



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

04.11.2024 Понедельник / Monday

Выход г / мл		Цена руб.
ЗАВТРАК BREAKFAST		
40	Яйцо отварное / Boiled egg Яйцо куриное отварное Белки 7.8, Жиры 7.2, Углеводы 0.4	45-00
60	Сосиски отварные / Boiled sausages Сосиска говяжья-свиная Белки 9.2, Жиры 1.5, Углеводы 12	90-00
150/30	Запеканка творожная / Cottage cheese casserole Творог,молоко,яйцо куриное,манная крупа,соль,сахар,масло растительное Белки 22.4, Жиры 14.5, Углеводы 21.4	150-00
90	Сырник / Cottage cheese pancake Творог,яйцо куриное.манная крупа,соль,сахар Белки 14.6, Жиры 3.8, Углеводы 51	80-00
40	Яичница глазунья / Fried egg Яйцо куриное,масло растительное Белки 12.7, Жиры 11.5, Углеводы 0.7	45-00
300	Каша молочная в ассортименте / Milk porridge in assortment Молоко,вода,пшено,рис,сахар,соль,масло сливочное Белки 10.5, Жиры 18, Углеводы 54	95-00
80/30	Блинчик с творогом / Pancake with cottage cheese Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко, творог,соль,сахар Белки 8.4, Жиры 5.2, Углеводы 20.9	80-00
80	Блинчик с ветчиной и сыром / Pancake with ham and cheese Яйцо куриное,мука,молоко,ветчина,сыр,соль,сахар Белки 8.2, Жиры 12.1, Углеводы 15.4	80-00
80	Блинчик с мясом / Pancake with meat Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко.говядина,свинина,лук,сол.,сахар Белки 8.2, Жиры 14.3, Углеводы 25	80-00

Выход г / мл		Цена руб.
180	Тост с глазуньей беконом и овощами / Toast with fried egg bacon and vegetables Хлеб тостовый, бекон с\к, яйцо куриное,огурцы, помидоры свежие,салат Айсберг Белки 20, Жиры 21.4, Углеводы 29.5	220-00
300	Каша на воде с сухофруктами / Water porridge with dried fruits Вода,овсяные хлопья,соль,сахар.курага,изюм Белки 7.5, Жиры 5.6, Углеводы 51	80-00

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

120	Салат витаминный / Vitamin salad Капуста б/к,морковь,яблоко,масло р.. Белки 2, Жиры 5, Углеводы 12	
250	Суп фасолевый с картофелем / Bean soup with potatoes Картофель,фасоль,лук,морковь Белки 4.5, Жиры 5.8, Углеводы 16	
100/30	Тефтели из мяса цыплят соус сметанно томатный / Meatballs in sauce Филе мяса цыплят,яйца,специи, соус сметанно-сливочный Белки 22, Жиры 9, Углеводы 2.1	
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречневая крупа отварная, р.масло,соль Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
200	Лимонады в ассортименте / Assorted lemonades Фрукты сезонные, лимон,апельсин, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
15	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб в ассортименте Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

120	Салат витаминный / Vitamin salad Капуста б/к,морковь,яблоко,масло р.. Белки 2, Жиры 5, Углеводы 12	
250	Суп фасолевый с картофелем / Bean soup with potatoes Картофель,фасоль,лук,морковь Белки 4.5, Жиры 5.8, Углеводы 16	

Выход г / мл		Цена руб.
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречневая крупа отварная, р.масло, соль Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные, р. масло, Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	
150	Капуста тушеная с овощами / Cabbage stewed with vegetables Капуста б/к, морковь, лук, перец болгарский, специи Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	
150/30	Люля кебаб из цыпленка / Chicken lula kebab Филе цыпленка, лук, томатный соус, специи, р.масло Белки 8.3, Жиры 8, Углеводы 19	
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice Рис отварной, р. масло, морковь, лук Белки 3.3, Жиры 3.6, Углеводы 37	
200	Лимонады в ассортименте / Assorted lemonades Фрукты сезонные, лимон, апельсин, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
150	Перловка с овощами / Barley with vegetables Перловая каша, лук, морковь, р. масло Белки 7.5, Жиры 12, Углеводы 37	
15	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб в ассортименте Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

150	Салат цезарь с цыпленком / Caesar salad with chicken Салатный лист Айсберг, маринованный запеченный цыпленок, соус Цезарь. сухарики. Белки 32, Жиры 8, Углеводы 12	270-00
120	Салат из дайкона с огурцом и перцем / Daikon salad with cucumber and pepper Дайкон, перец болг., св.огурец, морковь, р.масло Белки 6.7, Жиры 7.6, Углеводы 6.8	90-00
120	Салат греческий / Greek salad Салатный лист Айсберг, китайский салат, св.огурец, болг. перец, оливки, маслины, сыр фетта, заправка, Белки 5, Жиры 13, Углеводы 5.2	150-00
120	Рулетки из ветчины с грибами и сыром / Ham rolls with mushrooms and cheese Ветчина из индейки, сыр, шампиньоны, зелень, майонез Белки 9.3, Жиры 11.3, Углеводы 35.7	160-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Сельдь по русски с гарниром / Russian style herring with garnish Сельдь с/с ,лук,свекла,картофель,морковь, р.масло Белки 20.6, Жиры 19.6, Углеводы 6	160-00
120	Салат лакомка с цыпленком / Salad lakomka with chicken Филе цыпленка,пекинская капуста,сельдерей,яблоко,майонез Белки 11.19, Жиры 9, Углеводы 5.3	95-00
120	Салат овощной / Spring salad Свежий огурец, св.помидоры, болгар.перец, пекинская капуста, р.масло Белки 2, Жиры 5.4, Углеводы 6.7	95-00
120	Салат витаминный / Vitamin salad Капуста б/к,морковь,яблоко,масло р.. Белки 2, Жиры 5, Углеводы 12	80-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Суп фасолевый с картофелем / Bean soup with potatoes Картофель,фасоль,лук,морковь Белки 4.5, Жиры 5.8, Углеводы 16	110-00
250	Бульон из филе цыпленка с яйцом / Chicken fillet broth with egg Бульон из филе цыпленка,яйцо.зелень Белки 10, Жиры 12, Углеводы 15	110-00
250	Щи из свежей капусты с курицей / Fresh cabbage soup with chicken Св.капуста, морковь,лук,картофель,филе цыплят,зелень Белки 14, Жиры 10, Углеводы 15.8	110-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

75/50	Гуляш из говядины / Beef goulash Говядина, соус томатный,лук,морковь. Белки 18, Жиры 6.8, Углеводы 4.7	280-00
120	Филе цыпленка отварное / Boiled chicken fillet Филе цыпленка, бульон куриный, специи Белки 18.9, Жиры 6, Углеводы 12	240-00
120	Филе цыпленка запеченное с помидором и сыром / Chicken fillet baked with tomato and cheese Филе цыпленка,сыр,помидор Белки 18, Жиры 14, Углеводы 8.6	240-00
100	Филе цыпленка в сырном соусе / Chicken fillet in cheese sauce Филе цыпленка, сыр,сливки,лук,специи Белки 24, Жиры 4.5, Углеводы 1	240-00
150	Печень говяжья жареная с луком / Fried beef liver with onions Печень говяжья,лук,р.масло Белки 28, Жиры 34, Углеводы 0.6	220-00

Выход г / мл		Цена руб.
100/30	Тефтели из мяса цыплят соус сметанно томатный / Meatballs in sauce Филе мяса цыплят,яйца,специи, соус сметанно-сливочный Белки 22, Жиры 9, Углеводы 2.1	190-00
75/50	Филе цыпленка по пекински / Peking chicken fillet Цыпленок,ананас,морковь,соус Терияки,болг перец,специи Белки 21, Жиры 6.9, Углеводы 5.7	220-00
120	Филе горбуши запеченное по гречески / Pink salmon fillet baked greek style Филе горбуши, сыр,оливки,маслины,сол.огурец Белки 18, Жиры 18, Углеводы 4.5	270-00
125	Свинина карбонара / Pork carbonara Свинина, бекон,помидоры,сыр,майонез Белки 22.9, Жиры 18, Углеводы 9.5	260-00
100	Биточек из филе индейки на пару / Steamed turkey fillet Филе индейки,яйцо,хлеб, бульон Белки 23, Жиры 2.5, Углеводы 1	190-00

ГАРНИРЫ

SIDE DISH

150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель, специи, р.масло Белки 8.2, Жиры 11, Углеводы 44.5	90-00
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречневая крупа отварная, р.масло,соль Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	80-00
150	Кус кус отварной / Boiled couscous Кус кус отварной,р.масло Белки 5.8, Жиры 5.8, Углеводы 36	140-00
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные, р. масло, Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	80-00
150	Капуста тушеная с овощами / Cabbage stewed with vegetables Капуста б/к, морковь,лук,перец болгарский,специи Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	95-00
150/30	Люля кебаб из цыпленка / Chicken lula kebab Филе цыпленка,лук,томатный соус,специи,р.масло Белки 8.3, Жиры 8, Углеводы 19	350-00
150	Овощи микс на пару / Mixed vegetables steamed Брокколи,цветная капуста,морковь, р.масло Белки 4.4, Жиры 14.6, Углеводы 23.6	140-00
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice Рис отварной, р. масло,морковь,лук Белки 3.3, Жиры 3.6, Углеводы 37	80-00

ДЕССЕРТ
DESSERT

100	Чизкейки пирожные выпечка / Cheesecakes cakes pastries Чизкейк Три Шоколада, Чизкейк классический,булочки,пирожки в ассортименте Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	230-00
100	Кондитерские изделия в ассортименте / Confectionery products in assortment Брауни , Наполен Медовик Маковый пирог Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	80-00

НАПИТКИ
DRINK

200	Напитки в ассортименте / Assorted drinks Вода бутилированная, ягоды вишни,сухофрукты,черная смородина в ассортименте, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
200	Лимонады в ассортименте / Assorted lemonades Фрукты сезонные, лимон,апельсин, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
300	Кофе зерновой / Coffee beans Кофе в ассортименте Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 0	150-00
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	55-00
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	45-00

ДРУГОЕ
OTHER

40	Аджика / Adjika Томаты,болгарский перец,лук,кинза,специи,соль,сахар Белки 0, Жиры 0, Углеводы 5	30-00
150	Перловка с овощами / Barley with vegetables Перловая каша,лук,морковь,р масло Белки 7.5, Жиры 12, Углеводы 37	90-00
15	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб в ассортименте Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	4-00
100	Пицца домашняя в ассортименте / Homemade pizza in assortment Пицца с беконом,с цыпленком,с колбасой пепперони Белки 10.4, Жиры 12.8, Углеводы 21.2	85-00

Выход г / мл		Цена руб.
40	Хрен / Horseradish Корень хрена тертый, соль, сахар Белки 1.2, Жиры 0.2, Углеводы 4	30-00
40	Кетчуп / Ketchup Томатная паста, соль, сахар Белки 0.5, Жиры 0, Углеводы 2.5	30-00
40	Горчица / Mustard Горчичный порошок, масло растительное, соль, сахар Белки 4, Жиры 2.2, Углеводы 5	30-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

05.11.2024 Вторник / Tuesday

Выход г / мл		Цена руб.
ЗАВТРАК BREAKFAST		
40	Яйцо отварное / Boiled egg Яйцо куриное отварное Белки 7.8, Жиры 7.2, Углеводы 0.4	45-00
60	Сосиски отварные / Boiled sausages Сосиска говяжья-свиная Белки 9.2, Жиры 1.5, Углеводы 12	90-00
150/30	Запеканка творожная / Cottage cheese casserole Творог,молоко,яйцо куриное,манная крупа,соль,сахар,масло растительное Белки 22.4, Жиры 14.5, Углеводы 21.4	150-00
90	Сырник / Cottage cheese pancake Творог,яйцо куриное.манная крупа,соль,сахар Белки 14.6, Жиры 3.8, Углеводы 51	80-00
40	Яичница глазунья / Fried egg Яйцо куриное,масло растительное Белки 12.7, Жиры 11.5, Углеводы 0.7	45-00
300	Каша молочная в ассортименте / Milk porridge in assortment Молоко,вода,пшено,рис,сахар,соль,масло сливочное Белки 10.5, Жиры 18, Углеводы 54	95-00
80/30	Блинчик с творогом / Pancake with cottage cheese Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко, творог,соль,сахар Белки 8.4, Жиры 5.2, Углеводы 20.9	80-00
80	Блинчик с ветчиной и сыром / Pancake with ham and cheese Яйцо куриное,мука,молоко,ветчина,сыр,соль,сахар Белки 8.2, Жиры 12.1, Углеводы 15.4	80-00
80	Блинчик с мясом / Pancake with meat Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко.говядина,свинина,лук,сол.,сахар Белки 8.2, Жиры 14.3, Углеводы 25	80-00

Выход г / мл		Цена руб.
180	Тост с глазуньей беконом и овощами / Toast with fried egg bacon and vegetables Хлеб тостовый, бекон с\к, яйцо куриное,огурцы, помидоры свежие,салат Айсберг Белки 20, Жиры 21.4, Углеводы 29.5	220-00
300	Каша на воде с сухофруктами / Water porridge with dried fruits Вода,овсяные хлопья,соль,сахар.курага,изюм Белки 7.5, Жиры 5.6, Углеводы 51	80-00

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

120	Салат из моркови с курагой / Carrot salad with dried apricots Морковь,курага,р.масло,зелень Белки 0.5, Жиры 3, Углеводы 4.8
250	Суп лапша с картофелем и овощами / Vegetable soup Лапша,картофель,лук,морковь,шампиньоны,специи,зелень,р масло Белки 9.5, Жиры 8.5, Углеводы 14.5
100/30	Котлета из мяса цыплят соус овощной / Chicken meatball Мясо цыплят,лук,хлеб,яйцо,соус овощной ,специи Белки 19, Жиры 5б, Углеводы 2
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice Рис отварной, р. масло Белки 3.3, Жиры 3.6, Углеводы 37
200	Лимонады в ассортименте / Assorted lemonades Фрукты сезонные, лимон,апельсин, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6
15	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб в ассортименте Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

120	Салат из моркови с курагой / Carrot salad with dried apricots Морковь,курага,р.масло,зелень Белки 0.5, Жиры 3, Углеводы 4.8
250	Суп лапша с картофелем и овощами / Vegetable soup Лапша,картофель,лук,морковь,шампиньоны,специи,зелень,р масло Белки 9.5, Жиры 8.5, Углеводы 14.5

Выход г / мл		Цена руб.
150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель,лук,р.масло Белки 5, Жиры 6, Углеводы 22	
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречневая крупа отварная, р.масло,соль Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные, р. масло, Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	
150	Капуста тушеная с овощами / Cabbage stewed with vegetables Капуста б/к, морковь,лук,перец болгарский,специи Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice Рис отварной, р. масло Белки 3.3, Жиры 3.6, Углеводы 37	
200	Лимонады в ассортименте / Assorted lemonades Фрукты сезонные, лимон,апельсин, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
15	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб в ассортименте Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

150	Салат цезарь с цыпленком / Caesar salad with chicken Салатный лист айсберг, цыпленок,томаты,сыр пармезан,соус Цезарь, сухарики Белки 32, Жиры 8, Углеводы 12	270-00
120	Салат из моркови с курагой / Carrot salad with dried apricots Морковь,курага,р.масло,зелень Белки 0.5, Жиры 3, Углеводы 4.8	80-00
99	Салат греческий / Greek salad Салат айсберг, помидоры,огурцы,оливки,фетта, р масло Белки 5, Жиры 13, Углеводы 5.2	150-00
120	Салат крабовый с пекинской капустой / Mimosa salad with pink salmon Крабовые палочки,пекинская капуста,кукуруза к/с,св.огурец, м-нез Белки 12.5, Жиры 16.6, Углеводы 7.1	95-00
120	Шарики рафаэло из крабовых палочек / Rafaelo crab stick balls Крабовое мясо,яйцо, сыр,майонезная заправка, кокосовая стружка Белки 15, Жиры 9.7, Углеводы 9	160-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Салат овощной / Vegetable salad Помидоры, св.огурец, пекинская капуста, зелень, перец болгарский, растительное масло Белки 6.4, Жиры 15.5, Углеводы 8.9	95-00
120	Салат винегрет / Vinaigrette salad Свекла, морковь, лук, картофель, сол.огурец, зел.горошек, кв.капуста, растительное масло Белки 2.1, Жиры 5.1, Углеводы 4.4	80-00
120	Рулетики из кабачков с сыром и орехами / Zucchini rolls with cheese and nuts Кабачки, сыр, орехи, майонез Белки 6.2, Жиры 15.5, Углеводы 5.4	160-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Рассольник ленинградский / Borscht with meat Перловка, сол.огурцы, лук, морковь, томат, растительное масло Белки 16.8, Жиры 11.5, Углеводы 24.2	110-00
250	Суп пюре из брокколи / Puree vegetable soup Брокколи, цветная капуста, картофель, растительное масло, специи Белки 10.6, Жиры 12.8, Углеводы 15.2	110-00
250	Суп лапша с картофелем и овощами / Vegetable soup Лапша, картофель, лук, морковь, шампиньоны, специи, зелень, растительное масло Белки 9.5, Жиры 8.5, Углеводы 14.5	110-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100/20	Филе цыпленка припущенное на пару с овощами Филе цыпленка, морковь, лук, специи, бульон куриный Белки 14, Жиры 64, Углеводы 15	240-00
100/30	Бифштекс мясной с яйцом / Baked pork Говядина, Свинина, яйцо, лук, специи, растительное масло Белки 14.5, Жиры 28.6, Углеводы 0	240-00
75/50	Говядина тушеная в сливочно-грибном соусе / Boiled beef Говядина, сливки, шампиньоны, лук, специи, бульон говяжий Белки 25.8, Жиры 16.8, Углеводы 0	280-00
75/50	Филе цыпленка в кисло-сладком соусе / Chicken fillet in sweet and sour sauce Филе цыпленка, специи, растительное масло, соус кисло-сладкий, лук, перец болгарский Белки 14.5, Жиры 19.8, Углеводы 2.1	220-00
100/20	Филе цыпленка соус терияки / Chicken fillet teriyaki sauce Филе цыпленка, специи, растительное масло, соус Терияки Белки 15, Жиры 7, Углеводы 6.5	240-00
100/30	Котлета из мяса цыплят соус овощной / Chicken meatball Мясо цыплят, лук, хлеб, яйцо, соус овощной, специи Белки 19, Жиры 56, Углеводы 2	170-00

Выход г / мл		Цена руб.
150/30	Шашлык из мяса цыплят с луком маринованным / Chicken skewers with pickled onions Филе цыпленка, специи, лук, р. масло Белки 42, Жиры 24, Углеводы 2.5	320-00
120	Свинина запеченная с овощами / Pork baked with vegetables Свинина, сыр, томаты, специи, Белки 18, Жиры 12, Углеводы 9.5	260-00
150	Корейка свиная на кости с помидором / Pork loin on the bone with tomato Свинина, томаты, специи, Белки 18.7, Жиры 9, Углеводы 8.5	350-00
120	Филе трески на пару с овощами / Steamed cod fillet with vegetables Филе трески, морковь, лук, специи Белки 22, Жиры 16, Углеводы 2.5	270-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель, лук, р. масло Белки 5, Жиры 6, Углеводы 22	140-00
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречневая крупа отварная, р. масло, соль Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	80-00
150	Овощи микс на пару / Boiled couscous Брокколи, цв. капуста, морковь Белки 5.8, Жиры 5.8, Углеводы 36	140-00
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные, р. масло, Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	80-00
150	Капуста тушеная с овощами / Cabbage stewed with vegetables Капуста б/к, морковь, лук, перец болгарский, специи Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	95-00
150	Картофельное пюре / Stewed potatoes Картофель, молоко, масло сливочное Белки 5.6, Жиры 2, Углеводы 22	120-00
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice Рис отварной, р. масло Белки 3.3, Жиры 3.6, Углеводы 37	80-00

ДЕССЕРТ DESSERT

100	Чизкейки пирожные выпечка / Cheesecakes cakes pastries Чизкейк Три Шоколада, Чизкейк классический, булочки, пирожки в ассортименте Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 55.3	230-00
-----	---	--------

Выход г / мл		Цена руб.
100	Кондитерские изделия в ассортименте / Confectionery products in assortment Брауни , Наполнен Медовик Маковый пирог Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 56	150-00

НАПИТКИ DRINK

200	Лимонады в ассортименте / Assorted lemonades Фрукты сезонные, лимон,апельсин, сахар Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
300	Кофе зерновой / Coffee beans Кофе в ассортименте Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 0	150-00
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	55-00
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	45-00

ДРУГОЕ OTHER

15	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб в ассортименте Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	4-00
100	Пицца домашняя в ассортименте / Homemade pizza in assortment Пицца с беконом,с цыпленком,с колбасой пепперони Белки 10.4, Жиры 12.8, Углеводы 21.2	85-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

06.11.2024 Среда / Wednesday

Выход г / мл		Цена руб.
ЗАВТРАК BREAKFAST		
40	Яйцо отварное / Boiled egg Яйцо куриное отварное Белки 7.8, Жиры 7.2, Углеводы 0.4	45-00
60	Сосиски отварные / Boiled sausages Сосиска говяжья-свиная Белки 9.2, Жиры 1.5, Углеводы 12	90-00
150/30	Запеканка творожная / Cottage cheese casserole Творог,молоко,яйцо куриное,манная крупа,соль,сахар,масло растительное Белки 22.4, Жиры 14.5, Углеводы 21.4	150-00
90	Сырник / Cottage cheese pancake Творог,яйцо куриное.манная крупа,соль,сахар Белки 14.6, Жиры 3.8, Углеводы 51	80-00
40	Яичница глазунья / Fried egg Яйцо куриное,масло растительное Белки 12.7, Жиры 11.5, Углеводы 0.7	50-00
300	Каша молочная в ассортименте / Milk porridge in assortment Молоко,вода,пшено,рис,сахар,соль,масло сливочное Белки 10.5, Жиры 18, Углеводы 54	95-00
80/30	Блинчик с творогом / Pancake with cottage cheese Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко, творог,соль,сахар Белки 8.4, Жиры 5.2, Углеводы 20.9	80-00
80	Блинчик с ветчиной и сыром / Pancake with ham and cheese Яйцо куриное,мука,молоко,ветчина,сыр,соль,сахар Белки 8.2, Жиры 12.1, Углеводы 15.4	80-00
80	Блинчик с мясом / Pancake with meat Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко.говядина,свинина,лук,сол.,сахар Белки 8.2, Жиры 14.3, Углеводы 25	80-00

Выход г / мл		Цена руб.
180	Тост с глазуньей беконом и овощами / Toast with fried egg bacon and vegetables Хлеб тостовый, бекон с\к, яйцо куриное,огурцы, помидоры свежие,салат Айсберг Белки 20, Жиры 21.4, Углеводы 29.5	220-00
300	Каша на воде с сухофруктами / Water porridge with dried fruits Вода,овсяные хлопья,соль,сахар.курага,изюм Белки 7.5, Жиры 5.6, Углеводы 51	80-00

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

120	Салат из свеклы с изюмом и луком / Beetroot salad with raisins and onions Свекла,изюм,лук жареный ,р.масло Белки 3.6, Жиры 8.2, Углеводы 9.3	
250	Суп пюре из овощей / Vegetable puree soup Капуста цветная,брокколи,картофель,капуста Белки 3, Жиры 1, Углеводы 21	
100/30	Ежики куриные в томатно сливочном соусе / Chicken hedgehogs in tomato cream sauce Филе цыпленка,рис,яйцо,томат,сливки,специи,р. масло Белки 30, Жиры 14.8, Углеводы 0.7	
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
200	Лимонад в ассортименте компот / Assorted lemonade compote Апельсины,лимоны,сахар,вода бут Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
20	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб белый/черный бородинский Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

120	Салат из свеклы с изюмом и луком / Beetroot salad with raisins and onions Свекла,изюм,лук жареный ,р.масло Белки 3.6, Жиры 8.2, Углеводы 9.3	
250	Суп пюре из овощей / Vegetable puree soup Капуста цветная,брокколи,картофель,капуста Белки 3, Жиры 1, Углеводы 21	

Выход г / мл		Цена руб.
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные, р.масло Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло, овощи сезонные Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39	
150	Капуста тушеная с овощами / Stewed cabbage Капуста б/к ,томат.лук,морковь.болг.перец,р.масло, зелень Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	
200	Лимонад в ассортименте компот / Assorted lemonade compote Апельсины,лимоны,сахар,вода бут Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
20	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб белый/черный бородинский Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат из свеклы с изюмом и луком / Beetroot salad with raisins and onions Свекла,изюм,лук жареный ,р.масло Белки 3.6, Жиры 8.2, Углеводы 9.3	80-00
150	Салат цезарь с цыпленком / Caesar salad with chicken Салат айсберг, куриное филе мар,сыр пармезан,соус цезарь,сухарики, черри Белки 32, Жиры 8, Углеводы 12	250-00
120	Рулетики из баклажан с морковью и сыром / Eggplant rolls with carrots and cheese Баклажаны,морковь,р. масло, сыр Белки 6.1, Жиры 14.9, Углеводы 5.4	160-00
120	Салат греческий / Greek salad Салатный лист, св.огурец.помидоры.оливки,маслины,сыр фета,р.масло,лук Белки 5, Жиры 13, Углеводы 5.2	140-00
120	Рулетики из лаваша с ветчиной и сыром / Lavash rolls with ham and cheese Ветчина из индейки,лаваш., сыр, майонез,зелень Белки 11, Жиры 5.5, Углеводы 12	160-00
120	Салат неаполь с ветчиной / Napoli salad with ham Капуста пекинская,ветчина,кукуруза к/с.помидоры,майонез Белки 2, Жиры 7.5, Углеводы 7	95-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Салат овощной / Vegetable salad Помидоры,огурцы,пекинка,лук,р.масло.болг.перец Белки 6.1, Жиры 15, Углеводы 8.9	90-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Бульон из филе цыпленка с яйцом / Chicken fillet broth with egg Бульн куриный,яйцо,специи,зелень Белки 6.8, Жиры 7.9, Углеводы 15.3	110-00
250	Щи зеленые с яйцом и мясом / Green cabbage soup with egg and meat Шпинат,яйцо,картофель,лук,морковь,р.масло,филе цыпленка Белки 9.3, Жиры 3.6, Углеводы 27	110-00
250	Суп пюре из овощей / Vegetable puree soup Капуста цветная,брокколи,картофель,капуста Белки 3, Жиры 1, Углеводы 21	110-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

250	Буритто с цыпленком и овощами / Chicken and vegetable burrito Тортилья пшеничная,филе цыпленка,фасоль,пекинка,помидоры,сыр Белки 14.5, Жиры 28.6, Углеводы 0	340-00
120	Филе цыпленка запеченное в сырной корочке / Chicken fillet baked in a cheese crust Филе цыпленка,сыр,р.масло,специи Белки 18, Жиры 14, Углеводы 8.6	240-00
100/30	Ежики куриные в томатно сливочном соусе / Chicken hedgehogs in tomato cream sauce Филе цыпленка,рис,яйцо,томат,сливки,специи,р.масло Белки 30, Жиры 14.8, Углеводы 0.7	190-00
75/50	Печень цыпленка по грузински / Chicken liver in georgian style Печень цыпленка,лук.перец болг.,томаты,морковь,специи Белки 18, Жиры 14, Углеводы 1.6	210-00
75/50	Поджарка из цыпленка с овощами / Fried chicken with vegetables Филе курицы,морковь,болг.перец,лук,томат,специи Белки 7.1, Жиры 14.8, Углеводы 3.2	220-00
150	Овощи микс на пару / Mixed vegetables steamed Брокколи,цв.капуста,морковь или струч.фасоль,р.масло Белки 5.2, Жиры 2, Углеводы 25.2	140-00
120	Филе горбуши запеченное с помидором и сыром / Pink salmon fillet baked with tomato and cheese Филе горбуши,сыр,томаты, Белки 25, Жиры 10, Углеводы 0.6	270-00

Выход г / мл		Цена руб.
125	Свинина запеченная с грибами и сыром / Pork baked with mushrooms and cheese Свинина,лук,шампиньоны,сыр,м-нез,специи Белки 18, Жиры 8, Углеводы 6.1	260-00
100/20	Филе цыпленка на пару с овощами / Steamed chicken fillet with vegetables Филе цыпленка,морковь,лук,бульон куриный,специи Белки 16, Жиры 12, Углеводы 0.6	240-00
120	Шницель из филе индейки / Turkey fillet schnitzel Филе индейки,яйцо,мука,сахари Белки 14.4, Жиры 16.5, Углеводы 6.7	260-00
200	Овощи по аджарски / Vegetable cutlets Баклажаны,кабачки,морковь,лук,болг перец,р масло Белки 4, Жиры 8, Углеводы 22	270-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель, специи,р.масло Белки 8, Жиры 11, Углеводы 45	90-00
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	80-00
150	Макароньы отварные / Boiled pasta Макароньы отварные,р.масло Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	80-00
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло, овощи сезонные Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39	90-00
150	Капуста тушеная с овощами / Stewed cabbage Капуста б/к ,томат.лук,морковь.болг.перец,р.масло, зелень Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	95-00

ДЕССЕРТ DESSERT

1	Чизкейки в ассортименте / Cheesecakes assorted Крем чиз, песочное тесто, наполнители: манго,шоколад,лесные ягоды, карамель-яблоко,малина Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	230-00
100	Чизкейки пирожные выпечка / Cheesecakes cakes pastries Чизкейк Три Шоколада, Чизкейк классический,булочки,пирожки в ассортименте Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	230-00
100	Кондитерские изделия в ассортименте / Confectionery products in assortment Брауни , Наполен Медовик Маковый пирог Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	80-00

НАПИТКИ
DRINK

200	Лимонад в ассортименте компот / Assorted lemonade compote Апельсины,лимоны,сахар,вода бут Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	55-00
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	45-00

ДРУГОЕ
OTHER

40	Аджика / Adjika Томаты,болгарский перец,лук,кинза,специи,соль,сахар Белки 0, Жиры 0, Углеводы 5	30-00
20	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб белый/черный бородинский Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	4-00
40	Хрен / Horseradish Корень хрена тертый,соль,сахар Белки 1.2, Жиры 0.2, Углеводы 4	30-00
40	Кетчуп / Ketchup Томатная паста,соль,сахар Белки 0.5, Жиры 0, Углеводы 2.5	30-00
40	Горчица / Mustard Горчичный порошок,масло растительное,соль,сахар Белки 4, Жиры 2.2, Углеводы 5	30-00
1	Пицца в ассортименте / Pizza in assortment Дрожжевое тесто,наполнители:цыпленок/папперони/бекон, сыр, соус томатный,соус терияки Белки 11, Жиры 13, Углеводы 22	85-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

07.11.2024 Четверг / Thursday

Выход г / мл		Цена руб.
ЗАВТРАК BREAKFAST		
40	Яйцо отварное / Boiled egg Яйцо куриное отварное Белки 7.8, Жиры 7.2, Углеводы 0.4	45-00
60	Сосиски отварные / Boiled sausages Сосиска говяжья-свиная Белки 9.2, Жиры 1.5, Углеводы 12	90-00
150/30	Запеканка творожная / Cottage cheese casserole Творог,молоко,яйцо куриное,манная крупа,соль,сахар,масло растительное Белки 22.4, Жиры 14.5, Углеводы 21.4	150-00
90	Сырник / Cottage cheese pancake Творог,яйцо куриное.манная крупа,соль,сахар Белки 14.6, Жиры 3.8, Углеводы 51	80-00
40	Яичница глазунья / Fried egg Яйцо куриное,масло растительное Белки 12.7, Жиры 11.5, Углеводы 0.7	45-00
300	Каша молочная в ассортименте / Milk porridge in assortment Молоко,вода,пшено,рис,сахар,соль,масло сливочное Белки 10.5, Жиры 18, Углеводы 54	95-00
80/30	Блинчик с творогом / Pancake with cottage cheese Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко, творог,соль,сахар Белки 8.4, Жиры 5.2, Углеводы 20.9	80-00
80	Блинчик с ветчиной и сыром / Pancake with ham and cheese Яйцо куриное,мука,молоко,ветчина,сыр,соль,сахар Белки 8.2, Жиры 12.1, Углеводы 15.4	80-00
80	Блинчик с мясом / Pancake with meat Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко.говядина,свинина,лук,сол.,сахар Белки 8.2, Жиры 14.3, Углеводы 25	80-00

Выход г / мл		Цена руб.
180	Тост с глазуньей беконом и овощами / Toast with fried egg bacon and vegetables Хлеб тостовый, бекон с\к, яйцо куриное,огурцы, помидоры свежие,салат Айсберг Белки 20, Жиры 21.4, Углеводы 29.5	220-00
300	Каша на воде с сухофруктами / Water porridge with dried fruits Вода,овсяные хлопья,соль,сахар.курага,изюм Белки 7.5, Жиры 5.6, Углеводы 51	80-00

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

120	Салат весенний / Spring salad Картофель,сол.огурец.морковь.зел.горошек,р.масло Белки 4.1, Жиры 5.8, Углеводы 18.6	
250	Борщ московский с мясным набором / Moscow borscht with meat set Свекла,картофель,капуста б\к,морковь,томаты,говядина,курица,свинина,специи,зелень Белки 22, Жиры 6.2, Углеводы 12.1	
100/30	Котлета московская в соусе / Moscow cutlet in sauce Говядина,свинина, хлеб,лук,яйца,специи, соус сметанный Белки 18.4, Жиры 22.8, Углеводы 5.5	
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
200	Лимонад в ассортименте компот / Assorted lemonade compote Апельсины,лимоны,сахар,вода бут Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
20	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб белый/черный бородинский Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

120	Салат весенний / Spring salad Картофель,сол.огурец.морковь.зел.горошек,р.масло Белки 4.1, Жиры 5.8, Углеводы 18.6	
250	Борщ московский с мясным набором / Moscow borscht with meat set Свекла,картофель,капуста б\к,морковь,томаты,говядина,курица,свинина,специи,зелень Белки 22, Жиры 6.2, Углеводы 12.1	

Выход г / мл		Цена руб.
150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель, специи,р.масло Белки 8, Жиры 11, Углеводы 45	
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные,р.масло Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло, овощи сезонные Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39	
150	Капуста тушеная с овощами / Stewed cabbage Капуста б/к ,томат,лук,морковь.болг.перец,р.масло, зелень Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	
200	Лимонад в ассортименте компот / Assorted lemonade compote Апельсины,лимоны,сахар,вода бут Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
20	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб белый/черный бородинский Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат из свежих овощей / A fresh vegetable salad Салатный лист,огурец св,помидоры,,специи,салатная заправка. Белки 2.1, Жиры 5.4, Углеводы 6.7	90-00
150	Салат цезарь с мясом цыпленка / Caesar salad with chicken Айсберг, мясо цыпленка маринованное и запеченное,черри,пармезан,соус Цезарь,сухарики Белки 32, Жиры 8, Углеводы 12	270-00
120	Рулетики из баклажан с морковью и сыром / Eggplant rolls with carrots and cheese Баклажаны,морковь,сыр,майонез Белки 19.6, Жиры 22, Углеводы 18.6	160-00
120	Салат дальневосточный / Far eastern salad Морская капуста,морковь по корейски,болг.перец,р.масло Белки 9.2, Жиры 14.7, Углеводы 8.3	95-00
120	Салат греческий / Greek salad Салатный лист,томаты,,огурцы,болг.перец,оливки,маслины,фета,р.масло Белки 5, Жиры 13, Углеводы 5.2	150-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Салат весенний / Spring salad Картофель, сол.огурец, морковь, зел.горошек, р.масло Белки 4.1, Жиры 5.8, Углеводы 18.6	80-00
120	Помидоры фаршированные сыром и ветчиной Помидоры, сыр, ветчина, майонез Белки 15, Жиры 12, Углеводы 25	160-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Суп пюре сырный / Cheese puree soup Сыр плавленный, картофель, морковь, сливки, молоко, специи Белки 6.5, Жиры 5.5, Углеводы 11	110-00
250	Борщ московский с мясным набором / Moscow borscht with meat set Свекла, картофель, капуста б\к, морковь, томаты, говядина, курица, свинина, специи, зелень Белки 22, Жиры 6.2, Углеводы 12.1	110-00
250	Уха ростовская / Ukha rostov Филе горбуши, пикши, бульон рыбный, картофель, лук, морковь, специи Белки 12.5, Жиры 9.1, Углеводы 6.3	110-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

75/50	Азу из говядины / Beef azu Говядина, томат, сол.огурец, лук, морковь, специи, Белки 15.8, Жиры 16.9, Углеводы 6.7	280-00
150	Котлета по киевски из филе цыпленка / Chicken kiev cutlet Корейка на кости, специи, р.масло Белки 22.9, Жиры 26, Углеводы 4.6	280-00
100/20	Филе цыпленка на гриле в апельсиновом соусе / Chicken fillet baked in teriyaki sauce Филе цыпленка, соус апельсиновый Белки 23, Жиры 6.7, Углеводы 3	240-00
120	Филе горбуши запеченное с грибами / Haddock fillet fried in egg Филе горбуши, шампиньоны, сыр, майонез Белки 18.8, Жиры 10.3, Углеводы 8.3	270-00
100/30	Котлета московская в соусе / Moscow cutlet in sauce Говядина, свинина, хлеб, лук, яйца, специи, соус сметанный Белки 18.4, Жиры 22.8, Углеводы 5.5	170-00
150/30	Шашлык из свиной шеи / Pork neck shashlik Шея свиная, лук, специи, овощной томатный соус Белки 23, Жиры 14.1, Углеводы 5.8	350-00
120	Свинина запеченная по французски / Pork tenderloin baked with mushrooms Вырезка свиная, шампиньоны, лук, сыр, м-нез Белки 22.3, Жиры 24, Углеводы 7.5	260-00

Выход г / мл		Цена руб.
100/30	Филе цыпленка на пару с овощами / Steamed chicken fillet with vegetables Филе цыпленка,лук,морковь,бульон куриный Белки 23.7, Жиры 2, Углеводы 1	240-00
150	Котлеты овощные жареные / Vegetable cutlets Капуста или морковь, манка, р.масло Белки 8, Жиры 12, Углеводы 37	105-00
300	Вок пшеничная лапша с овощами / Wok wheat noodles with vegetables Лапша пшеничная,морковь.болг.перец,лук.специи,р.масло,соевый соус Белки 11, Жиры 9.7, Углеводы 35.3	320-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель, специи,р.масло Белки 8, Жиры 11, Углеводы 45	90-00
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	80-00
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные,р.масло Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	80-00
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло, овощи сезонные Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39	90-00
150	Кус кус с овощами / Couscous with vegetables Картофель,зелень.р.масло Белки 2.5, Жиры 9.4, Углеводы 22	90-00
150	Овощи микс на пару / Mixed vegetables steamed Брокколи,цветная капуста,морковь Белки 2, Жиры 0.6, Углеводы 32	140-00
150	Капуста тушеная с овощами / Stewed cabbage Капуста б/к ,томат.лук,морковь.болг.перец,р.масло, зелень Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	95-00

ДЕССЕРТ DESSERT

1	Чизкейки в ассортименте / Cheesecakes assorted Крем чиз, песочное тесто, наполнители: манго,шоколад,лесные ягоды, карамель-яблоко,малина Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	230-00
100	Чизкейки пирожные выпечка / Cheesecakes cakes pastries Чизкейк Три Шоколада, Чизкейк классический,булочки,пирожки в ассортименте Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	230-00
100	Кондитерские изделия в ассортименте / Confectionery products in assortment Брауни, Наполен Медовик Маковый пирог Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	80-00

НАПИТКИ
DRINK

200	Лимонад в ассортименте компот / Assorted lemonade compote Апельсины,лимоны,сахар,вода бут Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	55-00
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	45-00

ДРУГОЕ
OTHER

40	Аджика / Adjika Томаты,болгарский перец,лук,кинза,специи,соль,сахар Белки 0, Жиры 0, Углеводы 5	30-00
20	Хлеб черный белый / Black and white bread Хлеб белый/черный бородинский Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	4-00
40	Хрен / Horseradish Корень хрена тертый,соль,сахар Белки 1.2, Жиры 0.2, Углеводы 4	30-00
40	Кетчуп / Ketchup Томатная паста,соль,сахар Белки 0.5, Жиры 0, Углеводы 2.5	30-00
40	Горчица / Mustard Горчичный порошок,масло растительное,соль,сахар Белки 4, Жиры 2.2, Углеводы 5	30-00
1	Пицца в ассортименте / Pizza in assortment Дрожжевое тесто,наполнители:цыпленок/папперони/бекон, сыр, соус томатный,соус терияки Белки 11, Жиры 13, Углеводы 22	85-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

08.11.2024 Пятница / Friday

Выход г / мл		Цена руб.
	ЗАВТРАК BREAKFAST	
60	Сосиски отварные / Boiled sausages Сосиска говяжья-свиная Белки 9.2, Жиры 1.5, Углеводы 12	90-00
150/30	Запеканка творожная / Cottage cheese casserole Творог,молоко,яйцо куриное,манная крупа,соль,сахар,масло растительное Белки 22.4, Жиры 14.5, Углеводы 21.4	150-00
90	Сырник / Cottage cheese pancake Творог,яйцо куриное.манная крупа,соль,сахар Белки 14.6, Жиры 3.8, Углеводы 51	80-00
40	Яичница глазунья / Fried egg Яйцо куриное,масло растительное Белки 12.7, Жиры 11.5, Углеводы 0.7	45-00
300	Каша молочная в ассортименте / Milk porridge in assortment Молоко,вода,пшено,рис,сахар,соль,масло сливочное Белки 10.5, Жиры 18, Углеводы 54	95-00
80/30	Блинчик с творогом / Pancake with cottage cheese Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко, творог,соль,сахар Белки 8.4, Жиры 5.2, Углеводы 20.9	80-00
80	Блинчик с ветчиной и сыром / Pancake with ham and cheese Яйцо куриное,мука,молоко,ветчина,сыр,соль,сахар Белки 8.2, Жиры 12.1, Углеводы 15.4	80-00
80	Блинчик с мясом / Pancake with meat Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко.говядина,свинина,лук,сол.,сахар Белки 8.2, Жиры 14.3, Углеводы 25	80-00
300	Каша на воде с сухофруктами / Water porridge with dried fruits Вода,овсяные хлопья,соль,сахар.курага,изюм Белки 7.5, Жиры 5.6, Углеводы 51	80-00

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД
SET LUNCH

- 120 **Салат коул слоу / Cole slaw salad**
Капуста б/к.,морковь,зелень ,майонез
Белки 2.4, Жиры 6.5, Углеводы 11
- 250 **Суп гороховый с картофелем / Pea soup with potatoes**
Горох,картофель,лук,морковь,специи
Белки 9, Жиры 8.5, Углеводы 14.5
- 100/30 **Кнели из филе цыпленка с соусом / Chicken fillet dumplings with sauce**
Филе цыпленка,лук,яйцо,соус овощной
Белки 16.8, Жиры 19.5, Углеводы 9
- 150 **Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables**
Рис, р.масло, овощи сезонные
Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39
- 200 **Детокс с мятой / Detox with mint**
Вода бутилированная, лимон,апельсин,яблоко, мята
Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2
- 200 **Лимонады компоты / Lemonades in assortment**
Лимоны,сахар,вода бутилированная, ягоды
Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18
- 1 **Чай в ассортименте / Tea in assortment**
Чай в ассортименте
Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6
- 20 **Хлеб белый черный / White black borodino bread**
Черный бородинский или белый
Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД
VEGETARIAN SET LUNCH

230

- 120 **Салат коул слоу / Cole slaw salad**
Капуста б/к.,морковь,зелень ,майонез
Белки 2.4, Жиры 6.5, Углеводы 11
- 250 **Суп гороховый с картофелем / Pea soup with potatoes**
Горох,картофель,лук,морковь,специи
Белки 9, Жиры 8.5, Углеводы 14.5
- 150 **Котлеты овощные жареные / Vegetable cutlets**
Капуста или морковь, манка, р.масло
Белки 8, Жиры 12, Углеводы 37
- 150 **Гречка отварная / Boiled buckwheat**
Гречка отварная, р.масло
Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25
- 150 **Макароны отварные / Boiled pasta**
Макароны отварные,р.масло
Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5

Выход г / мл		Цена руб.
150	Картофель тушеный с зеленью / Boiled potatoes with herbs Картофель, морковь, лук, зелень, р.масло Белки 2.5, Жиры 9.4, Углеводы 22	
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло, овощи сезонные Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39	
150	Капуста тушеная с овощами / Stewed cabbage Капуста б/к, томат, лук, морковь, болгарский перец, р.масло, зелень Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	
200	Лимонады компоты / Lemonades in assortment Лимоны, сахар, вода бутилированная, ягоды Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
20	Хлеб белый черный / White black borodino bread Черный бородинский или белый Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Рулетики из лаваша с ветчиной и сыром / Boiled egg Лаваш, ветчина из индейки, сыр, майонез Белки 7.8, Жиры 7.2, Углеводы 0.4	160-00
150	Салат цезарь с цыпленком / Caesar salad with chicken Салатный лист айсберг, цыпленок, томаты, сыр пармезан, соус Цезарь, сухарики Белки 32, Жиры 8, Углеводы 12	270-00
120	Салат коул слоу / Cole slaw salad Капуста б/к, морковь, зелень, майонез Белки 2.4, Жиры 6.5, Углеводы 11	80-00
99	Салат греческий / Greek salad Салат айсберг, помидоры, огурцы, оливки, фетта, р.масло Белки 5.5, Жиры 13, Углеводы 5.2	150-00
120	Салат неаполь / Naples salad Капуста Пекинская, помидоры, ветчина из индейки, кукуруза, майонез Белки 8.3, Жиры 11, Углеводы 4.8	95-00
120	Салат из редиса с огурцом и яйцом / Radish salad with cucumber and egg Редис, св. огурец, яйцо, р.масло Белки 6, Жиры 5.2, Углеводы 12	90-00
120	Сельдь по русски с гарниром / Russian style herring with garnish Сельдь с\с, р.масло, морковь, картофель, свекла, зелень Белки 11, Жиры 10, Углеводы 15	160-00
120	Салат оливье / Salad olivier Картофель, ветчина, яйцо, лук, зел.горошек, м-нез Белки 6.6, Жиры 15.1, Углеводы 8.9	95-00

Выход г / мл		Цена руб.
ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE		
250	Бульон из филе цыпленка с яйцом / Chicken fillet broth with egg Бульон из мяса цыплят, яйцо, зелень Белки 7, Жиры 6, Углеводы 11.6	110-00
250	Суп гороховый с картофелем / Pea soup with potatoes Горох, картофель, лук, морковь, специи Белки 9, Жиры 8.5, Углеводы 14.5	110-00
250	Солянка сборная мясная / Solyanka meat Говядина, сосиски, курица, оливки, маслины, сол.огурцы, лук, специи, томат Белки 9.2, Жиры 14.2, Углеводы 29	150-00
ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE		
75/50	Говядина тушеная с фасолью и овощами / Beef stew with beans and vegetables Говядина, фасоль, лук, морковь, болгарский перец, растительное масло, специи Белки 13.5, Жиры 12.8, Углеводы 9.5	280-00
250	Соус болоньезе / Bolognese sauce Спагетти, томаты, свинина, говядина, овощи, соус томатный Белки 14, Жиры 8.6, Углеводы 17.8	250-00
150/30	Люля кебаб из цыпленка с соусом / Chicken lula kebab with sauce Филе цыпленка, специи, лук, соус овощной томатный Белки 18, Жиры 16, Углеводы 5	350-00
100	Биточек из филе индейки на пару / Chicken cutlet in sour cream and tomato sauce Филе индейки, хлеб, лук, бульон индейки Белки 12.5, Жиры 16, Углеводы 11.6	190-00
120	Филе цыпленка запеченное по боярски / Chicken fillet baked boyar style Филе цыпленка, сыр, майонез Белки 23, Жиры 6.7, Углеводы 3	240-00
100/30	Кнели из филе цыпленка с соусом / Chicken fillet dumplings with sauce Филе цыпленка, лук, яйцо, соус овощной Белки 16.8, Жиры 19.5, Углеводы 9	190-00
120	Филе цыпленка в сливочно-грибном соусе / Chicken fillet in creamy mushroom sauce Филе цыпленка, шампиньоны, сливочный соус, специи Белки 14, Жиры 12.9, Углеводы 8.5	240-00
75/50	Печень цыпленка обжаренная с луком и овощами / Chicken liver fried with onions and vegetables Печень куриная, лук, морковь, болгарский перец, растительное масло Белки 25, Жиры 5.2, Углеводы 6.5	260-00
120	Филе трески жареное в сухарях / Cod fillet fried in breadcrumbs Треска, сухари пшеничные, растительное масло Белки 12, Жиры 15, Углеводы 4	270-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Эскалоп запеченный сыром и помидором / Escalope baked with cheese and tomato Свиная шея, помидоры, р.масло, зелень Белки 13.5, Жиры 16.5, Углеводы 13.5	280-00
150	Котлеты овощные жареные / Vegetable cutlets Капуста или морковь, манка, р.масло Белки 8, Жиры 12, Углеводы 37	105-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель, специи, р.масло Белки 8, Жиры 11, Углеводы 45	90-00
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная, р.масло Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 25	80-00
150	Макароньы отварные / Boiled pasta Макароньы отварные, р.масло Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	80-00
150	Картофель тушеный с зеленью / Boiled potatoes with herbs Картофель, морковь, лук, зелень, р.масло Белки 2.5, Жиры 9.4, Углеводы 22	90-00
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло, овощи сезонные Белки 3, Жиры 4, Углеводы 39	90-00
150	Овощи микс на пару / Mixed vegetables steamed Брокколи, цв.капуста, морковь, Белки 4.4, Жиры 2, Углеводы 3	140-00
150	Капуста тушеная с овощами / Stewed cabbage Капуста б/к, томат, лук, морковь, болгар.перец, р.масло, зелень Белки 4, Жиры 3.5, Углеводы 11	95-00

ДЕССЕРТ DESSERT

1	Чизкейки пирожные выпечка / Cheesecakes cakes pastries Чизкейки в ассортименте, Медовик, Наполеон, Круассаны, Пирожки, Хачапури Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	230-00
1	Кондитерские изделия в ассортименте / Confectionery Печенье Матча, Веганские кексы Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 17.9	80-00
100	Зож вега печенье кукисы кексы / Healthy lifestyle vega cookies cookies cupcakes Веганские кексы с морковью, орехами, цукатами Белки 7, Жиры 6, Углеводы 15.6	120-00

НАПИТКИ
DRINK

300	Кофе зерновой / Coffee beans drinks assorted Кофе зерновой из кофемашины ручная работа Белки 0.4, Жиры 1, Углеводы 0.4	180-00
200	Детокс с мятой / Detox with mint Вода бутилированная, лимон, апельсин, яблоко, мята Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 2	55-00
200	Лимонады компоты / Lemonades in assortment Лимоны, сахар, вода бутилированная, ягоды Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	45-00

ДРУГОЕ
OTHER

1	Пицца в ассортименте / Pizza in assortment Пицца в ассортименте Белки 10.4, Жиры 12.8, Углеводы 21.2	85-00
20	Хлеб белый черный / White black borodino bread Черный бородинский или белый Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	4-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

09.11.2024 Суббота / Saturday

Выход г / мл		Цена руб.
	ЗАВТРАК BREAKFAST	
60	Сосиски отварные / Boiled sausages Сосиска говяжья-свиная Белки 9.2, Жиры 1.5, Углеводы 12	90-00
120/30	Запеканка творожная / Cottage cheese casserole Творог,молоко,яйцо куриное,манная крупа,соль,сахар,масло растительное Белки 22.4, Жиры 14.5, Углеводы 21.4	150-00
90	Сырник / Cottage cheese pancake Творог,яйцо куриное.манная крупа,соль,сахар Белки 14.6, Жиры 3.8, Углеводы 51	80-00
40	Яичница глазунья / Fried egg Яйцо куриное,масло растительное Белки 12.7, Жиры 11.5, Углеводы 0.7	45-00
300	Каша молочная в ассортименте / Milk porridge in assortment Молоко,вода,пшено,рис,сахар,соль,масло сливочное Белки 10.5, Жиры 18, Углеводы 54	95-00
80/30	Блинчик с творогом / Pancake with cottage cheese Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко, творог,соль,сахар Белки 8.4, Жиры 5.2, Углеводы 20.9	80-00
80	Блинчик с ветчиной и сыром / Pancake with ham and cheese Яйцо куриное,мука,молоко,ветчина,сыр,соль,сахар Белки 8.2, Жиры 12.1, Углеводы 15.4	80-00
80	Блинчик с мясом / Pancake with meat Яйцо куриное,мука пшеничная,молоко.говядина,свинина,лук,сол.,сахар Белки 8.2, Жиры 14.3, Углеводы 25	80-00
300	Каша на воде с сухофруктами / Water porridge with dried fruits Вода,овсяные хлопья,соль,сахар.курага,изюм Белки 7.5, Жиры 5.6, Углеводы 51	80-00

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД
SET LUNCH

230

- 120 **Салат винегрет с кв капустой / Vinaigrette salad with cabbage**
Свекла,картофель,морковь,лук,зел.горошек,кв.капуста,р.масло
Белки 3.5, Жиры 5.4, Углеводы 8
- 250 **Суп лапша с картофелем и овощами / Noodle soup with potatoes and vegetables**
Лапша,картофель,специи, морковь,лук,р масло
Белки 5.9, Жиры 4.5, Углеводы 12
- 75/50 **Сотэ из цыпленка с овощами / Chicken saute with vegetables**
Бедро цыпленка,морковь,лук,болг перец,соус томатный
Белки 32, Жиры 4.5, Углеводы 54
- 150 **Макароны отварные / Boiled pasta**
Макароны отварные,р масло
Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5
- 200 **Лимонады компоты / Lemonades in assortment**
Лимоны,сахар,вода бутылированная, ягоды
Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18
- 1 **Чай в ассортименте / Tea in assortment**
Чай в ассортименте
Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6
- 20 **Хлеб белый черный / White black borodino bread**
Черный бородинский или белый
Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД
VEGETARIAN SET LUNCH

230

- 120 **Салат винегрет с кв капустой / Vinaigrette salad with cabbage**
Свекла,картофель,морковь,лук,зел.горошек,кв.капуста,р.масло
Белки 3.5, Жиры 5.4, Углеводы 8
- 250 **Суп лапша с картофелем и овощами / Noodle soup with potatoes and vegetables**
Лапша,картофель,специи, морковь,лук,р масло
Белки 5.9, Жиры 4.5, Углеводы 12
- 150 **Котлета овощная / Vegetable cutlet**
Капуста б/к или свекла,манка,специи,р.масло
Белки 7.5, Жиры 12, Углеводы 37
- 150 **Гречка отварная / Boiled buckwheat**
Гречка отварная,р.масло
Белки 8, Жиры 5.8, Углеводы 25
- 150 **Макароны отварные / Boiled pasta**
Макароны отварные,р масло
Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5

Выход г / мл		Цена руб.
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло,кукуруза,горошек,морковь Белки 2.5, Жиры 9.6, Углеводы 15.6	
200	Капуста тушеная с овощами / Cabbage stewed with vegetables Капуста б/к,лук,морковь,р.масло Белки 4, Жиры 3.6, Углеводы 11.7	
200	Лимонады компоты / Lemonades in assortment Лимоны,сахар,вода бутылированная, ягоды Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	
20	Хлеб белый черный / White black borodino bread Черный бородинский или белый Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

COLD SNACKS

150	Салат цезарь с цыпленком / Caesar salad with chicken Цыпленок ,айсберг,пармезан,черри,соус Цезарь Белки 32, Жиры 8, Углеводы 12	270-00
120	Салат лисичка с цыпленком / Chanterelle salad with chicken Филе цыпленка,сол.огурец,морковь по -корейски,сыр,майонез Белки 7.8, Жиры 7, Углеводы 15	95-00
120	Помидоры по гречески / Greek tomatoes Помидоры,сыр,зелень Белки 7.8, Жиры 10, Углеводы 4	160-00
120	Салат греческий / Greek salad Помидоры,св огурец,салатный лист, оливки,маслины,р.масло, сыр фета Белки 5, Жиры 13, Углеводы 5.2	150-00
120	Салат крабовый / Salad ryzhik Крабовые палочки,рис,кукуруза к/с.св.огурец,майонез Белки 5.7, Жиры 9.2, Углеводы 8.2	80-00
120	Салат из капусты с морковью / Salad tbilisi Капуста б\к, морковь,р.масло Белки 4, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат весенний из сезонных овощей / Spring salad from seasonal vegetables Томаты,салат.лист,огурцы св..лук.р.масло Белки 2, Жиры 5.2, Углеводы 12	90-00
120	Салат винегрет с кв капустой / Vinaigrette salad with cabbage Свекла,картофель.морковь,лук.зел.горошек,кв.капуста,р.масло Белки 3.5, Жиры 5.4, Углеводы 8	80-00
120	Рулетики из кабачков с сыром и орехами / Zucchini rolls with cheese and nuts Кабачки,сыр,орехи,р. масло Белки 14, Жиры 10, Углеводы 29.5	160-00

Выход г / мл		Цена руб.
ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE		
250	Суп лапша с картофелем и овощами / Noodle soup with potatoes and vegetables Лапша,картофель,специи, морковь,лук,р масло Белки 5.9, Жиры 4.5, Углеводы 12	110-00
250	Суп рассольник с мясом / Soup rassolnik Перловка,соленые огурцы., картофель,лук,морковь,филе цыпленка,специи Белки 9.2, Жиры 5.4, Углеводы 25.7	110-00
250	Суп пюре из овощей / Vegetable puree soup Картофель,брокколи,цв.капуста,морковь,лук.сливки,молоко Белки 7, Жиры 6, Углеводы 11.6	110-00
ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE		
150	Корейка свиная на кости / Baked pork Свинина маринованная и запеченная, специи Белки 18.5, Жиры 28.6, Углеводы 0	350-00
100/20	Говядина отварная с овощами / Boiled beef with vegetables Говядина,морковь,лук,болг.перец Белки 19.7, Жиры 2.1, Углеводы 8.4	280-00
120	Филе цыпленка в сливочно грибном соусе / Chicken fillet in creamy mushroom sauce Филе цыпленка,шампиньоны,сливочный соус,специи Белки 26, Жиры 15.2, Углеводы 2.9	240-00
120	Филе цыпленка запеченное с кабачками и сыром / Chicken paprikash Филе Цыпленок,кабачки,сыр Белки 14.9, Жиры 8.5, Углеводы 4.9	240-00
75/50	Сотэ из цыпленка с овощами / Chicken saute with vegetables Бедро цыпленка,морковь,лук,болг перец,соус томатный Белки 32, Жиры 4.5, Углеводы 54	220-00
120	Зраза мясная с грибами и луком / Meat zraza with egg Мясо цыплят,говядина,лук.,специи,яйцо,шампиньоны Белки 15.1, Жиры 18.4, Углеводы 2.7	240-00
200	Паста по гречески / Pasta in greek style Спагетти, маслины,оливки,томаты,р.масло соус томатный Белки 14.6, Жиры 17.5, Углеводы 6.6	250-00
275	Плов из цыпленка с пряностями / Pilaf with chicken and spices Цыпленок,рис,морковь,лук,специи Белки 27, Жиры 19.5, Углеводы 46.8	280-00
120	Филе горбуши запеченное с помидором и сыром / Pink salmon fillet covered with spinach Филе горбуши,сыр,помидор м-нез Белки 19, Жиры 21.6, Углеводы 11.5	270-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Шницель из филе индейки / Pork baked with olives Филе индейки,панировка пшеничная,яйцо,р.масло Белки 20.5, Жиры 26.1, Углеводы 7.2	260-00
250	Кесадилья / Quesadilla Тортилья пшеничная,филе цыпленка,болг.перец,лук,томат Белки 26, Жиры 2.5, Углеводы 4	340-00
150	Овощи на пару / Steamed vegetables Брокколи ,цветная капуста,морковь Белки 6, Жиры 3, Углеводы 3	140-00
150	Котлета овощная / Vegetable cutlet Капуста б/к или свекла,манка,специи,р.масло Белки 7.5, Жиры 12, Углеводы 37	105-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	Картофель запеченный / Baked potatoes Картофель,паприка,р.масло Белки 8.2, Жиры 11, Углеводы 44.5	90-00
150	Гречка отварная / Boiled buckwheat Гречка отварная,р.масло Белки 8, Жиры 5.8, Углеводы 25	80-00
150	Макароны отварные / Boiled pasta Макароны отварные,р.масло Белки 5, Жиры 7.5, Углеводы 29.5	80-00
150	Картофель отварной с зеленью / Boiled potatoes with herbs Картофель,зелень.р.масло Белки 2.5, Жиры 9.4, Углеводы 22	90-00
150	Рис отварной с овощами / Boiled rice with vegetables Рис, р.масло,кукуруза,горошек,морковь Белки 2.5, Жиры 9.6, Углеводы 15.6	90-00
200	Капуста тушеная с овощами / Cabbage stewed with vegetables Капуста б/к,лук,морковь.р.масло Белки 4, Жиры 3.6, Углеводы 11.7	95-00
200	Овощи гриль / Grilled vegetables Баклажаны,кабачки,перцы болгарские,р.масло,помидоры Белки 4.4, Жиры 14.6, Углеводы 23.7	270-00

ДЕССЕРТ DESSERT

1	Чизкейки пирожные выпечка / Cheesecakes cakes pastries Чизкейки в ассортименте, Шу , Круассаны Белки 8.7, Жиры 21.3, Углеводы 25	230-00
1	Кондитерские изделия в ассортименте / Confectionery Печенье Матча, Веганские кексы Белки 7, Жиры 21.3, Углеводы 23	80-00

НАПИТКИ
DRINK

350	Кофе зерновой / Coffee beans drinks assorted Кофе зерновой из кофемашины ручная работа Белки 0.4, Жиры 1, Углеводы 0.4	150-00
200	Лимонады компоты / Lemonades in assortment Лимоны,сахар,вода бутылированная, ягоды Белки 0.2, Жиры 0, Углеводы 18	70-00
1	Чай в ассортименте / Tea in assortment Чай в ассортименте Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0.6	45-00

ДРУГОЕ
OTHER

1	Пицца в ассортименте / Pizza in assortment Пицца в ассортименте Белки 10.4, Жиры 12.8, Углеводы 21.2	85-00
150	Кус кус с овощами / Steamed rice Кус кус, овощи сезонные Белки 6, Жиры 5.8, Углеводы 38	120-00
20	Хлеб белый черный / White black borodino bread Черный бородинский или белый Белки 2, Жиры 1.2, Углеводы 10	4-00