

SBX HU Ételnínálat tápérték információ / Food Nutrition - 2026.04.24.

Product Name	Porció / Serving Size (g)	Energia / Energy (KJ)	Energia / Energy (Kcal)	Zsír / Fat (g)	Telített Zsír / Saturated Fat (g)	Szénhidrát / Carbohydrates (g)	Cukor / Sugar (g)		Fehérje / Protein (g)	Só / Salt (g)
<b>PÉKSÜTEMÉNYEK</b>										
<b>Sütemények / Pastries</b>										
Sajtos Csiga / Cheese roll	85	1335	319	18	10	30	3		9	1.60
Csokis-Mogyorós Croissant / Choco-Hazelnut Croissant	95	1516	356	19	9.5	39	15		6	0.74
<b>Tálcsás Sütemények / Traybakes</b>										
Málnás Brownie / Raspberry Brownie (gluten free)	88	1287	308	16	4	36	28		4	0.16
<b>Muffinok / Muffins</b>										
Csokoládés muffin/ Chocolate Muffin	115	1869	447	23	5	52	30		6	0.94
Áfonyás muffin/ Blueberry Muffins	115	1802	435	22	3	52	22		7	0.77
Vegán Citromos-málnás Muffin / Vegan Lemon-Raspberry Muffin	135	1951	465	20	2	61	35		8	1.10
<b>Kekszek / Cookies/Biscuits</b>										
Fehércsokis keksz/ White chocolate cookie	80	1468	350	15	7	48	32		4	0.88
Csokis keksz/ Chocolate cookie	80	1448	345	13	7	51	35		4	0.85
<b>Torták / Cakes</b>										
New York sajttorta/ New York style cheese cake	136	1545	370	21	10	36	26		9	0.73
Almás pite/ Apple pie	158	1335	317	9	3	55	33		3	0.19
Epres sajttorta/ Strawberry cheese cake	157	1519	363	18	8	42	31		8	0.57
Répatorta/ Carrot cake	118	1418	315	19	6	39	24		4	0.44
Vegán Almatorta/ Vegan apple cake	188	1324	314	9	4	53	32		3	0.19
<b>Sweet Buns/Breads</b>										
Fahéjas tekerecs/ Cinnamon Roll	120	1488	355	15	9	48	22		7	0.40
Waffel	90	1674	401	20	8	48	22		5	1.08
THE CRAZELNUT BITE / Mini csokis-mogyorós fánk	25	534	128	8	3	12	6		2	0.17
THE BERRY BOMB BITE / Mini erdei gyümölcsös rózsaszín fánk	25	436	104	6	3	11	5		1	0.17
THE WHITE CHOCOLATE BITE / Mini fehércsokoládés fánk	25	533	128	7	3	13	7		2	0.18
<b>SZENDVICSEK ÉS KÉSZÉTELEK</b>										
<b>Szendvicsek / Sandwiches</b>										
Paradicsomos-mozzarella Sajtos hajtott pizza / Folded Pizza	150	1393	333	5	2	55	2		13	1.80
Csirkés pesztós schiacciata/ Chicken Pesto Schiacciata	162	1516	365	14	3	42	5		14	2.40
Guacamole schiacciata	195	1583	378	16	6.1	42	4		15	2.18
Schiacciata trüffel-mayo& sonka& camambert	171	1748	413	19	6.7	38	3		22	2.95
Lazacos Bagel / Salmon Bagel	178	1699	403	7	2	30	4		11	2.4
Tonhalas Bagel / Tuna Bagel	171	1009	239	7	1	30	3		12	1
<b>Töltött Croissant / Filled Croissants</b>										
Croissant vajjal és dzsemmel/ Croissant with butter and jam	85	1368	327	20	13	54	12		4	0.53
Sajtos, sonkás croissant / Ham and cheese croissant	130	1297	290	15	10	28	5		15	1.71
Tojásos baconös croissant / Egg&Bacon Croissant	152	1759	400	24	12	28	5		17	1.86
Olasz szalámis croissant / Italian Salami Croissant	108	1524	345	22	13.5	28	5		14	1.70
Sárgabarack-krémes töltött croissant / Croissant filled with Apricot crème	95	1298	309	11.7	7.2	46.2	20.3		4.3	0.69
Mogyorókrémes töltött croissant / Croissant filled with hazelnut crème	95	1697	406	23.5	9.5	41.6	18.7		6.2	0.71
Pisztáciakrémes töltött croissant / Croissant filled with Pistachio crème	95	1691	405	22.8	9.5	43.9	20.4		5.8	0.74
Tejsodókrémes töltött croissant / Croissant filled with custard crème	95	1321	314	14.1	8.1	41.7	14		4.6	0.67
<b>Tortillák /Wraps</b>										
Tojásfehérje omlettes tortilla / Eggwhites omlette Wrap	230	1736	415	12	4	49	10		14	1.80
Grillcsirkemelles tortilla / Grilled chicken Wrap	230	1996	475	15	5	64	10		21	2.38
<b>Saláta / Salads</b>										
Szezonális gyümölcssaláta/ Seasonal fruit salad	240	421	101	0	0	24	20		2	0.00
<b>Mártogatós / Savoury Snacks</b>										
Zöldség szeletek Humusszal / Humus Dip with veggie sticks	210	1151	275	19	2	17	5		7	0.98
<b>Joghurt / Yogurt</b>										
Epres Tápióka Puding	200	1000	259	13	7	31	10		4	0.16
Narancsos - Barackos Tápióka Puding	200	1036	268	13	7	34	12		8	0.16
Joghurt Megyes Granolával	170	906	216	9	4	26	12		6	0.25
Protein tál / Protein Pot	200	839	198	7	5	26	5		6	0.02
Fekete rizspuding / Black Ricepuding	200	1163	278	3	3	55	13		6	0.02
<b>Készételek / Ready made dishes</b>										
Arabiata tészta / Pasta Arrabiata	220	1067	253	7	3	36	4		12	1.32
Pesztós-Csirkés Tészta / Pesto-Chicken Pasta	220	2229	532	24	5	61	4		18	1.87
Tonhalas tésztasaláta / Tuna Pastasalad	220	983	233	6	1	33	4		11	1.54
<b>ELŐRE CSOMAGOLT TERMÉKEK</b>										
Kamarellás waffel/ Caramel waffles	39	739	176	8	5	24	14		1	0.23
Starbucks csokoládé érme/ Starbucks chocolate coin	23	502	120	6	4	14	14		1	0.03
Csokoládés kekszrúd / Cookie-straw	20	380	90	3	2	15	9		1	0.08

Product Name	Porció / Serving Size (g)	Energia / Energy (KJ)	Energia / Energy (Kcal)	Zsír / Fat (g)	Telített Zsír/savSatur ated Fat (g)	Szénhidrát / Carbohydrates (g)	Cukor / Sugar (g)		Fehérje / Protein (g)	Só /Salt (g)
<b>ELŐRE CSOMAGOLT TERMÉKEK</b>										
Narancsos-Kakaós szelet / Orange-Cocoa bar	50	911	218	11	2.5	22.5	20		4.5	0.015
Vaníliás-Bogyosgyümölcsös-szelet	50	896	215	11	1	21.5	21.5		5	0.015
Almás-Fahéjas Szelet / Apple Cinnamon bar	50	871	209	9.5	1	23.5	23		4.5	0.015
FEHÉR CSOKOLÁDÉVAL ÉS TEJCSOKOLÁDÉVAL BEVONT FAGYASZTOTT MÁLNA / Frozen raspberry balls in white& milk chocolate	25	374	90	5.4	3.4	8.8	8.4		1.3	0.03
FEHÉR CSOKOLÁDÉVAL ÉS ÉTCSOKOLÁDÉVAL BEVONT FAGYASZTOTT MÁLNA / Frozen raspberry balls in white& dark chocolate	25	389	94	6.3	3.9	7.8	7.2		1.2	0.02
<b>PROMÓCIÓ</b>										
Almond cake caramel	80	1606	380	26	8	33	28		5	0.39
Spenótos-Feta sajtos Börek / SPINACH FETA CHEESE BÖREK	80	1198	287	18	3	25	1		6	1.00
Csirkés Börek szezámaggal / Chicken börek with white sesame seeds	80	1171	280	16	2	27	3		7	0.98
Sajttorta almával és morzsáva / APPLE CRUMBLE CHEESE CAKE	133	1891	452	29	17	41	26		6	0.80
PASTEL DE NATA	50	567	135	5	3	19	11		3	0.28
Raw Cakes Passionfruit & Raspberry	65	1113	268	19	10	18	15		5	0.02
Vegán Citromos-cseresznyés Muffin / Vegan Lemon- cherry Muffin	135	1953	466	20	2	61	35		8	1.10
Sós-karamellás brownies-pite / Sateo Caramel Brownies-Pite	92	1616	386	23	13	40	29		4	0.46
Red Velvet Torta / Red Velvet Cake	112	1802	432	26	9	44	29		5	1
Mézeskalács Kekszes Fánk / Gingerbread Donut	69	1334	320	19	9	32	12		4	0.79
Mini Mézeskalács Kekszes Fánk / Mini Gingerbread Donut	25	518	124	8	3	12	6		2	0.20
Pisztáciás Latte kalács / Pistachio latte loaf	100	1791	429	25	9	43	27		7	0.63
Pisztáciás-málnás torta / Pistachio Lover cake	178	2577	616	32	15	71	15		10	0.80
Pisztáciás-ricottás muffin/ Pistachio-ricotta muffin	115	1698	406	20	4	48	22		8	0.78
Eperszív / Strawberry heart	75	1305	313	19	2	32	19		3	0.60
Pisztáciás - Fehércsokis - keksz / Pistachio-white choco cookie	105	2012	479	23	11	57	36		9	0.66
Pisztáciás Muffin / Pistachio Muffin	115	1958	468	25	3	51	28		9	0.76
Pisztáciás Fánk / Pistachio Donut	77	1497	359	22	9	34	19		5	0.74
Cseresznyés-Krémes Muffin / Cherry & creamy Muffin	145	1661	396	16	2	56	35		7	0.99
Duplacsokis Lávasüti / Lava cake double-chocolate	80	1430	342	16	9	46	28		4	0.72
Sós-karamellás Lávasüti / Lava cake salt-caramel	80	1315	314	10	5	51	32		5	1.00
Spenótos-Sajtós Empanada / Empanada with spinach & cheese	95	938	224	11	8	19	1		10	0.61
Marhahúsos Empanada / Empanada with Beef	95	903	216	10	5	20	1		11	0.70
Tejfölös fokhagymás mártogatós / Sour Cream - Garlic dip	40	504	121	11	4	3	2		1	0.32
Laktofermentált Ketchup / Fermented ketchup	40	176	42	0	0	9	8		1	0.01
Ube-Vaníliás Matcha kalács / Ube-Vanília Matcha loaf cake	100	1655	396	21	7	46	31		5	0.49
Áfonyás tekerecs/ Ube-Blueberry roll	120	1435	343	17	10	51	5		7	0.50
Ube-Áfonyás tekerecs/ Blueberry roll	120	1435	343	17	10	51	5		7	0.50
Epres Matcha torta/Strawberry Matcha Big Cake	143	2319	555	30	13	13	61		9	1.12
Cseresznyés Matchás Muffin/ Matcha Cherry Muffin	130	1978	472	22	4	63	38		5	0.55
Répás-diós Fahéjas tekerecs/ Carrot Walnut Cinnamon Roll	120	1934	462	19	10	61	24		8	0.52
Epres Fánk / Strawberry Donut	69	1167	279	14	8	34	17		3	0.67
Maracuja-Málna Raw cake / Passionfruit-Raspberry raw cake	65	1113	268	19	10	18	15		5	0.02
Banános-ricottás Muffin / Banana Ricotta Muffin	115	1706	408	21	5	48	24		7	0.71
Vaníliás-Áfonyás Kalács / Vanilla and Blueberry Loaf	100	1821	436	27	11	44	30		5	0.56
Mediterrán spenótos-fetás tekerecs / Spinach Feta Roll	120	1246	296	10	5	39	2		10	0.67