بوفهٔ ورزشی

ایرانیان

غذای سالم، انرژی واقعی، زندگی بهتر

منوی غذا

از یک وعدهٔ کامل تا یک انتخاب سبک

۰۱ غذاهای اصلی

چلو جوجه‌کباب	
چلو جوجه‌کباب حلزونی	
چلو کباب تابه‌ای	
ماکارونی	
خوراک جوجه‌کباب ۲۵۰ گرم	
خوراک کباب تابه‌ای ۲۰۰ گرم	
خوراک برگر مرغ ۲۰۰ گرم	
کباب چنجه ۲۰۰ گرم	
کتهٔ رژیمی	
خوراک جوجه ۱۰۰ گرم	
خوراک جوجه ۲۰۰ گرم	

۰۲ ساندویچ‌ها

ساندویچ فیلهٔ مرغ گریل ۲ عدد فیله، با سس مخصوص	
ساندویچ برگر ۲۰۰ گرم	
ساندویچ برگر مرغ ۲۰۰ گرم	
ساندویچ کرهٔ بادام‌زمینی و موز	

۰۳ بشقاب‌ها

بشقاب فیله ۳ عدد فیله، تخم‌مرغ و سیب‌زمینی	
بشقاب استیک مرغ نصف سینهٔ مرغ، همراه دورچین	

۰۴ سالادها

سالاد فصل	
سالاد سزار با مرغ گریل	
سالاد مرغ و سیب‌زمینی	
سالاد ماکارونی کوچک	
سالاد ماکارونی متوسط	
سالاد ماکارونی بزرگ	
سالاد ماکارونی خیلی بزرگ	

۰۵ پیش‌غذا و همراه غذا

ماست پروبیوتیک	
ترشی	
دورچین خیارشور، گوجه، لیمو، کاهو و زیتون	
سبزیجات بخارپز	
موز	
خرما	
سیب‌زمینی	
تخم‌مرغ	
فیلهٔ مرغ یک عدد	
عدسی	
لوبیا	

علی حبیبی
۰۹۰۲۲۳۲۷۶۳۸

سالار
۰۹۹۳۳۴۳۸۷۸۴

شمارهٔ کارت · علی حبیبی
۶۰۳۷ ۹۹۱۵ ۵۹۷۳ ۷۹۸۰

نوشیدنی و میان‌وعده

یک مکث خوش‌طعم، کنار تمرین

قهوه ۰۶

اسپرسو	
آمریکانو	
لاته	
آیس آمریکانو	
آیس لاته	

شیرموز و معجون ۰۷

شیرموز	
شیرموز با خرما	
شیرموز با کرهٔ بادام‌زمینی	
معجون شیر، موز، قهوه، خرما و کرهٔ بادام‌زمینی	

آب‌میوه‌های طبیعی ۰۸

آب هویج	
آب سیب	
آب انار	
آب پرتقال	
آب هندوانه	
آب طالبی	
آب کرفس	

نوشیدنی‌ها ۰۹

آب معدنی بزرگ	
آب معدنی کوچک	
پرومیلک کاله	
پروشیک کاله	
نوشیدنی انرژی‌زای بدون قند	
نوشابهٔ زیرو	
آب گازدار	

میان‌وعده‌ها ۱۰

پروتئین‌بار	
انرژی‌بار	
کوکی رژیمی	

وعدهٔ مخصوص خودت

پروتئین، پایهٔ غذا و دورچین را به سلیقهٔ خودت انتخاب کن.

انتخاب‌ها را در منوی «وعده‌ات را خودت بساز» ببین.