



120 ₺

Hüptürük Çorba

Lif alımına ciddi katkı sağlayan bu besleyici mercimek çorbasını çocuğunuz bayıla bayıla hüpletecek.

Alerjenler: Süt ürünleri, kereviz ürünleri içerir.

Enerji: 38 kcal
Protein: 15,4 g
Yağ: 20,2 g
Karbonhidrat: 34 g
Lif: 7,3 g



300 ₺

Mantıklar

Çocukların vazgeçilmezi mantıyı rengarenk domateslerle süsleyerek yeni bir yorum getirdik.

Alerjenler: Gluten içeren tahıllar, yumurta ürünleri, süt ürünleri içerir.

Enerji: 290 kcal
Protein: 14,5 g
Yağ: 12,6 g
Karbonhidrat: 28,6 g
Lif: 2,1 g



200 ₺

Gökkuşáğı Kasesi

Her katında farklı renk meyveler bulunan bu sağlıklı granola kasesi, çocuğunuzun günlük kalsiyum ihtiyacına da katkı sağlar.

Alerjenler: Gluten içeren tahıllar, yumurta ürünleri, süt ürünleri, yer fıstığı ürünleri, soya ürünleri, sert kabuklu meyveler, susam tohumu ürünleri içerir.

Enerji: 256 kcal
Protein: 6,5 g
Yağ: 5,4 g
Karbonhidrat: 42,4 g
Lif: 5,5 g



350 ₺

Canım Tavuk Şinitzelim

Protein deposu bu lezzetli tarif çocuğunuzun günlük protein ihtiyacının ortalama %70'ini karşılıyor.

Alerjenler: Gluten içeren tahıllar, yumurta ürünleri içerir.

Enerji: 670 kcal
Protein: 38 g
Yağ: 30 g
Karbonhidrat: 359 g



380 ₺

Spagetti & Köfte Kulesi

Bu kuleyi tüketmek çok eğlenceli! Ayrıca zengin protein, B2 vitamini ve çinko kaynağı.

Alerjenler: Gluten içeren tahıllar, yumurta ürünleri, süt ürünleri, soya ürünleri içerir.

Enerji: 341,7 kcal
Protein: 26 g
Yağ: 13,8 g
Karbonhidrat: 25,3 g
Lif: 2,3 g



180 ₺

Pembeshake

Vişne, muz ve çilekli dondurma ile tatlandırđımız, şeker ilavesiz, katkı maddesiz bu içeceği çocuğunuz keyifle içsin!

Alerjenler: Gluten içeren tahıllar, süt ürünleri, hardal ürünleri, yer fıstığı ürünleri, soya ürünleri, kereviz ürünleri, sert kabuklu meyveler, susam tohumu, kükürt dioksit ve sülfidler ürünleri içerir.

Enerji: 207 kcal
Protein: 9,2 g
Yağ: 1,1 g
Karbonhidrat: 37,8 g
Lif: 3,4 g



380 ₺

Süper Hamburger

Hepimizin bayıldığı bu ev yapımı hamburgeri çocuklarınız da çok sevecek!

Alerjenler: Gluten içeren tahıllar, yumurta ürünleri, süt ürünleri, hardal ürünleri, yer fıstığı ürünleri, soya ürünleri, sert kabuklu meyveler, susam tohumu ürünleri, kükürt dioksit ve sülfidler içerir.

Enerji: 445 kcal
Protein: 20 g
Yağ: 13 g
Karbonhidrat: 60 g



270 ₺

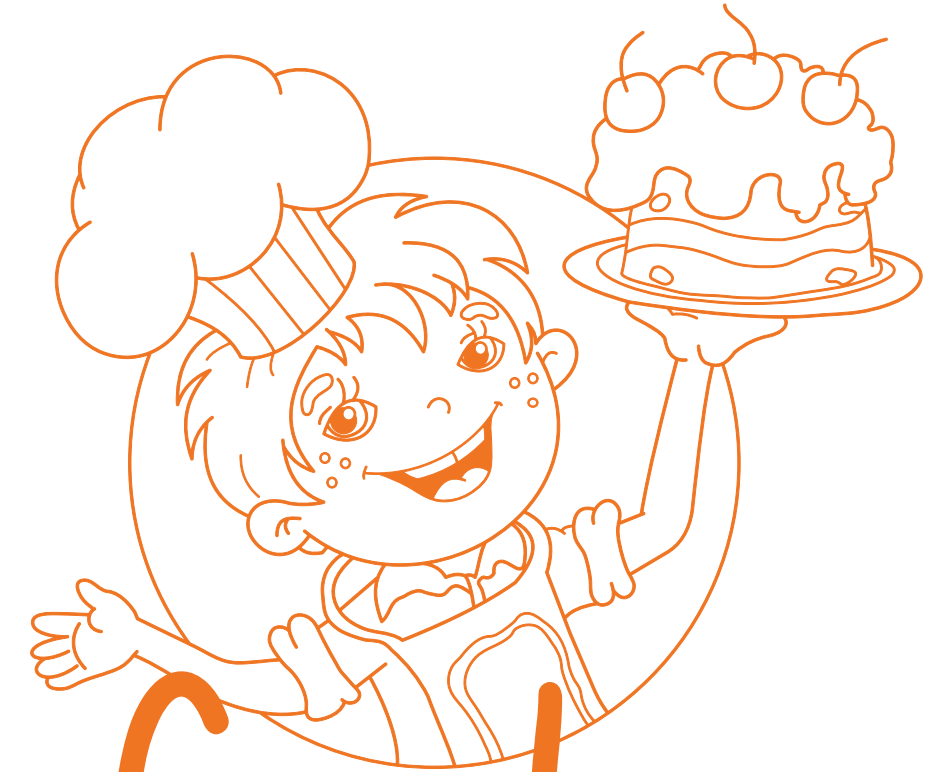
Ayıcık Pankek

Yapımında muz, yumurta ve tarçın kullanılan bu sevimli ayıcık, ister kahvaltıda ister gün içinde herhangi bir saatte afiyetle tüketilebilir.

Alerjenler: Yumurta ürünleri, süt ürünleri içerir.

Enerji: 260 kcal
Protein: 7,3 g
Yağ: 12,8 g
Karbonhidrat: 27,7 g
Lif: 3,6 g

ARTER
BISTRO
by divan



Çocuk Menüsü

Renkli  Diyet
Uzman Diyetisyen • İpek Ağaca Özger

Bu menü Uzman Diyetisyen İpek Ağaca Özger'in
katkıları ile hazırlanmıştır.

