

TO DO LIST

У хороших девочек СВОИ ВИТАМИНЫ

Что-то на ЗОЖном

1100 ₹

Кобб Салат (жареные креветки, авокадо, томаты, шпинат, отварное яйцо, медово-горчичная заправка, киноа)

Work-Life-balance

690 ₹

Скрэмбл на бриоши из трех яиц, спелые томаты, шпинат, страчателла, оливковое масло, семена льна, ветчина из индейки

Доступная роскошь

900 ₹

Безглютеновый киноа хлеб, авокадо, буррата, трюфельное масло

Шальной аппетит

1050 ₹

Гуакамоле, листья Ромейна, жареные креветки, томаты, орехи, подсушенный пшеничный крекер с прованскими травами

Cheat meal

550 ₹

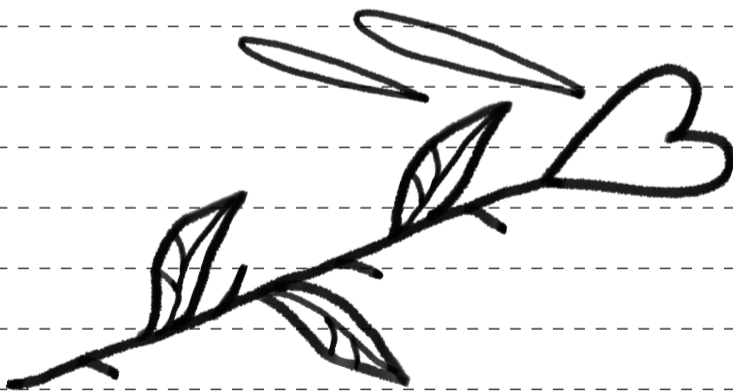
Печеный батат, трюфельная сметана, яйцо пашот, пармезан, орехи

Светский биохакер

790 ₹

Фиштекс, цельнозерновой тост, яйцо пашот, шпинат, авокадо, оливковое масло, сок лимона

Выбор Вадима Федотова



Узнай, какой тип
питания тебе подходит



notes

ПРЕДУПРЕДИТЕ ОФИЦИАНТА, ЕСЛИ У ВАС
ЕСТЬ АЛЛЕРГИЯ НА КАКОЙ-ТО ПРОДУКТ

В Завтраки

завтраки, ради которых стоит ждать выходные

TO DO LIST

ДОСТОЙНЫЙ РАЗМЕР

- Бифштекс, соус BBQ, авокадо, яичница, зелень, круассан на выбор, кофе или фреш 1550₽

Полезные утренние углеводы

- Рисовая на кокосовом молоке с тыквой и Шисо карамелью 390₽

- Овсяная на миндальном молоке с бананом, чиа и семенами льна 390₽

Суточная норма белка

- Яичница с ветчиной из индейки, томатами и шпинатом 590₽

- Омлет из трех яиц 390₽

- Мисо омлет с крабом 890₽

- Авокадо Бенедикт 980₽

- Омлет пуляр 390₽

Добавь

- Бекон / ветчина из индейки / томаты / сладкий перец / лук крымский 200₽

Как в Италии, только ближе

- Брускетта с авокадо и страчателлой 950₽

Когда не знаешь, что хочешь

- Вафли с крабом 790₽

- Вафли с ягодами 750₽

- Сырники из рикоты 590₽

notes

ПРЕДУПРЕДИТЕ ОФИЦИАНТА, ЕСЛИ У ВАС
ЕСТЬ АЛЛЕРГИЯ НА КАКОЙ-ТО ПРОДУКТ