

**ЗАБЫЛИ САХАР**  
est. 2016

English menu



# Завтраки

С 10:00 до 13:00 по будням, с 10:00 до 15:00 по выходным



## На нашем домашнем хлебе

Приготовить на безглютеновом с вялеными томатами +50

Авокадо-тост с яйцом пашот	490
форель +370   страчателла +200   креветки +320	
Сливочный скрэмбл с тамбовским окороком на зерновом хлебе	590
Бутерброд с красной икрой	790



## Яйца

☞ Большой завтрак: скрэмбл, круассан или тартин, микс-салат, масло, джем из инжира	890
– с форелью	790
– с тамбовским окороком	
Круассан с яйцом пашот	
– и форелью	690
– и тамбовским окороком	590
☒ Белковый омлет с брокколи, печёной паприкой и цукини	550
Драник из цукини с яйцом пашот и сметаной	490
форель +370   страчателла +200   окорок +220	
Скрэмбл со страчателлой и трюфельным маслом	670
Шакшука с брынзой и греческим йогуртом	720
Бенедикт	
– с тамбовским окороком, белыми грибами и маринованными цукини	690
– с форелью и маринованными цукини	790
☒ Картофельные драники	
– с тамбовским окороком и трюфельным кремом	590
– с форелью и сметаной	690
☒ ☒ Большой зелёный салат	670

## Каши

Можем приготовить на коровьем молоке и без добавок

☞ ☒ ☒ Овсяная с садовым инжиром, малиной и миндалём на овсяном молоке	420
☒ Рисовая с ганашем из белого шоколада и манго на кокосовом молоке	520
☒ Гречотто с белыми грибами, яйцом пашот и пармезаном	590

## Готовим весь день

Безглютеновые сырники ☒	
– с садовой вишней и сметаной	620
– с лесной земляникой и сметаной	690
Запеканка из рикотты с манго и кокосовым муссом ☒ <i>limited</i>	490
Тофу-сырники с кокосовой карамелью и бананом ☒ ☒	570
Авокадо-тост с яйцом пашот	490
форель +370   страчателла +200   креветки +320	
Бутерброд с красной икрой	790
Драник из цукини с яйцом пашот и сметаной	490
форель +370   страчателла +200   окорок +220	

## Добавить к любому блюду

Яйцо пашот	120	Креветки	320	Конфитюр:	150
Пармезан	200	Форель	370	☞ инжир   вишня   земляника	
Страчателла	200	Тамбовский окорок	220		
Авокадо	250	Куриная грудка	250		

☞ ягоды и фрукты из нашего сада в Сочи ☒ без глютена ☒ без лактозы ☞ острое

В блюдах, десертах и сиропях мы используем инжир, хурму, малину и клубнику, которые сами выращиваем в горах Сочи





# Основное меню

с 12:00

## Для начала

- Домашний хлеб с маслом 270
- ☞ Паштет из куриной печени 490  
с инжиром и вишнёвым конфитюром
- ☞ Большой зелёный салат 670
- ☞ Хрустящие баклажаны с розовыми томатами и сыром фета 550
- ☞ Боул из свежих овощей с авокадо и соусом из сыра фета 690
- ☞ Креветки Bang Bang 670
- Салат Цезарь с цыплёнком | креветками 590 | 690
- ☞ Боул с форелью, авокадо, киноа, томатами и бобами эдамаме 790



## Супы

- ☞ Тыквенный крем-суп на кокосовом молоке 450  
– с креветками 550
- ☞ Том ям с морепродуктами и рисом жасмин 890
- ☞ Куриный бульон с грудкой, корнем сельдерея и салатом романо 470
- ☞ Буйабес с морепродуктами 890



## Паста

Любую пасту можем заменить на безглютеновые спагетти

- Классическая карбонара с беконом 620
- Пенне с форелью, брокколи и сливочным соусом 850
- Тальолини с цыплёнком и шампиньонами 620
- Паппарделле с уткой конфи и вялеными томатами 690



## Горячие блюда

- Куриный шницель с соусом цезарь и салатом романо 690
- Шаверма
  - с цыплёнком 570
  - с креветками и манго-соусом ☞ 670
- Ризотто с белыми грибами 690
- Котлеты
  - из индейки с птитимом и кокосово-пряным соусом 670
  - из лосося с картофельным пюре 890
- Утиная грудка с муссом из батата, яблоками конфи и брусникой 850
- Стейк из форели с брокколи и соусом биск 1290



## Блюда русской кухни от Мука Cafe

- Оливье с индейкой ☞ 450
- Борщ с говядиной, домашним салом и сметаной 650
- Бефстроганов с картофельным пюре и тартаром из малосолевого огурца 990
- Вареники с вишней и эстрагоном 470
- Домашние пельмени
  - с индейкой и подкопчённой сметаной 490
  - со свининой, говядиной и подкопчённой сметаной 550

Если у вас есть аллергия или непереносимость каких-либо продуктов, пожалуйста, сообщите об этом вашему официанту

ФОТО-МЕНЮ



## Кофе собственной обжарки в Сочи

Эспрессо	190
Американо <small>s m</small>	270 350
Флэт уайт	350
Капучино <small>s m</small>	320 370
☒ Латте	370
☒ Фильтр <small>s m</small> завариваем капельным методом	290 350
☒ Цикорий капучино на кокосовом молоке	370
Лимонный латте с андалиманом	420
☒ Латте яблочный пирог на овсяном молоке	420
☒ Латте солёная карамель	420
Раф с бурбонской ванилью	450
☒ Раф Рафаэлло	450

Растительное или безлактозное молоко + 100  
Любой кофе можно приготовить на декафе

## Согревающие напитки

☒ ☒ Чай из садовой малины и чёрной смородины	490
☒ Облепиховый чай со спелым манго и имбирем	490
Пряный чай-латте	370
☒ Бамбл на апельсиновом фреше со специями	450

## Матча и какао

☒ Матча латте зелёная   голубая   розовая	390
Фундучный какао	390
Вишнёвый какао с молочным шоколадом	390
Какао с топлёным бельгийским шоколадом тёмным   молочным	390

## ☒ Селективные чаи 390

Чёрный   чёрный с бергамотом   пуэр	
Зелёный   зелёный с жасмином	
Гибискус-яблоко-папайя   груша-земляника	
Ройбуш-лемонграсс-лист смородины	
Ежевика-мелисса-василёк	
Таёжный иван-чай, кедр, рябина	

## С домашним мороженым

Аффогато	390
Глясе	450
Молочный коктейль шоколадный   ванильный	490
☒ Безлактозный коктейль манго-маракуйя с домашним сорбетом	490

## Свежевыжатые соки

Спелые яблоки   сочная морковь	420
Яблоко-морковь	420
Сладкие апельсины   насыщенные грейпфруты	470
Микс цитрусовых	470

## Домашние лимонады 450

☒ Малина-грейпфрут | маракуйя-апельсин |  
ягодный

## Смузи ☒ ☒ 470

Банан-чиа-розовая матча  
Черника-авокадо-банан  
Детокс яблоко, шпинат, огурец, сельдерей

## Садовые морсы 350

☒ Малина | смородина

## Прохладительные напитки

Соки в ассортименте	290
Coca-Cola zero	350
Petroglyph с газом   без газа 375 мл 750 мл	350 650

## Игристое вино

Spumante Pelagia Brut	550
Cava Pink Fizz Brut Rose	620

## Белое вино

Vinho Verde Holly Blue	520
Riesling Miss Schmitt	590

## Красное вино

Tempranillo Conde de Monterroso	520
---------------------------------	-----

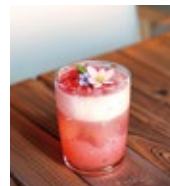
## Глинтвейн

Пряный на красном вине	650
Безалкогольный на вишнёвом соке	620

## Пиво и сидр 550

Лагер Heidegger	
Бланш Blue Monkey	
Сидр DADA №2 полусухой	

## Коктейли 620



Strawberry-  
violet Sour



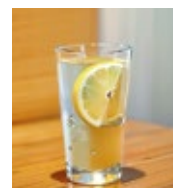
Passion  
Spritz



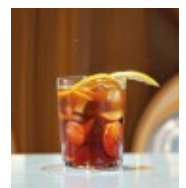
Aperol  
Spritz



Bellini



Gin&Tonic



Negroni

# ОСЕННИЙ Special



Пшённая каша с тыквой, инжиром и лепестками миндаля 470

Салат с артишоками, киноа и сыром фета 590

Артишоки на гриле 590

Наваристый суп с говяжьими щёчками и сезонными овощами 590

Тыквенное ризотто с пармезаном 570

Паста казаречче с креветками и артишоками 650

Фаршированные каннеллони с говяжьими щёчками и пряным тыквенным муссом 690

Стейк из трески с кейлом, брокколи и муссом из цветной капусты 720

# ОСЕННИЙ Special



Пшённая каша с тыквой, инжиром  
и лепестками миндаля 470

Салат с артишоками, киноа  
и сыром фета 590

Артишоки на гриле 590

Наваристый суп с говяжьими щёчками  
и сезонными овощами 590

Тыквенное ризотто с пармезаном 570

Паста казаречче с креветками  
и артишоками 650

Фаршированные каннеллони с говяжьими  
щёчками и пряным тыквенным муссом 690

Стейк из трески с кейлом, брокколи  
и муссом из цветной капусты 720