

SBX HU Ételkínálat tápérték információ / Food Nutrition - 2026.08.18.										
Product Name	Porció / Serving Size (g)	Energia / Energy (KJ)	Energia / Energy (Kcal)	Zsír / Fat (g)	Telített ZsírsvaSatu ated Fat (g)	Szénhidrát / Carbohydrates (g)	Cukor / Sugar (g)		Fehérje / Protein (g)	Só /Salt (g)
PÉKSÜTEMÉNYEK										
Sütemények / Pastries										
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
Tálcsás Sütemények / Traybakes										
Málnás Brownie / Raspberry Brownie (gluten free)	88	1287	308	16	4	36	28		4	0,16
Muffinok / Muffins										
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
Kekszek / Cookies/Biscuits										
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
Torták / Cakes										
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
Sweet Buns/Breads										
Fahéjas tekercs/ 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
SZENDVICSEK ÉS KÉSZÉTELEK										
Szendvicsek / Sandwiches										
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
BLT Bagel	128	1052	254	8	1	34	3		8,5	1,16
Tojásos baconös bagel / Egg&Bacon bagel	175	1822	440	21	7	33	3		20	2,12
Töltött Croissant / Filled Croissants										
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
Tortillák /Wraps										
Tojásfehérje omltettes 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
Saláta / Salads										
Szezonális gyümölcssaláta/ Seasonal fruit salad	240	421	101	0	0	24	20		2	0,00
Mártogatós / Savoury Snacks										
Zöldség szeletek Humusszal / Humus Dip with veggie sticks	210	1151	275	19	2	17	5		7	0,98
Joghurt / Yogurt										
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
Készételek / Ready made dishes										
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
ELŐRE CSOMAGOLT TERMÉKEK										
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 ZsírsvSatur ated Fat (g)	Szénhidrát / Carbohydrates (g)	Cukor / Sugar (g)		Fehérje / Protein (g)	Só /Salt (g)
ELŐRE CSOMAGOLT TERMÉKEK										
Narancsos-Kakaós szelet / Orange-Cocoa bar	50	911	218	11	2,5	22,5	20		4,5	0,015
Vaniliás-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
PROMÓCIÓ										
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 szezámmaggal / 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 / Salted Caramel BrownieTart	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-Sajtos 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-Vaniliás Matcha kalács / Ube-Vanília Matcha loaf cake	100	1655	396	21	7	46	31		5	0,49
Áfonyás tekercs/ Ube-Blueberry roll	120	1435	343	17	10	51	5		7	0,50
Ube-Áfonyás tekercs/ 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 tekercs/ 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
Vanilás-Áfonyás Kalács / Vanilla and Blueberry Loaf	100	1821	436	27	11	44	30		5	0,56
Mediterrán spenótos-fetás tekercs / Spinach Feta Roll	120	1246	296	10	5	39	2		10	0,67
Vissza a suliba fánk/ Back to school donut	56	1027	246	14	7	27	10		3	0,71
Halloween-I fánk/ Halloween donut	57	1030	247	14	7	27	11		3	0,67
Almával töltött fánk/ Apple filled donut	65	992	237	11	5	32	15		3	0,66
Sütőtökös kalács/ Pumpkin spice loaf cake	95	1679	401	21	7	47	23		5	0,61
Meggyes máktorta / Cherry and poppy cake	75	787	188	8	1	26	19		3	0,16
Sajtos pogácsa / Cheese pogacsa	80	1286	307	15	7	36	4		7	0,21
Sütőtökös sajttortta/ Pumkin spice cheesecake	100	1096	263	16	6	25	17		6	0,40