalábékrémleves Currys csirkemell, prítamin paprikás zöldségtál	500 kcal ch: 19 g 1 790 Ft	Zöldbabfőzelék, virsli (2 db) Joghurtos citromszelet	630 kcal ch: 29 g 1 790 Ft	Zöldborsóleves, vajás galuska Többmagvas, rántott csirkemell, kelbimbós light burgonyapüré	680 kcal ch: 26 g 1 790 Ft

FM1 MENTES OFFICE MENÜ (GLUTÉN-, LAKTÓZ-, CUKORMENTES)													
Leves + Főétel	Minestroneleves Kemencében sült sertésárja, parmezános, tejszínes zöldségek	570 kcal ch: 24 g 1 990 Ft	Erőleves sok zöldséggel Stefánia-vagdalt, hamis almás burgonyapüré	660 kcal ch: 32 g 1 990 Ft	Erdei gyümölcskrémleves Rántott gomba, zöldfűszeres burgonya	590 kcal ch: 80 g 1 990 Ft	Fokhagyma-krémleves Zsályás csirkemellfalatok, vele sült zöldségekkel	650 kcal ch: 22 g 1 990 Ft	Pestős karalábékrémleves Zöldbabfőzelék, csülök sertéspörkölt	790 kcal ch: 34 g 1 990 Ft	Keresd további Mentes a la carte ételinket és MENTES (1200 KALÓRIA) EGÉSZ NAPOS FOGYÓKURÁS ÉTRENDÜNKET!		

DIÉTÁS EGÉSZ NAPOS ÉTRENDEK FOGYÓKÚRÁZÓKNAK

10. hét	Hétfő (03.08.)	Kedd (03.09.)	Szerda (03.10.)	Csütörtök (03.11.)	Péntek (03.12.)	Szombat (03.13.)	Vasárnap (03.14.)	
BEST OF ZSÍRÉGETŐ FOGYÓKÚRÁS ÉTREND								
4 HETES KEDVEZMÉNY: 107 025 Ft HELYETT 80 270 Ft / 25 nap -25% 1 HETES KEDVEZMÉNY: 30 100 Ft HELYETT 24 400 Ft / 7 nap -19%								
ZS 121	Ebéd	Rántott halfilé, light tartár	Csirkemellpörkölt, galuska	Diós, rántott sertéskaraj, light franciasaláta	Vasalt sertés tarja, füstös zöldségpüré	Sajttal sült sertéskaraj, gyömbéres, narancsos céklasaláta	Többmagvas, rántott csirkemell, kelbimbós light burgonyapüré	Serpenyős, zöldséges sertéslapocka (szalonna, kolbász) egytál
	Vacsora	Tejszínes sertésapró, fokhagymamártásban, gőzölt zöldségek	Stefánia-vagdalt, hamis almás burgonyapüré (zeller)	Magyaros jércetokány (lecsós), színes zöldségmorzsa	Kukoricapelyhes, rántott csirkecombfilé, vegyessaláta	Currys csirkemell, pritamin paprikás zöldségtál	Szalonnás szárnyas vagdalt, fokhagymás parajpüré	Pestós pulykacombfalatok, paradicsommártásos zöldségek
	Snack	Erdei gyümölcsös tapiókapuding	Tepertős pogácsa (1 db)	Feketecskis, narancsos kakaómousse	Citromos zabkorpás túrókrém	Vajas pogácsa (2 db)	Joghurtos citromszelet	Almás-fahéjas, zabkorpás túrókrém
	Másnap reggeli	Kolbászos pogácsa (2 db)	Házi májkrém, zöldség, Zsírégető kifli	Tejfölös túró, zöldség, Zsírégető kifli	Tojáskrém, zöldség, Zsírégető kifli	Libaszír, zöldség, Zsírégető kifli	Kolbászkarikák, zöldség, Zsírégető kifli	Diétás kajszielkvár, light margarin, Zsírégető kifli
Napi ár:		4 300 Ft 3 790 Ft	4 300 Ft 3 790 Ft	4 300 Ft 3 790 Ft	4 300 Ft 3 790 Ft	4 300 Ft 3 790 Ft	4 300 Ft 3 790 Ft	4 300 Ft 3 790 Ft
Számított tápérték:		1490 kcal, ch: 41 g	1490 kcal, ch: 41 g	1610 kcal, ch: 51 g	1560 kcal, ch: 38 g	1320 kcal, ch: 36 g	1560 kcal, ch: 33 g	1400 kcal, ch: 49 g

1000 kcal 1000 KALÓRIÁS FOGYÓKÚRÁS ÉTREND								
4 HETES KEDVEZMÉNY: 90 175 Ft HELYETT 69 630 Ft / 25 nap -25% 1 HETES KEDVEZMÉNY: 25 900 Ft HELYETT 20 990 Ft / 7 nap -19%								
ZS 131	Ebéd	Snidlinges karfiolfőzelék, tükörtortás	Csirkemellpörkölt, galuska	Ananászos csirkecombfilé, korianderes sült zöldségek	Finomfőzelék, sült virsli (2 db)	Csirkemellpörkölt, paradicsommártásban forgatott zöldségek	Sajttal sült sertéskaraj, gyömbéres, narancsos céklasaláta	Serpenyős, zöldséges sertéslapocka (szalonna, kolbász) egytál
	Vacsora	Vasalt pulykamellfilé, áfonyás gyümölcsmártás	Barbecue csirkecombfalatok, körtés almasaláta	Ricottával göngyölt sertéskaraj, mentás zöldborsópüré	Zsályás csirkemellfalatok, vele sült zöldségekkel	Currys csirkemell, pritamin paprikás zöldségtál	Pestós pulykacombfalatok, kelbimbós light burgonyapüré	Zöldbabfőzelék, virsli
	Másnap reggeli	Kolbászos pogácsa (2 db)	Házi májkrém, zöldség, extrudált kenyér (2 db)	Tejfölös túró, zöldség	Tojáskrém, zöldség, extrudált kenyér (2 db)	Kolbászkarikák, zöldség, extrudált kenyér (2 db)	Mangós, epres gyümölcscsoksonya	Diétás kajszielkvár, light margarin, extrudált kenyér (2 db)
Napi ár:		3 700 Ft 3 290 Ft	3 700 Ft 3 290 Ft	3 700 Ft 3 290 Ft	3 700 Ft 3 290 Ft	3 700 Ft 3 290 Ft	3 700 Ft 3 290 Ft	3 700 Ft 3 290 Ft
Számított tápérték:		960 kcal, ch: 22 g	1000 kcal, ch: 38 g	940 kcal, ch: 49 g	960 kcal, ch: 41 g	980 kcal, ch: 37 g	1000 kcal, ch: 41 g	990 kcal, ch: 43 g

DIÉTÁS EGÉSZ NAPOS ÉTRENDEK FOGYÓKÚRÁZÓKNAK

10. hét	Hétfő (03.08.)	Kedd (03.09.)	Szerda (03.10.)	Csütörtök (03.11.)	Péntek (03.12.)	Szombat (03.13.)	Vasárnap (03.14.)	
TURBÓ KÚRA - 700 KALÓRIA								
4 HETES KEDVEZMÉNY: 89 280 Ft HELYETT 54 460 Ft / 25 nap -39% 1 HETES KEDVEZMÉNY: 25 200 Ft HELYETT 16 590 Ft / 7 nap -34%								
ZS 141	Ebéd	Zöldséges kuszkusz, fokhagymamártásban	Zöldséges rizottó	Sóska, főtt tojás	Mákos tészta	Brokkoli párizsiasan	Bácskai barnarizses zöldségek	Paradicsomos, zöldséges bulgur
	Vacsora	Snidlinges karfiolfőzelék, tükörtojás	Almás zellerpüré	Zöldfűszeres burgonya	Cukkinis lecsó, paprikás jázminrizs	Paradicsommártásos zöldségek	Almaecetes, lilahagymás burgonya saláta	Kókuszkása
	Snack	Minestroneleves	Cseresznyekrémleves	Erdei gyümölcskrémleves	Zöldfűszeres zöldségleves	Pestós karalábékrémleves	Zöldborsóleves	Szegfűszeges eperkrémleves
	Másnap reggeli	Bíbor turmix (ribizlis)	Lime-os kórtés almasaláta	Málnás gyümölcskocsonya	Zöld citromos gyümölcsvelő	Gyümölcssaláta (málna, meggy, alma)	Mangós, epres gyümölcskocsonya	Meggyes, áfonyás gyümölcskocsonya
Napi ár:	3 600 Ft 2 790 Ft	3 600 Ft 2 790 Ft	3 600 Ft 2 790 Ft	3 600 Ft 2 790 Ft	3 600 Ft 2 790 Ft	3 600 Ft 2 790 Ft	3 600 Ft 2 790 Ft	
Számított tápérték:	760 kcal, ch: 69 g	650 kcal, ch: 90 g	660 kcal, ch: 83 g	720 kcal, ch: 106 g	720 kcal, ch: 66 g	700 kcal, ch: 113 g	690 kcal, ch: 73 g	

KANNIBÁL FOGYÓKÚRÁS ÉTREND (P121)								
4 HETES KEDVEZMÉNY: 133 255 Ft HELYETT 89 280 Ft / 25 nap -33% 1 HETES KEDVEZMÉNY: 37 100 Ft HELYETT 30 730 Ft / 7 nap -26%								
P 121	Reggeli	Kemencében sült sertésárja, parmezános, tepsis zöldségek	Parmezános, édes-chilis csirkemell, pirított tökmagos zöldségek	Magyaros jércetokány (lecsós), színes zöldségmorzsa	Vasalt sertés tarja, füstös zöldségpüré	Pestós pulykacombfalatok, paradicsommártásos zöldségek	Zöldbabfőzelék, pirított bacon	Currys csirkemell, pritamin paprikás zöldségtál, pirított szezámmag
	Ebéd	Feketecsokis, sárgabarackos mousse szőlőmagliszttel	Feketecsokis egrespuding szőlőmagliszttel	Feketecsokis, narancsos kakaómousse szőlőmagliszttel	Feketecsokis, citromos kókuszkrém szőlőmagliszttel	Feketecsokis, vaníliás mousse szőlőmagliszttel	Feketecsokis, szedres kókuszkrém szőlőmagliszttel	Feketecsokis, rebarbarás, szamócsás mousse szőlőmagliszttel
	Mini desszert	Konfitált csirkemáj, pirított bacon, hagymás tört zeller	Stefánia-vagdalt, borsikafüves, pórés saláta	Sóska-főzelék, főtt tojás (2 db)	Zsályás csirkemellfalatok, vele sült zöldségekkel	Serpenyős, zöldséges sertéslapocka (szalonna, kolbász) egytál	Csülkös sertéspörkölt, vörösboros savanyúkáposzta	Szalonnás szárnyas vagdalt, fokhagymás parajpüré
	Vacsora	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea	Paleo Slim tea
	Snack	Zöldséges omlett, parmezán	Házi májkrém, zöldség	Tonhalkrém, zöldség	Körözött, zöldség	Hagymás tojáslepeny, parmezánnal	Libaszír, zöldség, pékáru	Füstölt tarjaszeletek, zöldség
Napi ár:	5 620 Ft 4 290 Ft	5 620 Ft 4 290 Ft	5 620 Ft 4 290 Ft	5 620 Ft 4 290 Ft	5 620 Ft 4 290 Ft	5 620 Ft 4 290 Ft	5 620 Ft 4 290 Ft	
Számított tápérték:	ch: 28 g	ch: 36 g	ch: 34 g	ch: 25 g	ch: 34 g	ch: 30 g	ch: 23 g	

10. hét	Hétfő (03.08.)	Kedd (03.09.)	Szerda (03.10.)	Csütörtök (03.11.)	Péntek (03.12.)	Szombat (03.13.)	Vasárnap (03.14.)	
INZULINREZISZTENS EGÉSZNAPOS ÉTREND (IRE1) 4 HETES KEDVEZMÉNY: 143 380 Ft HELYETT 94 630 Ft / 25 nap -34% 1 HETES KEDVEZMÉNY: 39 857 Ft HELYETT 27 900 Ft / 7 nap -30%								
IRE1	Ebéd	Zöldségleves (májg) 8 g (3 g)	Erőleves sok zöldséggel 16 g (6 g)	Zsályás pulykaraguleves 14 g (5 g)	Zöldbableves 21 g (4 g)	Pestós karalábékrémleves 14 g (4 g)	Zöldborsóleves 16 g (6 g)	Szegfűszeges eperkrémleves 16 g (2 g)
		Sertéspörkölt, galuska 40 g (30 g)	Stefánia-vagdalt, hamis almás burgonyapüré (zeller) 35 g (13 g)	Sóska, főtt tojás (2 db) 36 g (12 g)	Kukoricapelyhes, rántott csirkecombfilé, vegyessaláta 28 (17 g)	Currys csirkemell, paradicsomos, zöldséges bulgur 39 g (8 g)	Serpenyős, zöldséges sertésragu, teljes kiőrlésű kenyér 32 g (10 g)	Többmagvas, rántott csirkecombfilé, kelbimbós light burgonyapüre 34 g (19 g)
	Uzsonna	Málnás, zabpelyhes joghurtkrém 22 g (5 g)	Tepertős pogácsa (1 db) 15 g (13 g)	Málnás gyümölcskocsonya 18 g (6 g)	Feketecskókis, citromos kókuszkrém 21 g (2 g)	Almás-fahéjas, zabkorpás túrókrém 22 g (7 g)	Gyümölcssaláta (málna, meggy, alma) 23 g (8 g)	Füstölt sajtos pogácsa (1 db) 18 g (16 g)
	Vacsora	Rántott tökehalfilé, hagymás tört zeller 32 g (21 g)	Barbecue csirkecombfalatok, pirított, póréhagymás zöldségek 31 g (8 g)	Ananászos csirkecombfilé, korianderes sült zöldségek 27 g (9 g)	Finomfőzelék, sült virsli (2 db) 30 g (10 g)	Pestós pulykacombfalatok, paradicsommártásos zöldségek 28 g (8 g)	Zöldbabfőzelék, szárnyas virsli, teljes kiőrlésű kenyér 31 g (6 g)	Sajttal sült sertéskaraj, gyömbéres, narancsos céklasaláta 27 g (6 g)
	Utóvacsora	Korpás 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)	Klasszikus rostos keksz (3 db) 11 g (1 g)	Korpás keksz (3 db) 11 g (1 g)	Klasszikus rostos keksz (3 db) 11 g (1 g)
	Másnap reggeli	Kolbászos pogácsa (2 db) 29 g (25 g)	Házi májkrém, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 28 g (5 g)	Tejfölös túró, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 31 g (5 g)	Tojáskrém, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 30 g (5 g)	Kolbászkarikák, zöldség, pékáru 27 g (23 g)	Füstölt tarjaszeletek, zöldség, pékáru 30 g (23 g)	Hagymás tojáslepény, zöldség, pékáru 31 g (23 g)
Másnap tízórai	Bíbor turmix (ribizlis) 21 g (6 g)	Barackos, zabpelyhes túrókrém 22 g (1 g)	Fahéjas, zabkorpás joghurt 21 g (5 g)	Citromos, zabkorpás túrókrém 21 g (6 g)	Kókuszos, zabkorpás joghurt 21 g (4 g)	Joghurtos keksz (1 db) 17 g (2 g)	Áfonyás, zabpelyhes joghurtkrém 20 g (3 g)	
Napi ár:	5 380 Ft 4 290 Ft	5 380 Ft 4 290 Ft	5 380 Ft 4 290 Ft	5 380 Ft 4 290 Ft	5 380 Ft 4 290 Ft	5 380 Ft 4 290 Ft	5 380 Ft 4 290 Ft	
Össz. szénhidrát (ebből rost)	163 g. (91 g.)	155 g. (47 g.)	158 g. (43 g.)	162 g. (45 g.)	162 g. (55 g.)	160 g. (56 g.)	157 g. (70 g.)	






10. hét	Hétfő (03.08.)	Kedd (03.09.)	Szerda (03.10.)	Csütörtök (03.11.)	Péntek (03.12.)					
IRM1 INZULINREZISZTENS MENÜ										
Főétel + Leves / Desszert Össz.szénhidrát (ebből rost)	Zöldségleves Sertéspörkölt, galuska	48 g (33 g)	Erőleves sok zöldséggel Barbecue csirkecombfalatok, pirított, póréhagymás zöldségek	47 g (14 g)	Zsályás pulykaraguleves Sóska, főtt tojás (2 db)	50 g (17 g)	Zöldbableves Kukoricapelyhes, rántott csirkecombfilé, vegyessaláta	49 g (14 g)	Pestós karalábékrémleves Currys csirkemell, paradicsomos, zöldséges bulgur	53 g (12 g)
		2 100 Ft		1 940 Ft		1 830 Ft		2 020 Ft		1 920 Ft

INZULINREZISZTENS A'LA CARTE										
IR1 Másnap reggeli	Kolbászos pogácsa (2 db) 29 g (25 g)	750 Ft	Házi májkrém, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 28 g (5 g)	680 Ft	Tejfölös túró, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 31 g (5 g)	680 Ft	Tojáskrém, zöldség, teljes kiőrlésű kenyér 30 g (5 g)	680 Ft	Kolbászkarikák, zöldség, pékáru 27 g (23 g)	680 Ft
IR2 Leves	Májgaluskaleves 16 g (10 g)	680 Ft	Csereznyekrémléves 21 g (3 g)	720 Ft	Zsályás pulykaraguleves 18 g (4 g)	680 Ft	Zöldfűszeres szárnyashúsleves 10 g (3 g)	680 Ft	Zöldborsóleves, vajgaluska 21 g (10 g)	680 Ft
IR3 Főétel 1	Sertéspörkölt, galuska 40 g (30 g)	1 600 Ft	Négysajttal töltött sertéskaraj rántva, fokhagymás, tejfölös zöldségek 34 g (20 g)	1 480 Ft	Ananászos csirkecombfilé, korianderes sült zöldségek 27 g (9 g)	1 370 Ft	Kukoricapelyhes, rántott csirkecombfilé, vegyessaláta 28 g (17 g)	1 490 Ft	Sajttal sült sertéskaraj, gyömbéres, narancsos céklasaláta 27 g (6 g)	1 390 Ft
IR4 Főétel 2	Rántott tökehalfilé, hagymás tört zeller 32 g (21 g)	1 430 Ft	Barbecue csirkecombfalatok, pirított, póréhagymás zöldségek 31 g (8 g)	1 370 Ft	Ricottával göngyölt sertéskaraj, mentás zöldborsópüré 26 g (7 g)	1 350 Ft	Zsályás csirkemellfalatok, vele sült zöldségekkel 18 g (8 g)	1 450 Ft	Currys csirkemell, pritamin paprikás zöldségtől 18 g (10 g)	1 350 Ft
IR5 Főétel 3	Tejszínes sertésapró fokhagymamártásban, gőzölt zöldségek 20 g (8 g)	1 300 Ft	Stefánia-vagdalt, hamis almás burgonyapüré (zeller) 35 g (13 g)	1 570 Ft	Sóska, főtt tojás (2 db) 36 g (12 g)	1 420 Ft	Finomfőzelék, sült virsli (2 db) 30 g (10 g)	1 290 Ft	Többmagvas, rántott csirkecombfilé, kelbimbós light burgonyapüre 34 g (19 g)	1 400 Ft
IR6 Snack	Erdei gyümölcsös tapiókapuding 28 g (3 g)	750 Ft	Csokoládékrémrel töltött palacsinta, meggyzós 33 g (7 g)	710 Ft	Kakaós szelet, málnaöntet 14 g (6 g)	780 Ft	Somlói galuska 33 g (10 g)	720 Ft	Joghurtos citromszelet 16 g (6 g)	690 Ft

10. hét	Hétfő (03.08.)	Kedd (03.09.)	Szerda (03.10.)	Csütörtök (03.11.)	Péntek (03.12.)
GASTROYAL KETO EBÉD MENÜ (GKM1)					
Főétel	Sertéspörkölt, KETO galuska	Vincellér pecsenye (sertéskaraj boros, gombás, májas raguban), borsikafüves, pórés saláta	Magyaros jércetokány (lecsós), színes zöldségmorzsa	Vasalt sertés tarja, füstös zöldségpüré	Csülkös sertéspörkölt, KETO szélesmetélt
Desszert /Snack	KETO kolbászos pogácsa (2 db)	KETO meggyes kókuszgolyó (2 db)	KETO túrós pogácsa (2 db)	KETO mákos lepény citromkrémrel tálalva	KETO feketecsokis, szedres kókuszkrém
Számított energia:	1 010 kcal	780 kcal	860 kcal	850 kcal	930 kcal
Tápanyag tartalom:	ch: 15 g, fehérje: 58 g	ch: 17 g, fehérje: 34 g	ch: 16 g, fehérje: 54 g	ch: 14 g, fehérje: 31 g	ch: 11 g, fehérje: 28 g
Napi ár:	1 990 Ft	1 990 Ft	1 990 Ft	1 990 Ft	1 990 Ft

GKR1	Másnap reggeli	Zöldséges omllett, parmezán 250 kcal, ch: 3 g, fehérje: 19 g	850 Ft	Házi májkrém, zöldség, KETO kifli 280 kcal, ch: 5 g, fehérje: 17 g	850 Ft	Tonhalkrém, zöldség, KETO kifli 270 kcal, ch: 9 g, fehérje: 19 g	850 Ft	KETO körözött, zöldség, KETO kifli 310 kcal, ch: 5 g, fehérje: 15 g	850 Ft	Libazsír, zöldség, KETO kifli 250 kcal, ch: 4 g, fehérje: 10 g	850 Ft
GKF1	Keto főétel 1	Sertéspörkölt, KETO galuska 690 kcal, ch: 11 g, fehérje: 40 g	1 600 Ft	Vincellér pecsenye, borsikafüves, pórés saláta 470 kcal, ch: 12 g, fehérje: 25 g	1 680 Ft	Malacsült, almás, párolt lilakáposzta 610 kcal, ch: 14 g, fehérje: 29 g	1 700 Ft	Vasalt sertés tarja, füstös zöldségpüré 570 kcal, ch: 8 g, fehérje: 23 g	1 420 Ft	Csülkös sertéspörkölt, KETO szélesmetélt 670 kcal, ch: 8 g, fehérje: 26 g	1 590 Ft
GKF2	Keto főétel 2	Kemencében sült sertésstarja, parmezános, tepsis zöldségek 450 kcal, ch: 10 g, fehérje: 20 g	1 600 Ft	Parmezános, édes-chilis csirkemell, pirított tökmagos zöldségek 680 kcal, ch: 12 g, fehérje: 37 g	1 540 Ft	Magyaros jércetokány (lecsós), színes zöldségmorzsa 560 kcal, ch: 11 g, fehérje: 35 g	1 520 Ft	Majonézes hússaláta 880 kcal, ch: 41 g, fehérje: 29 g,	1 710 Ft	Serpenyős, zöldséges sertéslapocka (egytálétel, sertéslapocka, szalonna, kolbász) 550 kcal, ch: 14 g, fehérje: 27 g	1 590 Ft
GKD1	Keto desszert	KETO feketecsokis sárgabarackos mousse 400 kcal, ch: 11 g, fehérje: 4 g	810 Ft	KETO meggyes kókuszgolyó (2 db) 310 kcal, ch: 5 g, fehérje: 9 g	780 Ft	KETO kakaós szelet, málna öntettel 360 kcal, ch: 4 g, fehérje: 10 g	780 Ft	KETO mákos lepény citromkrémrel tálalva 280 kcal, ch: 6 g, fehérje: 8 g	810 Ft	KETO joghurtos citromszelet 220 kcal, ch: 7 g, fehérje: 12 g	690 Ft
GKS1	Keto snack	KETO kolbászos pogácsa (2 db) 320 kcal, ch: 4 g, fehérje: 18 g	750 Ft	KETO tepertős pogácsa (2 db) 350 kcal, ch: 3 g, fehérje: 15 g	750 Ft	KETO túrós pogácsa (2 db) 300 kcal, ch: 5 g, fehérje: 19 g	750 Ft	KETO vajás pogácsa (2 db) 290 kcal, ch: 4 g, fehérje: 16 g	750 Ft	KETO füstölt sajtos pogácsa (2 db) 270 kcal, ch: 4 g, fehérje: 17 g	750 Ft
ZSR1	Kalóriaszegény reggeli	Zöldséges omllett, parmezán 250 kcal, ch: 3 g	850 Ft	Barackos, zabpelyhes túrókrém 190 kcal, ch: 20 g	750 Ft	Tonhalkrém, zöldség, xtrudált kenyér (2 db) 200 kcal, ch: 13 g	850 Ft	Tojáskrém, zöldség, extrudált kenyér (2 db) 150 kcal, ch: 13 g	850 Ft	Kolbászkarikák, zöldség, extrudált kenyér (2 db) 180 kcal, ch: 9 g	850 Ft
ZSR2	Szénhidrátszegény reggeli	Kolbászos pogácsa (2 db) 320 kcal, ch: 4 g	750 Ft	Házi májkrém, zöldség, Zsirégető kifli 280 kcal, ch: 5 g	850 Ft	Túrós pogácsa (2 db) 300 kcal, ch: 5 g	750 Ft	Körözött, zöldség, Zsirégető kifli 260 kcal, ch: 5 g	850 Ft	Libazsír, zöldség, Zsirégető kifli 250 kcal, ch: 4 g	850 Ft

FOGYÓKÚRÁS, EGÉSZSÉGES ITALOK ÉS PÉKÁRU

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