

Tavuk Dünyası

BESİN DEĞERLERİ TABLOSU

	Standart Tabak (Ana Ürün + Pesto Soslu Makarna + Akdeniz Salata)		Ana Ürün 100 Gram için							
		Enerji Değeri (Kcal)	Enerji Değeri (Kcal)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Şeker (g)	Tuz (g)	Lif (g)	Protein (g)	Karbonhidrat (g)
TAVUKLAR	Alınazık Tavuk	654,4	125,6	4,8	1,7	0,6	1,4	1,0	13,2	2,3
	Bademli Çıtır Schnitzel	962,6	254,0	12,0	5,0	1,2	1,5	0,7	19,5	16,7
	Baharatlım	745,8	163,7	4,9	1,2	1,2	1,4	1,0	22,7	2,8
	Barbeküs	780,9	178,3	5,7	2,2	1,6	1,2	0,9	19,4	5,4
	Bi' Köri	763,6	171,1	6,4	1,2	0,8	1,3	0,4	21,3	3,2
	Bi' Margarita	755,3	167,6	5,2	1,3	1,0	1,1	0,7	23,2	3,0
	Cafe De Paris	828,8	198,3	7,8	2,3	1,0	1,3	0,7	22,1	3,4
	Chili Lokumu	791,2	182,6	4,7	1,0	3,9	1,3	0,9	22,9	5,5
	Efsane Buffalo	778,3	177,2	5,9	2,1	3,8	1,1	0,8	17,6	4,6
	Fül Fül	820,8	194,9	8,6	2,7	0,7	0,7	0,1	21,0	1,5
	Kekiklim	879,6	219,4	9,9	3,0	0,0	1,0	1,7	23,6	1,4
	Kendini Beğenmiş Tavuk	812,7	191,6	9,3	2,8	0,7	1,1	0,6	16,9	2,6
	Közlüce	757,6	168,6	6,5	1,5	0,0	1,3	1,5	21,9	1,5
	Kremantar	803,0	187,5	7,6	2,1	1,0	1,0	0,4	21,6	2,3
	Labiante	862,0	212,1	9,0	2,7	0,8	1,1	0,5	23,1	2,8
	Mucidinden Soslu Tavuk	868,4	214,8	8,7	1,7	0,6	1,3	0,7	27,0	2,6
	Peynirli	768,2	173,0	7,5	1,6	1,5	1,2	0,2	23,3	3,3
	Sriracha Soslu Tavuk	928,6	239,9	10,5	3,2	3,4	1,4	0,3	20,9	4,7
	Şefin Tavaşı	747,4	164,4	5,5	2,0	1,0	1,6	1,5	19,1	3,5
	Tavuk Teriyaki	825,8	197,0	10,2	2,1	0,5	0,0	1,8	23,4	1,9
	Trüflü Tavuk	859,4	211,0	7,7	1,1	0,3	1,4	1,6	22,8	11,9

ÇOCUK DÜNYASI	Çıtır Çıtır Tavuklumu	684,7	326,5	13,8	6,2	0,8	1,3	1,5	20,4	14,7
	Neşeli Tavuklumu	494,1	167,6	5,2	1,3	1,0	1,1	0,7	23,2	3,0
	Sevimli Köftem	682,3	324,4	15,4	9,0	0,9	1,2	0,9	12,1	12,7

IZGARA TAVUKLAR	Fül Fül Pirzola	708,1	192,0	8,4	1,5	0,9	1,2	0,9	21,8	2,7
	Izgara Pirzola	763,4	215,0	9,3	3,1	0,7	0,5	0,0	24,2	0,9
	Kekiklim Pirzola	822,2	239,5	11,6	4,3	0,9	0,5	0,0	21,7	1,4

KÖFTELER	Mangal Köfte	938,0	324,4	15,4	9,0	0,9	1,2	0,9	12,1	12,7
	Kendini Beğenmiş Köfte	1.103,5	427,9	20,5	10,9	2,1	2,4	2,0	14,1	19,0

Standart Tabak: Ana Ürün + Pesto Soslu Makarna + Akdeniz Salata

	1 Porsiyon için		100 Gram için							
		Enerji Değeri (Kcal)	Enerji Değeri (Kcal)	Yağ (g)	Doymuş Yağ (g)	Şeker (g)	Tuz (g)	Lif (g)	Protein (g)	Karbonhidrat (g)
TAVUKLAR	Alınazık Tavuk	301,4	125,6	4,8	1,7	0,6	1,4	1,0	13,2	2,3
	Bademli Çıtır Schnitzel	609,6	254,0	12,0	5,0	1,2	1,5	0,7	19,5	16,7
	Baharatlım	392,8	163,7	4,9	1,2	1,2	1,4	1,0	22,7	2,8
	Barbeküs	427,9	178,3	5,7	2,2	1,6	1,2	0,9	19,4	5,4
	Bi' Köri	410,7	171,1	6,4	1,2	0,8	1,3	0,4	21,3	3,2
	Bi' Margarita	402,3	167,6	5,2	1,3	1,0	1,1	0,7	23,2	3,0
	Cafe De Paris	475,8	198,3	7,8	2,3	1,0	1,3	0,7	22,1	3,4
	Chili Lokumu	438,3	182,6	4,7	1,0	3,9	1,3	0,9	22,9	5,5
	Efsane Buffalo	425,4	177,2	5,9	2,1	3,8	1,1	0,8	17,6	4,6
	Fül Fül	467,8	194,9	8,6	2,7	0,7	0,7	0,1	21,0	1,5
	Kekiklim	526,6	219,4	9,9	3,0	0,0	1,0	1,7	23,6	1,4
	Kendini Beğenmiş Tavuk	459,8	191,6	9,3	2,8	0,7	1,1	0,6	16,9	2,6
	Közlüce	404,6	168,6	6,5	1,5	0,0	1,3	1,5	21,9	1,5
	Kremantar	450,0	187,5	7,6	2,1	1,0	1,0	0,4	21,6	2,3
	Labiante	509,0	212,1	9,0	2,7	0,8	1,1	0,5	23,1	2,8
	Mucidinden Soslu Tavuk	515,4	214,8	8,7	1,7	0,6	1,3	0,7	27,0	2,6
	Peynirli	415,2	173,0	7,5	1,6	1,5	1,2	0,2	23,3	3,3
	Sriracha Soslu Tavuk	575,7	239,9	10,5	3,2	3,4	1,4	0,3	20,9	4,7
	Şefin Tavaşı	394,5	164,4	5,5	2,0	1,0	1,6	1,5	19,1	3,5
	Tavuk Teriyaki	472,8	197,0	10,2	2,1	0,5	0,0	1,8	23,4	1,9
	Trüflü Tavuk	506,4	211,0	7,7	1,1	0,3	1,4	1,6	22,8	11,9
YAN ÜRÜNLER	Akdeniz Salata	56,1	70,1	3,1	0,7	2,8	0,6	0,9	1,4	4,6
	Domates Soslu Makarna	294,6	133,9	2,2	0,9	0,0	0,8	1,8	4,4	21,1
	Klasik Patates	568,1	378,7	15,2	7,5	0,0	1,1	2,0	4,8	37,9
	Pesto Soslu Makarna	296,8	164,9	3,5	2,5	0,5	0,5	2,1	4,4	21,8
	Sebze	138,0	92,0	0,4	0,0	2,0	0,0	3,0	3,0	7,0

ÇOCUK DÜNYASI	Çıtır Çıtır Tavuklumu	391,8	326,5	13,8	6,2	0,8	1,3	1,5	20,4	14,7
	Neşeli Tavuklumu	201,2	167,6	5,2	1,3	1,0	1,1	0,7	23,2	3,0
	Sevimli Köftem	389,3	324,4	15,4	9,0	0,9	1,2	0,9	12,1	12,7
YAN ÜRÜNLER	Akdeniz Salata	45,6	70,1	3,1	0,7	2,8	0,6	0,9	1,4	4,6
	Domates Soslu Makarna	200,9	133,9	2,2	0,9	0,0	0,8	1,8	4,4	21,1
	Klasik Patates	378,7	378,7	15,2	7,5	0,0	1,1	2,0	4,8	37,9
	Pesto Soslu Makarna	247,4	164,9	3,5	2,5	0,5	0,5	2,1	4,4	21,8
	Sebze	155,0	155,0	8,2	1,1	0,0	0,0	1,9	1,4	2,7

IZGARA TAVUKLAR	Fül Fül Pirzola	460,7	192,0	8,4	1,5	0,9	1,2	0,9	21,8	2,7
	Izgara Pirzola	516,0	215,0	9,3	3,1	0,7	0,5	0,0	24,2	0,9
	Kekiklim Pirzola	574,8	239,5	11,6	4,3	0,9	0,5	0,0	21,7	1,4
YAN ÜRÜNLER	Akdeniz Salata	56,1	70,1	3,1	0,7	2,8	0,6	0,9	1,4	4,6
	Domates Soslu Makarna	200,9	133,9	2,2	0,9	0,0	0,8	1,8	4,4	21,1
	Klasik Patates	568,1	378,7	15,2	7,5	0,0	1,1	2,0	4,8	37,9
	Pesto Soslu Makarna	247,4	164,9	3,5	2,5	0,5	0,5	2,1	4,4	21,8
	Sebze	232,5	155,0	8,2	1,1	0,0	0,0	1,9	1,4	2,7

KÖFTELER	Mangal Köfte	519,1	324,4	15,4	9,0	0,9	1,2	0,9	12,1	12,7
	Kendini Beğenmiş Köfte	684,6	427,9	20,5	10,9	2,1	2,4	2,0	14,1	19,0
YAN ÜRÜNLER	Akdeniz Salata	56,1	70,1	3,1	0,7	2,8	0,6	0,9	1,4	4,6
	Domates Soslu Makarna	294,6	133,9	2,2	0,9	0,0	0,8	1,8	4,4	21,1
	Klasik Patates	568,1	378,7	15,2	7,5	0,0	1,1	2,0	4,8	37,9
	Pesto Soslu Makarna	362,8	164,9	3,5	2,5	0,5	0,5	2,1	4,4	21,8
	Sebze	232,5	155,0	8,2	1,1	0,0	0,0	1,9	1,4	2,7

SALATALAR	Çıtır Tavuklumu	485,7	129,5	4,7	2,0	0,0	0,6	1,3	10,0	6,7
	Humuslu Falafel Salata	804,1	187,0	10,9	2,6	0,7	1,5	4,2	5,7	14,5
	Izgara Heliimli Salata	304,6	89,6	1,9	0,5	0,3	0,2	0,4	0,8	1,4
	Sezarım Tavuklu Salata	427,3	137,9	5,3	1,0	0,0	0,5	0,7	13,0	7,0
	Şefin Salatası	423,9	113,0	5,4	1,6	0,0	0,8	1,3	8,9	3,1

BAŞLANGIÇLAR	Klasik Patates	Orta boy: 757,5 Büyük boy: 1.136,2	378,7	15,2	7,5	0,0	1,1	2,0	4,8	37,9
	Beş Baharatlı Patates	Orta boy: 565,6 Büyük boy: 848,5	282,8	9,8	4,8	2,4	0,8	2,3	3,2	31,2
	Bi Çıtır	613,3	383,3	13,6	10,9	0,5	1,9	1,2	19,4	20,4
	Cheddarlı Patates Topları	511,6	269,2	10,4	5,7	1,9	0,9	1,2	3,3	25,2
	Humus	202,3	119,0	9,4	1,4	0,0	1,3		8,0	0,6
	Falafel	314,4	262,0	15,3	2,3	1,9	1,4	6,1	8,3	19,8
	Beğendi	175,9	103,5	5,1	1,9	1,3	1,2	1,1	2,0	6,3
	Alınazık	92,5	54,4	3,8	1,2	0,0	1,2	0,0	2,3	0,0
	Çıtır Tavuk Küpleri	391,8	326,5	13,8	6,2	0,8	1,3	1,5	20,4	14,7
	Peynir Çubukları	584,1	449,3	20,5	11,4	4,3	1,4	1,9	13,5	21,9
	Churros Patates	795,6	442,0	30,3	14,2	1,2	1,4	2,8	3,1	37,7
	Karışık Başlangıç Tabacı	1216,36	321,0	12,7	6,6	2,5	0,9	1,7	6,8	26,6

ÇORBALAR	Mercimek Çorbası	Az çorba: 118,7 Tam çorba: 197,8	79,12	0,61	0,15	0,56	0,47	1,26	5,69	11,19
	Domates Çorbası	Az çorba: 62,7 Tam Çorba: 104,4	41,77	1,78	0,33	0,73	0,73	0,47	1,00	3,73
	Tavuk Suyu Çorbası	Az çorba: 77,1 Tam Çorba: 128,5	51,39	1,06	0,45	0,00	0,82	0,00	8,85	0,60

TATILAR	Fındıklı Fırın Sütlaç	711,5	284,6	3,4	1,8	23,5	0,2	0,0	3,2	32,8
	Çikolatalı Sufle	544,0	604,4	23,4	11,8	23,9	0,1	0,0	6,3	41,7
	Tiramisu	972,6	748,1	13,0	8,4	33,4	1,3	1,1	3,7	36,0

YAN ÜRÜNLER	Ekmek	202,0	202,0	9,0	9,0	4,0	0,0	2,0	4,0	4,0
	Kepekli Ekmek	188,0	188,0	9,0	9,0	4,0	0,0	2,0	4,0	4,0
	Alabama Sos	57,9	193,0	10,9	4,8	16,6	1,3	3,1	1,3	21,0

İÇECEKLER	Limonata	136,5	39,0	0	0	0	0	0	0	0
	Çilekli Limonata	196,2	56,0	0	0	0	0	0	0	0
	Karadutlu Limonata	287,2	82,0	0	0	0	0	0	0	0
	Karadut Suyu	577,5	165,0	0	0	0	0	0	0	0
	Portakal Suyu	191,4	54,0	0	0	0	0	0	0	0