از راست شروع کن؛ انتخاب‌هایت را کنار هم بچین.

پروتئین + پایهٔ غذا + سبزیجات و دورچین

۱ پروتئین

نوع و مقدار دلخواهت را انتخاب کن

- ☐ جوجه ۱۰۰ گرم
- ☐ جوجه ۲۰۰ گرم
- ☐ جوجه ۳۰۰ گرم
- ☐ جوجه ۴۰۰ گرم
- ☐ جوجهٔ حلزونی ۴ عدد فیله
- ☐ فیلهٔ مرغ گریل
- ☐ برگر مرغ
- ☐ برگر گوشت
- ☐ برگر بوقلمون
- ☐ تخم‌مرغ

۲ پایهٔ غذا

برنج، نان، سیب‌زمینی یا ماکارونی

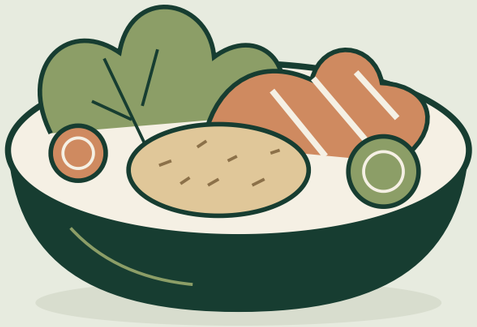
- ☐ برنج ۸ قاشق
- ☐ برنج ۱۰ قاشق
- ☐ برنج ۱۲ قاشق
- ☐ برنج، یک پرس کامل ۳۰۰ تا ۳۵۰ گرم
- ☐ سیب‌زمینی
- ☐ نان تست پروتئینی
- ☐ سالاد ماکارونی کوچک
- ☐ سالاد ماکارونی

اندازهٔ برنج را مطابق اشتهایت انتخاب کن.

۳ سبزیجات و دورچین

ترکیبت را کامل کن

- ☐ سالاد رژیمی
- ☐ زیتون
- ☐ ترشی



ترکیب تو، انتخاب تو.

سفارش دلخواهت را با ما در میان بگذار.