

ЗАВТРАКИ

8:00-12:00

К любому завтраку
напиток на выбор

- Эспрессо мартини
- Карсберг
- Игристое вино
- Американо
- Капучино
- Чай из фейхоа
- Чай в стике(чер,зел)
- Морс
- Какао с маршмелоу

300 РУБ



Классическая овсяная каша
с медом и грецким орехом,
сырники с ягодным соусом

Воздушный скрембл
с муссом из шпината,
хрустящие брускетты
с лососем и авокадо

Клуб-сэндвич с бужениной,
глазуньей, горчицей
и картофелем фри

Драники со сметаной
и щучьей икрой

Тыквенный суп
на кокосовом
молоке
с семенами чиа
и гранолой 250 гр

16,74/42,47/13,69/512,15 ккал

220 р



Кусочки куриного
филе с булгуром
в кокосовом соусе 180 гр

15,75/38,72/26,43/523,4 ккал

320 р



Коул Слоу
с йогуртом 150 гр

2,64/4,38/10,62/92,86 ккал

150 р



Салат
с индейкой
и стручковой
фасолью 150 гр

23,18/1,13/6,0/122,91 ккал

230 р



Солнечный
авокадо 200 гр

15,70/50,34/16,65/582,15 ккал

310 р



Тушеная телятина
с черносливом
и рисом 180 гр

2,73/1,78/32,68/144,53 ккал

380 р



ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Для кого?

- кто правильно питается
- кто считает бжу
- кто на диете
- кто за ЗОЖ
- кто на спорте
- кто хочет приобщиться к здоровым привычкам

НАПИТКИ

Протеиновый коктейль
ванильный 300 мл

На воде 125 р

На молоке 160 р

На альтернативном молоке 250 р



Фитнес рулет

250 г
28,77/26,01/21,0/459,10 ккал

250 р

Обжаренная
куриная
печень
с грушей
и овощами

180 г
24,21/27,48/14,66/401,04 ккал

280 р

БИЗНЕС ЛАНЧ 12:00-16:00

450 Р

ЗА 3 БЛЮДА + НАПИТОК

СУПЫ

Борщ
Суп куриный
Тыквенный суп

САЛАТЫ

Салат с фунчозой
Салат средиземноморский
Салат овощной с омлетом

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Филе пеленгаса
с картофельными дольками
Спагетти с овощами
Лазанья с курицей

НАПИТОК НА ВЫБОР

Чай черный/зеленый
Кофе американо/эспрессо
Глитвейн
Чайник пива