

ЗАБЫЛИ САХАР

est. 2016



ПРО НАШИ ПРОЕКТЫ **ЖИУ**[∞]
и фруктово-ягодный сад в Сочи



English menu



ЗАВТРАКИ весь день

Полезная привычка в начале дня ^{WOW} 290

подаем только до 13:00 по будням и до 15:00 в выходные

Функциональный зелёный боул,
содержащий 50% суточной дозы клетчатки

Кейл, микрозелень свёклы, киви,
семена чиа, сушёная клюква



Круассаны

Классический	230
С маслом и джемом	390

Сборные

👉 Большой завтрак: скрэмбл, круассан или тартин, микс-салат, масло, конфитюр из <u>садового инжира</u> – с тамбовским окороком – с форелью	850 990
--	------------

Фермерский завтрак: скрэмбл, хашбраун, микс-салат, томаты, огурцы, зерновой хлеб и масло форель +450 тамбовский окорок +250	590
--	-----

Английский завтрак: омлет, куриные сосиски, печёная фасоль, шампиньоны, томаты, микс-салат и тартин	990
---	-----

Авокадо-тост с яйцом пашот, микс-салатом и трюфельным крем-чизом	550
--	-----

Полезный завтрак с зелёной гречей, авокадо, яйцом пашот и микс-салатом	590
--	-----

Морковная вафля с мятым авокадо, яйцом пашот и микс-салатом	590
---	-----

Добавить к любому блюду

Яйцо пашот	120
Трюфельный крем-чиз	190
Пармезан авокадо	250
Тамбовский окорок	250
Куриная грудка	270
Креветки тунец слабой соли	370
Форель	450
Конфитюр: <u>садовый инжир</u> 🐸 лесная земляника	290

Яйца

✂ Глазунья, омлет или скрэмбл из 3-х яиц	350
✂ Глазунья с куриной грудкой, брокколи и соусом пармезан	650
Французский омлет или скрэмбл с моцареллой и трюфельным кремом	590
Драник из цукини с яйцом пашот и сметаной	570
Бенедикт на хашбрауне со шпинатом	570

👉 **Советуем дополнить:** форель +450 | креветки +370 | тамбовский окорок +250



Каши

Можем приготовить на коровьем молоке и без добавок

👉 ✂ Овсяная с <u>садовым инжиром</u> , <u>малиной</u> и миндалём на овсяном молоке	490
✂ Рисовая с ганашем из белого шоколада и манго на кокосовом молоке	590
Из киноа с пряными яблоками, брусничным конфитюром и миндалём	690
✂ Сливочная зелёная греча с грибами, шпинатом и яйцом пашот	690

Блины и гранола

Классические блины форель +450 сметана +120 лесная земляника +290	350
Гранола с высокобелковым йогуртом	670



✂ **Безглютеновые сырники**

С королевским изюмом, брусничным конфитюром и сметаной	690
👉 С <u>садовым инжиром</u> и сметаной	750
С лесной земляникой и сметаной	790
👉 Тофу-сырники с кокосовой карамелью и бананом	620



Для начала

Домашний хлеб с маслом	250
✎ Паштет из куриной печени с <u>садовым инжиром</u> и вишнёвым конфитюром	590
Салат «Цезарь»	
– с цыплёнком	690
– с креветками	770
✎ Микс-салат с киноа, печёной тыквой и сыром фета	750
✎ Большой зелёный салат	790
✎ Салат Нисуаз	790
✎ Греческий салат	850



Боулы

✎ С киноа, авокадо, томатами, бобами эдамаме и соусом свит чили форель +450 креветки +370	790
✎ Большой с авокадо, зелёной чечевицей, хрустящим тофу и соевым айоли из грецкого ореха форель +450 куриная грудка +270 креветки +370	850



Супы

Куриный бульон с грудкой, корнем сельдерея и салатом романо	490
✎ Тыквенный крем-суп на кокосовом молоке – с креветками	490 650
✎ Наваристый суп с говяжьими щёчками и сезонными овощами	790
✎ Том ям с морепродуктами и рисом жасмин	1090



Горячие блюда

Куриная грудка с печёной тыквой и соусом демиглас	690
Шаверма	
– с цыплёнком	690
– с креветками и манго-соусом	790
✎ Котлеты из индейки с пюре из корнеплодов и трюфельным соусом	750
✎ Картофельные драники	
– с тамбовским окороком и сметаной	720
– с форелью и сметаной	850
✎ Бифштекс из мраморной говядины с картофелем стоун, микс-салатом и песто	790
Филе судака с пюре из пастернака и соте из шпината	950
✎ Томлёная говяжья щёчка с пюре из печёного сельдерея и пряными яблоками	1190
✎ Стейк из форели с киноа, брокколи, микс-салатом и соевым айоли из грецкого ореха	1590

Гарниры

Картофельное пюре	190
Рис жасмин зелёная греча	190
Киноа	250



Домашняя паста

Любую пасту можем заменить на безглютеновую

Паста аль помодоро	590
Карбонара с беконом	720
Тальолини с цыплёнком, грибами и пармезаном	750
Паппарделле с уткой конфи и вялеными томатами	790
Ньокки с креветками, вялеными томатами, зелёным горошком и рикоттой	850
Тальятелле с морепродуктами, томатами и базиликом	990

Кофе

собственной обжарки под брендом Pa Pa Power

Эспрессо	250
Американо 250 350 мл	290 370
Харио V-60	350
Флэт уайт 250 мл	350
Капучино 250 350 мл	350 390
☼ Латте 350 мл	390
☼ Цикорий капучино 350 мл на кокосовом молоке	420
Лимонный латте с андалиманом 350 мл	490
☼ Латте солёная карамель 350 мл	490
Раф с бурбонской ванилью 350 мл	490

☼ Растительное 5YES! или безлактозное молоко +100

Любой кофе можно приготовить на декафе



Сезонные напитки

все сиропы варим сами

Ходзича раф 350мл	470
Цитрусовый латте с белым шоколадом 350мл	490
Розовый горячий шоколад 350 мл	490

☼ Согревающие чай

500 мл

Хвойный с цукатами из шишек и розмарином	490
С шиповником	490
Имбирный с яблоком	490
Облепиховый со спелым манго	550

☼ Селективные чай и тизаны

420

Чёрный чёрный с бергамотом	
Зелёный с жасмином улун	
Ройбуш-лемонграсс-лист смородины	
Мелисса-ромашка-василёк	
Таёжный иван-чай, кедр, рябина	

Матча и какао

350 мл

☼ Матча латте зелёная голубая розовая	470
Какао с топлёным бельгийским шоколадом тёмным молочным	490

Свежевыжатые соки

300 мл

Спелые яблоки	490
Сладкие апельсины	550

Холодные напитки

Матча-тоник 350 мл	390
Эспрессо-тоник 350 мл	390
Апельсиновый бамбл на соке фреше 350 мл	450 570
Домашний лимонад 350 мл	490
– клубничный с лемонграссом и эстрагоном ☼	
– тропический с маракуйей и красным апельсином	
Сок I'll Primo в ассортименте 200 мл	290
Вода Aqua Russa с газом без газа 500 мл	370
Coca-Cola zero 330 мл	390

Ланчи

с 12:00 до 16:00 по будням | 2 блюда + напиток = 720 | 3 блюда + напиток = 820

Сделайте выбор из разных разделов на свой вкус

Салаты

Цезарь с цыплёнком

Сочный с кальмаром, яблоком и манго ☼

Из свежих овощей ☼☼ со сметаной или оливковым маслом

Боул с булгуром, брокколи, хрустящим тофу и соевым айоли из грецкого ореха ☼☼

Супы

Наваристый с говяжьими щёчками и сезонными овощами ☼

Грибной крем-суп с вешенками ☼

Тыквенный крем-суп с кокосовым молоком и гренками ☼

Уха из трески

Домашний хлеб +50

Горячее

Лапша Пад-тай с тофу и овощами ☼☼

Паста с цыплёнком, грибами и пармезаном

Орзо с креветками и сливочным соусом

Котлеты из индейки со сливочной зелёной гречей

Куриная грудка со сливочным птитимом и овощами

Напитки

Ягодный лимонад

Чай чёрный, зелёный или фруктовый

Эспрессо или американо

Классическое молоко +50 | Альтернативное +100

Дополните свой обед

Бокалом красного или белого вина +490

Любой конфетой ручной работы +180

Винная карта



Игристое

125 мл

Балаклава, Brut Chardonnay, Россия 590

Освежающее, с нотами выпечки, фруктового джема и пряным послевкусием, отлично дополнит завтрак

Bruni Prosecco, Brut, Италия 700

Исключительно лёгкое, с обилием фруктовых и цветочных тонов

Белое

Le Grand Noir, Chardonnay, Франция 750

Невероятно ароматное с тонами яблок, груш, очень мягкая кислотность и округлое тело

Casa Defra, Pinot Grigio, Италия 750

Лёгкое и освежающее, раскрывается во вкусе ананасом, бананом и цветочностью

Loco Cimbali, Riesling, Россия 750

Свежее сочное, с выразительной кислотностью и бодрящим финишем. Во вкусе цедра грейпфрута, лимона, белая слива, зеленая груша

Красное

Cape Original, Pinotage, Южная Африка 600

Освежающее, легко пьющееся с вишнёвой доминантой во вкусе, шелковистыми танинами и пряно-фруктовым послевкусием

Le Grand Noir, Pinot Noir, Франция 700

Среднетелое, элегантное и сочное во вкусе, с гибкой текстурой, шелковистыми танинами и ягодными нотками в финале

Noseworthy, Shiraz, Австралия 650

Глубокого насыщенного фиолетового цвета с ароматами чёрного перца и табачного листа. Полнотелое, яркое во вкусе, с прекрасной структурой

Коктейли



Aperol Spritz

690

Известный коктейль на основе игристого вина и аперитива Апероль, освежающий с ярким цитрусовым вкусом и ароматом



Negroni

690

Коктейль со столетней историей. Крепкий и ароматный, на основе вермута, джина и горького ликера



Passion Spritz

690

Легкий освежающий коктейль на основе игристого вина с тропическим вкусом банана и маракуйи



Strawberry-violet Sour

690

Лёгкий коктейль на основе джина и малинового ликера, дополняется кордиалом из клубники и фиалки, имеет нежную, кремовую текстуру