

DETOX TILL NIGHT

- Ξεκουράστε το πεπτικό σας σύστημα και επιτρέψτε στον οργανισμό σας να αποβάλλει τις τοξίνες
- Μειώστε την κατανάλωση καφέ, ζάχαρης και επεξεργασμένων τροφίμων
- Ανεβάστε την ενέργεια σας
- Θρέψτε σωστά και ενυδατώστε τον οργανισμό σας



DAY 2

BREAKFAST

Healthy Bar χειροποίητη μπάρα δημητριακών

SNACK BREAK

Glow green 500ml

σέλινο, κόλιανδρος, αγγούρι, τζίντζερ, λεμόνι, ανανάς, μαρούλι romaine, σπανάκι

LUNCH

Big Apple 500ml

τζίντζερ, πράσινο μήλο, λεμόνι

SNACK BREAK

Cocoa Bliss 250ml

κάσιους, κανέλα, χουρμάδες, νερό, ροζ αλάτι, ωμό κακάο, βανίλια, maca

SNACK BREAK

Πράσινη σαλάτα με φρέσκο δυόσμο, τοματίνια και καρότο

DINNER

Φακές (bio) και μαυρομάτικα με καραμελωμένο κρεμμύδι, καρότο, σέλερι, τοματίνια και baby ρόκα

DAY 1

BREAKFAST

Φρουτοσαλάτα εποχής με χυμό εσπεριδοειδών, θυμαρίσιο μέλι, ζύσμα lime, δυόσμο και flakes αμύγδαλου

SNACK BREAK

Alkaline Green 500ml

Αγγούρι, αχλάδι, μαρούλι romaine, kale, σέλερι, σπανάκι, λεμόνι, μαϊντανός

LUNCH

Beet Boost 500ml

παντζάρι, σέλινο, καρότο, τζίντζερ, πορτοκάλι, κόκκινο μήλο, κουρκουμάς

SNACK BREAK

Almond Date 250ml

χουρμάδες, νερό, ωμά αμύγδαλα, βανίλια

SNACK BREAK

Καρδιές αγκινάρας, κολοκυθάκια, πιπεριές Φλωρίνης και ελιές Καλαμών με sauce γιαουρτιού

DINNER

Πράσινη σαλάτα με baby ρόκα, καραμελωμένο μανούρι, αχλάδι, κουκουνάρι, δυόσμο και dressing παλαιωμένου ξυδιού με ξερά σύκα Κύμης



DAY 3

BREAKFAST

Γιαούρτι καρύδας με σπιτική granola και φρούτα εποχής

SNACK BREAK

Sweet Green 500ml

αγγούρι, πράσινο μήλο, lime, ανανάς

LUNCH

Τοματοσαλάτα με κατίκι Δομοκού, κάπαρη, αγγούρι, πιπεριές, ρίγανη, χαρουπόμελο, καβουρδισμένο φαγόπυρο, δυόσμο και extra παρθένο ελαιόλαδο

SNACK BREAK

Clarity Green 500ml

αγγούρι, πράσινο μήλο, kale, λεμόνι, μέντα, κόκκινο μήλο, μαρούλι romaine, κολοκύθι

SNACK BREAK

Matcha Almond Latte 250ml

λάδι καρύδας, χουρμάδες, τζίντζερ, αγνό μέλι της Ικαρίας, τσάι matcha, ωμα αμύγδαλα, βανίλια

DINNER

Μαριναρισμένα φασολάκια με γλυκοπατάτα, τομάτα, κρέμα ταχίνι και ψητό χαλούμι

DAY 5

BREAKFAST

Healthy Bar χειροποίητη μπάρα δημητριακών

SNACK BREAK

Citrus Blast 500ml

γκρέιπφρουτ, μέλι, λεμόνι, πορτοκάλι, μήλο, θυμάρι

LUNCH

Glow green 500ml

σέλινο, κόλιανδρος, αγγούρι, τζίντζερ, λεμόνι, ανανάς, μαρούλι romaine, σπανάκι

SNACK BREAK

Cocoa Bliss 250ml

κάσιους, κανέλα, χουρμάδες, νερό, ροζ αλάτι, ωμό κακάο, βανίλια, masa

SNACK BREAK

Spicy hummus γλυκοπατάτας με κανέλα, κολοκυθόσπορο και αραβικά πιτάκια

DINNER

Quinoa (bio) με αβοκάντο, καλαμπόκι, αιγοπρόβεια φέτα, ψητά καρότα και κρέμα ταχίνι

DAY 4

BREAKFAST

Φρουτοσαλάτα εποχής με χυμό εσπεριδοειδών, θυμαρίσιο μέλι, ζύσμα lime, δυόσμο και flakes αμύγδαλου

SNACK BREAK

Revive 500ml

βασιλικός, μέντα, ανανάς, σπανάκι

LUNCH

Beet Boost 500ml

παντζάρι, σέλινο, καρότο, τζίντζερ, πορτοκάλι, κόκκινο μήλο, κουρκουμάς

SNACK BREAK

Pine lime 250ml

ανανάς, lime, τζίντζερ, μήλο

SNACK BREAK

Πράσινη σαλάτα

με φρέσκο δυόσμο, τοματίνια και καρότο

DINNER

Πράσινη σαλάτα με φρέσκο κοτόπουλο, κόλιανδρο, αβοκάντο, ραπανάκι, κολοκυθόσπορο, μυρωδικά, σουσάμι και vinaigrette σησαμελαίου



5 DAYS MENU: 160€ από 178€

Απαιτείται προπαραγγελία τουλάχιστον 48 ωρών