

КБЖУ указаны за 1 порцию

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена

## ЯЙЦА

	б	ж	у	ккал
Глазунья с тартинном, оливками и узбекскими томатами	23	32	48	570
Белковый омлет с цукини и узбекскими томатами	13	15	4.5	200
Скрэмбл с пармезаном и трюфелем	20	28	2	340
Бенедикт с белыми грибами, тамбовским окороком и маринованным цукини	20	51	46	720
Скрэмбл с лангустинами, авокадо и руколой	31	38	3.5	480
Драник из цукини и тыквы с яйцом пашот и				
- лососем	15	21	20	330
- крабом	13	19	22	310
Скрэмбл с гребешками и цветной капустой	23	17	4.5	260
Бенедикт с мурманским лососем и красной икрой	17	38	41	570
Полезный завтрак с зелёной гречей, авокадо, яйцом пашот и шпинатом	11	14	31	300
Боул с киноа, яйцом пашот, зелёным салатом и				
- лососем	13	30	26	420
- лангустинами	20	27	24	410
- крабом	18	27	25	410

## НА НАШЕМ ДОМАШНЕМ ХЛЕБЕ

Авокадо-тост	1.5	26	2	240
- со страчателлой	12	40	26	510
- с лососем	7.5	33	27	440
- с крабом	12	30	26	420
Кролик-конфи с пармезаном и брокколи	18	30	32	470
Бутерброд с красной икрой	14	23	2	260
Тост со страчателлой и конфилюром из				
🍇 - хурмы	11	30	47	500
🍇 - инжира	9.5	24	47	440

🍇 Инжир, хурма и малина из нашего сада в Сочи

КБЖУ указаны за 1 порцию

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена

КАШИ	б	ж	у	ккал
Овсяная с инжиром, малиной и миндалём	9,5	17	68	470
Гречотто с белыми грибами, яйцом пашот и пармезаном	6	20	52	700
Рисовая со спелым манго, ганашем из каффир-лайма на кокосовом молоке	6	9	89	460
ТВОРОГ				
🌿 Запеканка из рикотты с хурмой и кокосовым муссом	9	15	19	240
Сырники с конфитюром из лесной земляники и сметаной	16	25	26	390
Сырники с конфитюром из садовой вишни и сметаной	16	22	36	400

🌿 Инжир, хурма и малина из нашего сада в Сочи

КБЖУ указаны за 1 порцию

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена

ЗАКУСКИ	б	ж	у	ккал
Хлеб с томатным маслом	13	27	58	530
Битые оливки	0.5	9	7	110
🍄 Куриный паштет с инжиром и вишневым конфитюром	18	14	59	430
Боул с лососем, авокадо, киноа, томатами и бобами эдамаме	5	26	13	200
Половинка авокадо с лангустинами и соусом биск	7.5	29	3.5	310
Гуакамоле с узбекскими томатами и чипсами со свёклой и чесноком	2.5	15	13	190
Тыквенный хумус с чипсами с куркумой и гималайской солью	25	41	70	750
Зелёный салат с авокадо, брокколи и кремом из киви	4	27	6	283
Веган Цезарь с чипсами со спирулиной и гималайской солью	9.5	51	23	590
- с куриной грудкой	27	56	24	710
- с лангустинами	17	51	23	620
- с крабом	15	51	24	620
RAW				
Севиче из лосося с манго, авокадо и соком юдзу	2.5	15	12	190
Тартар из говяжьей вырезки с трюфельным кремом на ржаном хлебе	20	33	19	450
Крудо из тунца с соусом шисо-лемонграсс	19	29	7.5	370
Тартар из лосося с гуакамоле	3	14	3.5	150

🍄 Инжир, хурма и малина из нашего сада в Сочи

КБЖУ указаны за 1 порцию

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена, кроме\*

## ОСОЗНАННЫЙ СТРИТФУД

	б	ж	у	ккал
Шаверма с куриной грудкой*	27	30	50	580
Шаверма с гребешками и лангустинами*	18	27	50	520
Тако с крабом и соусом шисо	13	8.5	24	230
Тако с уткой конфи и маринованным луком	14	20	26	340
Бургер с котлетой из кролика и трюфельным муссом	16	27	40	460
Бургер с котлетой из говядины и трюфельным муссом	27	26	42	510

## ПАСТА

Равиоли с баклажаном и вялеными томатами*	11	34	40	510
Домашние спагетти с соте из морепродуктов	46	37	88	870
Паста паккери с кроликом конфи в вишнёвой карамели и кремом из пастернака	23	29	95	740
Паста тальятелле с гребешками, цветной капустой и трюфелем	23	18	98	650

## СУПЫ

Куриный бульон с грудкой су-вид и салатом ромейн	29	15	6.5	260
Буйабес с морепродуктами	20	22	46	460
Томатный суп со страчателлой	8	23	21	320



Инжир, хурма и малина из нашего сада в Сочи

КБЖУ указаны за 1 порцию



















Любое блюдо мы можем приготовить без глютена


## ОСНОВНЫЕ БЛЮДА




	б	ж	у	ккал
Рубленая котлета из индейки с зелёной гречей, брокколи и белыми грибами	31	22	36	470
Палтус с зелёной гречей и соусом биск	32	38	43	640
Соте из морепродуктов				
- на одного	30	42.5	45	680
- на двоих	55	84.5	87	1323
Куриная грудка су-вид с красным киноа, авокадо, брокколи и соусом из пармезана	46	57	34	830
Куриная грудка су-вид с кремом из корнеплодов и муссом из трюфеля	39	68	36	910
Лосось с брокколи и грейпфрутовым бербланом	7	37	7	390
Гребешки с цветной капустой, соусом понзу и грибным биском	12	22	12	300
Утиная грудка с морковным кремом, спаржей и соусом из кориандра	19.5	54.5	9	602
Стейк из цветной капусты с трюфельным муссом	6	27	10	310
Стейк из лосося с красным киноа, авокадо, брокколи и соусом биск	28	36	31	560
Говяжья щёчка с картофельным пюре и соусом демиглас	44	56	17	740
☞ Марокканский осьминог с картофелем, инжиром и лимонным песто	19	25	24	400
Котлета из лосося с салатом из свежих овощей	18	20	12	300
Аргентинская говядина с сезонными овощами и соусом из красного вина	20	15	11	260

 Инжир, хурма и малина из нашего сада в Сочи

КБЖУ указаны за 1 порцию

ДЕСЕРТЫ	б	ж	у	ккал
Пломбир-фисташка 	5	40	32	550
Имбирное печенье	6	6	32	285
Кофе-хурма  	5	25	21	330
Макадамия 	3	28	17	330
Личи-земляника  	4	29	27	380
Манго  	4	30	20	370
Лавандовый медовик 	4	24	49	430
Чёрный трюфель 	3	28	21	350
Цветная капуста-малина  	3	12	14	170
Сметанник	7.5	30	65	560
Баскский чизкейк подаем с ягодным конфитюром	12	57	51	760
Конфета				
- кокосовый трюфель 	1	12	8	140
- миндаль-пекан  	2	13	7	150
- финик-греческий орех  	1.5	6.5	10	100
Сырники со сметаной и конфитюром 				
- из лесной земляники	16	25	26	390
- из садовой вишни	16	22	36	400
ВЫПЕЧКА				
Круассан				
- классический	5	22	33	350
- с маслом и джемом	5	39	36	520
Слойка с фисташковым кремом	7,5	33	36	470

 Инжир, хурма и малина из нашего сада в Сочи

 Веган  Без глютена  Без сахара