

ЗАБЫЛИ САХАР

est. 2016



ПРО НАШИ ПРОЕКТЫ **JOY^{co}**
и фруктово-ягодный сад в Сочи



English menu



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



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 <u>садового инжира</u> или вишни	
– с тамбовским окороком	990
– с форелью	1050
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 +490 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 гуакамоле, яйцом пашот и микс-салатом ☞	650
Драник из цуккини с яйцом пашот и сметаной	550
Большой зелёный салат ☒☒	850

Яйца

Глазунья, омлет или скрэмбл из 3-х яиц	390
Бенедикт на хашбрауне с салатом романо форель +490 тамбовский окорок +290	590
Французский омлет или скрэмбл с моцареллой и трюфельным крем-чизом	590
Драники из зелёной гречи с тамбовским окороком, яйцом всмятку и соусом из вешенок	590
Глазунья с куриной грудкой, брокколи и соусом пармезан	650



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
☒ Сливочная зелёная греча с грибами, шпинатом и яйцом пашот	650



☒ Безглютеновые сырники

☞ С <u>садовым инжиром</u> и сметаной	690
С королевским изюмом, конфитюром из чёрной смородины и сметаной	690
С лесной земляникой и сметаной	820
☒ Тофу-сырники с кокосовой карамелью и бананом	650

Добавить к любому блюду

Яйцо пашот	130	Креветки	390	Сметана	130
Хашбраун 2 шт	150	Форель	490	Конфитюр:	
Пармезан Авокадо	270	Куриная грудка	290	– садовая вишня	190
Тамбовский окорок	290	Кокосовая карамель	250	– <u>садовый инжир</u> ☞	190
				– лесная земляника	350

ОСНОВНОЕ МЕНЮ весь день

Для начала

- Домашний хлеб с маслом 250
- Паштет из куриной печени с садовым инжиром и вишнёвым конфитюром 590
- Салат с куриной грудкой, грушей, пророщенной пшеницей и соусом чимичурри 590
- Хрустящие баклажаны с розовыми томатами и сыром фета 650
- Салат «Цезарь»
 - с цыплёнком 690
 - с креветками 790
- Греческий салат 720
- Креветки «Бэнг-Бэнг» 820
- Салат с креветками, авокадо, летней зеленью и пророщенной пшеницей 820
- Большой зелёный салат 850
- Салат «Нисуаз» 850



Боулы

- С киноа, авокадо, томатами, бобами эдамаме и соусом свит чили 790
 - форель +490 | креветки +390
- Большой с авокадо, зелёной чечевицей, хрустящим тофу и соевым айоли из грецкого ореха 850
 - форель +490 | куриная грудка +290 | креветки +390

Супы

- Бульон с куриным филе, домашней лапшой и яйцом 490
- Тыквенный крем-суп на кокосовом молоке – с креветками 520 650
- Том ям с морепродуктами и рисом жасмин 1050

Паста и тесто

Любую пасту можем заменить на безглютеновую

- Вареники с картофелем, вешенками и ежовиком лепим сами 650
- Карбонара с беконом 690
- Гречишная лапша с креветками и брокколи 690
- Тальюлини с цыплёнком, грибами и пармезаном 750
- Паппарделле с уткой конфи и вялеными томатами 790
- Ньокки с креветками, вялеными томатами, зелёным горошком и рикоттой 870

Здесь вы найдёте фото блюд



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 тальятелле из кабачка и моркови с соусом демиглас 690
- Филе судака и орзо с кремом из авокадо 790
- Бифштекс из мраморной говядины с картофелем стоун, микс-салатом и песто 850
- Куриный шницель с соусом цезарь и салатом романо 790
- Котлета из форели с зелёной гречей и кремом из горгонзолы 950
- Стейк из форели с киноа, брокколи, микс-салатом и соевым айоли из грецкого ореха 1490

Гарниры

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

Готовим весь день

- Классический круассан 250
- Безглютеновые сырники со сметаной
 - и садовым инжиром
 - королевским изюмом и конфитюром из чёрной смородины
 - и лесной земляникой
- Тофу-сырники с кокосовой карамелью и бананом

- 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
- Морковная вафля с гуакамолем, яйцом пашот и микс-салатом

Советуем дополнить:
форель +490 | креветки +390 | тамбовский окорок +290

Кофе

собственной обжарки под брендом Pa Pa Power

Эспрессо	290
Американо 250	320
Фильтр 250 350 мл завариваем капельным методом	350 370
Флэт уайт 250 мл	370
Капучино 250 350 мл	350 390
☼ Латте 350 мл	390
☼ Цикорий капучино 350 мл на кокосовом молоке	420
Лимонный латте с андалиманом	490
☼ Латте солёная карамель	490
Раф с бурбонской ванилью	490

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

Добавить в любой напиток

Функциональные добавки	90
Протеин Морской коллаген	] источник белка
Ежевик + рейши + кордицепс МСТ порошок + перуанская мака	
Посыпки	30
Апельсин Смородина Взрывная карамель Карамельный тонка Азиатский цитрус	

Сезонные напитки

350 мл
все сиропы варим сами

Холодный фильтр с пеной из бобов тонка и безалкогольным амаро	390
Virgin Gin Tonic освежающая классика на основе безалкогольного джина, тоника и сиропа розмарина	450
Эспрессо-тоник Матча-тоник	470
Апельсиновый бамбл на соке фреше	490 590
Ванильный молочный коктейль	490

Домашние лимонады

350 мл

Спелая облепиха-манго	420
Свежий лайм-мята	420
☼ Клубничный с лемонграссом и эстрагоном	420
Тропический с маракуйей и красным апельсином	420

Функциональные напитки

WOW

Полезные ритуалы, в которых каждый ингредиент работает на вас



Банановый латте
с протеиновой пеной,
МСТ порошком, кордицепсом
и макой перуанской
Энергия x выносливость

450



Яблочный смузи-лимонад
с лаймом и мятой,
спирулиной, яблочной
клетчаткой и псиллиумом
Детокс x иммунитет

450



Ходзича с солёной
карамелью и грушей,
кордицепсом, МСТ порошком
и ежевиком
Концентрация x продуктивность

450

Матча и какао

350 мл

☼ Матча латте зелёная голубая розовая	450
Какао с топлёным бельгийским шоколадом тёмным молочным	490

Селективные чай и тизаны

500 мл

Чёрный Чёрный с бергамотом Груша-земляника	470
Зелёный с жасмином Марокканская мята	470
Улун-Тегуань инь Мелисса-ромашка-василёк	470
Ройбуш-лемонграсс-лист смородины Таёжный	470
Имбирный с яблоком	490
Облепиха-имбирь-спелый манго	590

Свежевыжатые соки

300 мл

Спелые яблоки Сладкие апельсины	550
Насыщенные грейпфруты Микс цитрусовых	550

Бутилированные напитки

Сок I'll Primo в ассортименте	320
Coca-Cola zero	390
Вода Aqua Russa с газом без газа	390

Ланчи с 12:00 до 16:00 по будням | 2 блюда + напиток = 790 | 3 блюда + напиток = 890

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 айолой из грецкого ореха 🌱

Супы

Крем-суп из корнеплодов с хрустящим
тофу и грибами шиитаке 🌱
Ореховый мисо-рамен с цыплёнком
и домашней лапшой
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
Котлеты из индейки со сливочной
зелёной гречей 🌱

Напитки

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

ZABYLI SAHAR

est. 2016



ABOUT OUR PROJECTS **JOY^{co}**
and fruit and berry garden in Sochi



BREAKFAST from 9:00 to 13:00 on weekdays and until 14:00 on weekends



Croissants

Classic	250
With butter and jam	420
With tambov ham and poached egg	690
With trout and poached egg	850



Constructor

Big breakfast: scramble, croissant or tartine, mixed salad, butter, confiture from garden figs or cherries	
– with tambov ham	990
– with trout	1050
English breakfast: omelette, chicken sausages, baked beans, champignons, tomatoes, mixed salad and tartine	1050
Farm breakfast: scramble, hash brown, mixed salad, tomatoes, cucumbers, grain bread and butter	690
trout +490 tambov ham +290	
Avocado toast with poached egg, mixed salad and truffle cream cheese	570
Healthy breakfast with green buckwheat, avocado, poached egg and mixed salad	650
Carrot waffle with guacamole, poached egg and mixed salad	650
Zucchini dranik with poached egg and sour cream	550
Big green salad	850

Eggs

Sunny-side up eggs, omelette or scramble from 3 eggs	390
Benedict on hash brown with romaine lettuce	590
trout +490 tambov ham +290	
French omelet or scrambled eggs with mozzarella and truffle cream	590
Green buckwheat draniki with tambov ham, soft-boiled egg and oyster mushroom sauce	590
Sunny-side up eggs with chicken breast, broccoli and parmesan sauce	650



Porridges

We can cook on cow's milk and without additives

Oatmeal with garden figs, raspberries and almonds with oat milk	490
Rice white chocolate ganache and mango on coconut milk	590
Creamy green buckwheat with mushrooms, spinach and poached egg	650



Gluten-free syrniki

With garden figs and sour cream	690
With royal raisins, blackcurrant confiture and sour cream	690
With wild strawberries and sour cream	820
Tofu syrniki with coconut caramel and banana	650

Add to any dish					
Poached egg	130	Prawns	390	Sour cream	130
Hashbrown 2 pcs	150	Trout	490	Confiture:	
Parmesan Avocado	270	Chicken breast	290	– garden cherry	190
Tambov ham	290	Coconut caramel	250	– garden fig	190
				– wild strawberry	350

MAIN MENU all day

For start

- Homebaked bread with butter250
- 🍷 Chicken liver pate with garden fig and cherry confiture590
- 🍷 Salad with chicken breast, pear, wheat germ and chimichurri sauce590
- 🍷 Crispy eggplant with pink tomatoes and feta cheese650
- Caesar salad
- with chicken690
- with prawns790
- 🍷 Greek salad720
- 🍷 Bang Bang prawns820
- 🍷 Salad with prawns, avocado, summer greens and wheat germ820
- 🍷🍷 Big green salad850
- 🍷 Nicoise salad850



Bowls

- 🍷🍷 With quinoa, avocado, tomatoes, edamame beans and sweet chili sauce790
- trout +490 | prawns +390
- 🍷🍷 Big with avocado, green lentils, crispy tofu and soy walnut aioli850
- trout +490 | chicken breast +290 | prawns +390

Soups

- Chicken broth with homemade noodles and egg490
- 🍷🍷 Pumpkin cream soup on coconut milk520
- with prawns650
- 🍷🍷 Tom Yum with seafood and jasmine rice1050

Pasta and dough

Can be cooked with gluten-free pasta

- Varenyky with potatoes, oyster mushrooms and blackberry we sculpt ourselves650
- Carbonara with bacon690
- 🍷 Buckwheat noodles with prawns and broccoli690
- Tagliolini with chicken, mushrooms and parmesan750
- Pappardelle with duck confit and sun-dried tomatoes790
- Gnocchi with prawns, sun-dried tomatoes, green peas and ricotta870

Here you will find photos of dishes



Main courses

- Potato draniki 🍷
- with tambov ham and sour cream690
- with trout and sour cream850
- 🍷 Minced turkey patties with root vegetable puree and truffle sauce750
- Shawarma
- with chicken690
- with prawns and mango sauce 🍷🍷790
- Chicken breast with zucchini and carrot tagliatelle with demi-glace sauce690
- 🍷 Pike-perch fillet and orzo with avocado cream790
- 🍷 Beef marble steak with potato stone, mixed salad and pesto850
- Chicken schnitzel with Caesar sauce and romaine lettuce790
- Trout cutlet with green buckwheat and gorgonzola cream950
- 🍷🍷 Trout steak with quinoa, broccoli, mixed salad and soy walnut aioli1490

Side dishes

- Mashed potatoes190
- Jasmine rice | Green buckwheat190
- Quinoa250

All day

- Classic croissant250
- Gluten-free syrniki with sour cream 🍷
- and garden figs 🍷690
- royal raisins and blackcurrant jam690
- and wild strawberries
- Tofu syrniki with coconut caramel and banana 🍷650
- Zucchini draniki with poached egg and sour cream550
- Avocado toast with poached egg, mixed salad and truffle cream cheese570
- Healthy breakfast with green buckwheat, avocado, poached egg and mixed salad 🍷🍷650
- Carrot waffle with guacamole, poached egg and mixed salad 🍷650

We recommend to add:

trout +490 | prawns +390 | tambov ham +290

Coffee our own roastery by Pa Pa Power

Espresso

Americano 250|350 ml

Filter 250|350 ml
brew using the drip method

Flat white 250 ml

Cappuccino 250|350 ml

☼ Latte 350 ml

☼ Chicory cappuccino 350 ml
with coconut milk

Lemon latte with andaliman 350 ml

☼ Salted caramel latte 350 ml
Raf with bourbon vanilla 350 ml

☼ Plant-based 5YES! or lactose-free milk +110
Any coffee can be made on decaf

Add to any drink	
Functional additives	90
Protein	] protein source
Marine collagen	
Lion's mane + reishi + cordyceps	
MCT powder + peruvian maca	
Sprinkles	30
Orange Currant Explosive caramel	
Caramel tonka Asian citrus	

Seasonal drinks 350 ml
we make all the syrups ourselves

Cold filter with tonka bean foam and non-alcoholic amaro	390
Virgin Gin Tonic	450
a refreshing classic made with non-alcoholic gin, tonic and rosemary syrup	
Espresso-tonic Matcha-tonic	470
Orange bumblebee on juice fresh	490 590
Vanilla milkshake	490

Homemade lemonade 350 ml

Ripe sea buckthorn-mango	420
Fresh lime with mint	420
☼ Wild strawberry with lemongrass and tarragon	420
Tropical with passion fruit and blood orange	420

Welness drinks WOW
with functional additives



Banana latte
with protein foam
MCT powder, cordyceps
and maca peruvian
Energy x stamina
450



Apple smoothie lemonade
with lime and mint,
spirulina, apple
fiber and psyllium
Detox x immunity
450



Hojicha with salted
caramel and pear
cordyceps, MCT powder
and lion's mane
Concentration x productivity
450

Matcha and cocoa 350 ml

☼ Matcha latte green blue pink	450
Cocoa with melted belgian chocolatey dark milk	490

☼ Selective teas and tisanes 500 ml

Black black with bergamot pear-wild strawberry	470
Green with jasmine moroccan mint	470
Ulung Te guan yin melissa-chamomile-cornflower	470
Rooibos-lemongrass-currant leaf taiga herbs	470
Ginger with apple	490
Sea buckthorn with ripe mango	590

Fresh juices 300 ml

Ripe Apples Sweet Oranges	550
Rich Grapefruits Citrus Mix	550

Bottled drinks

Juice I'll Primo in assortment	320
Coca-Cola zero	390
Water Aqua Russa sparkling still	390

Lunches from 12:00 to 16:00 on weekdays 2 dishes + drink = 790 3 dishes + drink = 890		
Choose from different sections to suit your taste		
Salads Caesar with chicken Juicy with squid, apple and mango ☼ Bulgur bowl with crispy tofu and walnut soy aioli ☼☼ Soups Creamy root vegetable soup with crispy tofu and shiitake mushrooms ☼ Nutty Miso Ramen with Chicken and Homemade Noodles Pumpkin cream soup with coconut milk and croutons ☼ Homemade bread +50		Hot Pasta with chicken, mushrooms and parmesan Mini chicken schnitzel with cheese sauce and orange coleslaw Orecchiette pasta with shrimp and pesto Turkey cutlets with creamy green buckwheat ☼ Drinks Berry lemonade Tea black, green or fruity Espresso or americano Classic milk +50 Alternative +100