

ЗАБЫЛИ САХАР

est. 2016



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



English menu



ЗАВТРАКИ с 9:00 до 13:00 по будням и до 14:00 по выходным

Полезная привычка в начале дня ^{wow} 390

Функциональный зелёный боул, содержащий 50% суточной дозы клетчатки

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



Рекомендуем дополнить форелью +470

Круассаны

- Классический 250
- С маслом и джемом 420
- С тамбовским окороком и яйцом пашот 690
- С форелью и яйцом пашот 850

Сборные

- ☞ **Большой завтрак:** скрэмбл, круассан или тартин, микс-салат, масло, конфитюр из садового инжира
 - с тамбовским окороком 990
 - с форелью 990
- Английский завтрак:** омлет, куриные сосиски, печёная фасоль, шампиньоны, томаты, микс-салат и тартин 1050
- Фермерский завтрак:** скрэмбл, хашбраун, микс-салат, томаты, огурцы, зерновой хлеб и масло форель +470 | тамбовский окорок +290 690

- Авокадо-тост с яйцом пашот, микс-салатом и трюфельным крем-чизом 570
- Полезный завтрак с зелёной гречей, авокадо, яйцом пашот и микс-салатом ☞ ☒ 650
- Морковная вафля с мятым авокадо, яйцом пашот и микс-салатом 650
- Драник из цукини с яйцом пашот и сметаной 550
- Домашние блины 350
- Большой зелёный салат ☞ ☒ 820

Добавить к любому блюду

| | | | | | |
|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|
| Яйцо пашот | 130 | Креветки | 390 | Сметана | 130 |
| Хашбраун 2 шт | 150 | Форель | 470 | Конфитюр: | |
| Пармезан Авокадо | 270 | Куриная грудка | 290 | - садовая вишня | 190 |
| Тамбовский окорок | 290 | Кокосовая карамель | 390 | - садовый инжир ☞ | 290 |
| | | | | - лесная земляника | 350 |

Яйца

- ☒ Глазунья, омлет или скрэмбл из 3-х яиц 370
- ☒ Бенедикт на хашбрауне со шпинатом форель +470 | тамбовский окорок +290 570
- ☒ Глазунья с куриной грудкой, брокколи и соусом пармезан 650
- Бенедикт на тартине с маринованными цукини и яйцом пашот форель +470 | тамбовский окорок +290 590
- ☒ Французский омлет или скрэмбл с моцареллой и трюфельным крем-чизом 590



Каша

Можем приготовить на коровьем молоке и без добавок

- ☞ ☒ Овсяная с садовым инжиром, малиной и миндалём на овсяном молоке 490
- ☒ Рисовая с ганашем из белого шоколада и манго на кокосовом молоке 590
- ☒ Сливочная зелёная греча с грибами, шпинатом и яйцом пашот 620
- ☒ Из киноа с пряными яблоками, брусничным конфитюром и миндалём на миндальном молоке 750



Безглютеновые сырники

- ☞ С садовым инжиром и сметаной 690
- С королевским изюмом, брусничным конфитюром и сметаной 750
- С лесной земляникой и сметаной 820
- ☒ Тофу-сырники с кокосовой карамелью и бананом 650

ОСНОВНОЕ МЕНЮ весь день

Здесь вы найдёте
фото блюд



Для начала

| | |
|--|-----|
| Домашний хлеб с маслом | 250 |
| ☞ Паштет из куриной печени с садовым инжиром и вишнёвым конфитюром | 590 |
| ☞ Хрустящие баклажаны с розовыми томатами и сыром фета | 650 |
| Салат «Цезарь» | |
| – с цыплёнком | 690 |
| – с креветками | 790 |
| ☞ Вяленая свёкла со страчателлой | 690 |
| ☞ Креветки Bang Bang | 790 |
| Микс-салат с киноа, печёной тыквой и сыром фета | 790 |
| ☞ Большой зелёный салат | 820 |
| ☞ Салат Нисуаз | 820 |
| ☞ Греческий салат | 850 |



Боулы

| | |
|--|-----|
| ☞ С киноа, авокадо, томатами, бобами эдамаме и соусом свит чили форель +470 креветки +390 | 790 |
| ☞ Большой с авокадо, зелёной чечевицей, хрустящим тофу и соевым айоли из грецкого ореха форель +470 куриная грудка +290 креветки +390 | 850 |

Супы

| | |
|--|------------|
| Бульон с куриным филе, домашней лапшой и яйцом | 490 |
| ☞ Тыквенный крем-суп на кокосовом молоке – с креветками | 520 630 |
| Наваристый суп с говяжьими щёчками и сезонными овощами | 820 |
| ☞ Том ям с морепродуктами и рисом жасмин | 1050 |

Домашняя паста

Любую пасту можем заменить на безглютеновую

| | |
|---|------|
| Карбонара с беконом | 690 |
| Тальолини с цыплёнком, грибами и пармезаном | 750 |
| Паппарделле с уткой конфи и вялеными томатами | 790 |
| Ньокки с креветками, вялеными томатами, зелёным горошком и рикоттой | 870 |
| Тальятелле с морепродуктами, томатами и базиликом | 1050 |



Горячие блюда

| | |
|--|------|
| Картофельные драники ☞ | |
| – с тамбовским окороком и сметаной | 690 |
| – с форелью и сметаной | 850 |
| ☞ Котлеты из рубленой индейки с пюре из корнеплодов и трюфельным соусом | 750 |
| Шаверма | |
| – с цыплёнком | 690 |
| – с креветками и манго-соусом ☞ | 790 |
| Куриная грудка с печёной тыквой и соусом демиглас | 790 |
| ☞ Бифштекс из мраморной говядины с картофелем стоун, микс-салатом и песто | 820 |
| Куриный шницель с соусом цезарь и салатом романо | 790 |
| Филе судака с пюре из пастернака и соте из шпината | 1150 |
| ☞ Томлёная говяжья щёчка с пюре из печёного сельдерея и пряными яблоками | 1250 |
| ☞ Стейк из форели с киноа, брокколи, микс-салатом и соевым айоли из грецкого ореха | 1690 |

Гарниры

| | |
|----------------------------|-----|
| Картофельное пюре | 190 |
| Рис жасмин зелёная греча | 190 |
| Киноа | 250 |

Готовим весь день

| | |
|--|-----|
| Классический круассан | 250 |
| Безглютеновые сырники со сметаной ☞ | |
| – и садовым инжиром ☞ | 690 |
| – королевским изюмом и брусничным конфитюром | 750 |
| – и лесной земляникой | 820 |
| Тофу-сырники с кокосовой карамелью и бананом ☞ | 650 |
| Драник из цукини с яйцом пашот и сметаной | 550 |
| Авокадо-тост с яйцом пашот, микс-салатом и трюфельным крем-чизом | 570 |
| Полезный завтрак с зелёной гречей, авокадо, яйцом пашот и микс-салатом | 650 |
| Морковная вафля с мятым авокадо, яйцом пашот и микс-салатом | 650 |

Советуем дополнить:

форель +470 | креветки +390 | тамбовский окорок +290

Кофе собственной обжарки под брендом Pa Pa Power

| | | |
|---|--------------|-----------|
| Эспрессо | 250 | 250 |
| Американо | 250 | 320 |
| Фильтр | 250 350 мл | 320 370 |
| <small>завариваем капельным методом</small> | | |
| Флэт уайт | 250 мл | 370 |
| Капучино | 250 350 мл | 320 370 |
| ☉ Латте | 350 мл | 390 |
| ☒ Цикорий капучино | 350 мл | 420 |
| <small>на кокосовом молоке</small> | | |
| Лимонный латте с андалиманом | | 490 |
| ☉ Латте солёная карамель | | 490 |
| Раф с бурбонской ванилью | | 490 |
| ☒ Растительное 5YES! или безлактозное молоко +100 | | |
| <small>Любой кофе можно приготовить на декафе</small> | | |



Сезонные напитки

все сиропы варим сами

| | | |
|------------------------------------|--------|-----|
| Клюквенный фильтр с медовой пеной | 250мл | 420 |
| Ходзича раф | 350мл | 490 |
| Латте морковный торт | 350мл | 490 |
| Цитрусовый латте с белым шоколадом | 350мл | 550 |
| Розовый горячий шоколад | 350 мл | 520 |

Матча и какао 350 мл

| | | |
|--|-----------------------------|-----|
| ☉ Матча латте | зелёная голубая розовая | 450 |
| Какао с топлёным бельгийским шоколадом | | 490 |
| <small>тёмным молочным</small> | | |



Согревающие чай 500 мл

| | |
|--|-----|
| С шиповником | 490 |
| Имбирный с яблоком | 490 |
| Хвойный с цукатами из шишек и розмарином | 550 |
| Облепиховый со спелым манго | 590 |

☘ Селективные чай и тизаны 500 мл 450

Чёрный | чёрный с бергамотом
 Зелёный с жасмином | груша-земляника
 Улун-Те гуань инь | таёжный
 Мелисса-ромашка-василёк
 Ройбуш-лемонграсс-лист смородины

Свежевыжатые соки 300 мл

| | |
|---|-----|
| Спелые яблоки | 520 |
| Сладкие апельсины Насыщенные грейпфруты | 550 |
| Микс цитрусовых | 550 |

Холодные напитки 350 мл

| | |
|---|------------|
| Эспрессо-тоник матча-тоник | 450 |
| Клубничный домашний лимонад ☘ | 470 |
| <small>с лимонграссом и эстрагоном</small> | |
| Апельсиновый бамбл на соке фреше | 490 590 |
| Ванильный молочный коктейль | 490 |
| Тропический домашний лимонад | 490 |
| <small>с маракуйей и красным апельсином</small> | |
| Сок I'll Primo в ассортименте | 300 |
| Coca-Cola zero | 390 |
| Вода Aqua Russa с газом без газа | 500 мл 390 |

Ланчи с 12:00 до 16:00 по будням | 2 блюда + напиток = 750 | 3 блюда + напиток = 850

Сделайте выбор из разных разделов на свой вкус

Салаты

Цезарь с цыплёнком
 Сочный с кальмаром, яблоком и манго ☘
 Боул с булгуром, хрустящим тофу и соевым айоли из грецкого ореха ☒

Супы

Крем-суп из корнеплодов с хрустящим тофу и грибами шиитаке ☒
 Ореховый мисо-рамен с цыплёнком и домашней лапшой
 Гуляш с говядиной и овощами
 Тыквенный крем-суп с кокосовым молоком и гренками ☒
 Домашний хлеб +50



Горячее

Паста с цыплёнком, грибами и пармезаном
 Куриный мини-шницель с сырным соусом и апельсиновым коул слоу
 Паста орекьетте с креветками и песто
 Овощной рататуй с карамелизированным луком ☘
 Котлеты из индейки со сливочной зелёной гречей ☒

Напитки

Ягодный лимонад
 Чай чёрный, зелёный или фруктовый
 Эспрессо или американо
 Классическое молоко +50 | Альтернативное +100

ДЕТСКОЕ МЕНЮ

от Забыли сахар



| | |
|--|-----|
| Батат фри с кетчупом | 320 |
| Куриный супчик с фигурными макаронками | 320 |
| Котлетка из индейки с картофельным пюре и огурчиком | 350 |
| Паста Орзо с кроликом и овощами | 420 |
| Паста с цыплёнком су-вид, сливочным соусом и овощами | 450 |
| Запечённая форель с овощами и мятым картофелем | 590 |
| Творожные пончики в сметанном соусе с вишней и попкорном | 390 |