

Bisiklet Menüsü Bicycle Menu

Kahvaltı / Breakfast (584 kcal)

₺950

- Kaşar Peyniri / Kashar Cheese (20 g)
- Beyaz Peynir / Feta Cheese (20 g)
- Haşlanmış Yumurta / Boiled Egg (1 Adet / Piece)
- Sote Mevsim Sebze / Sautéed Seasonal Vegetables (80 g)
- Hindi Füme / Smoked Vegetables (80 g)
- Kızarmış Kepek Ekmeği / Toasted Wholemeal Bread (90 g)

Öğle Yemeği Menüsü / Lunch Menu (679 kcal)

₺2.200

- Tereyağlı Sütü Patates Püresi / Mashed Potatoes with Butter and Milk (90 g)
- Et Sote / Meat Sauté (210 g)
- Enginar Salatası / Artichoke Salad (100 g)
- Sote Mevsim Sebze / Sautéed Seasonal Vegetables (80 g)

Ara Öğün / Snack (540 kcal)

₺650

- Ballı, Probiyotik Yoğurtlu Meyve Salatası / Fruit Salad with Honey and Probiotic Yogurt (250 g)
- Muffin (120 g)

Akşam Yemeği Menüsü / Dinner Menu (1.049 kcal)

₺1.800

- Sebze Çorbası / Vegetable Soup (280 g)
- Mantarlı Tavuk Sote / Chicken Saute with Mushrooms (180 g)
- Yeşil Mercimekli Mevsim Salata / Seasonal Salad with Green Lentils (155 g)
- Şehriyeli Pirinç Pilavı / Rice Pilaf with Vermicelli (170 g)

İçecekler Beverage

Elma - Havuç Detoks / Detox Carrot - Apple (≈ 320 kcal)

₺350

- Elma / Apple (2 Adet / Piece)
- Havuç / Carrot (3 Adet / Piece)
- Salatalık / Cucumber (1 Adet / Piece)
- Limon / Lemon (1 Adet / Piece)
- Maydanoz / Parsley (1 / 5 Demet / Bunch)

Avokado Detoks / Detox Avocado (≈ 415 kcal)

₺400

- Avokado (Yarım / Half)
- Portakal (4 Adet / Piece)
- Salatalık / Cucumber (1 Adet / Piece)
- Maydanoz / Parsley (1 / 5 Demet / Bunch)
- Limon / Lemon (1 Adet / Piece)

Kivi / Kiwi Smoothie (≈ 380 kcal)

₺450

- Süt (300 cl)
- Kivi / Kiwi (1 Adet / Piece)
- Yoğurt / Yogurt (2 Çorba Kaşığı / Table Spoon)
- Kuru Kayısı / Dried Apricot (3 Adet / Piece)
- Bal / Honey (1 Çorba Kaşığı / Table Spoon)

Kavun / Melon Smoothie (≈ 320 kcal)

₺450

- Süt / Milk (200 cl)
- Kavun / Melon (Dilim / Slice)
- Yoğurt / Yogurt (2 Çorba Kaşığı / Table Spoon)
- Kuru Kayısı / Dried Apricot (3 Adet / Piece)
- Bal / Honey (1 Çorba Kaşığı / Table Spoon)

