

# ЗАБЫЛИ САХАР

est. 2016



ПРО НАШИ ПРОЕКТЫ **JOY**<sup>∞</sup>  
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** <sup>wow</sup> 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 690  
форель +470 | тамбовский окорок +290

- 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 570  
форель +470 | тамбовский окорок +290
- ☒ Глазунья с куриной грудкой, брокколи и соусом пармезан 650
- Бенедикт на тартине с маринованными цукини и яйцом пашот 590  
форель +470 | тамбовский окорок +290
- ☒ 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

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



## Сезонные напитки

все сиропы варим сами

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

## Матча и какао 350 мл

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



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