

КБЖУ указаны за 100 гр

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена, кроме*

СБОРНЫЕ	Б	Ж	У	ККАЛ
Картофельный драник с микс-салатом и сметаной*	2	14	10	202
Драник из кабачка с яйцом пашот	9	10	24	284
Полезный завтрак с зелёной гречей, авокадо, яйцом пашот и шпинатом	11	14	31	300
Драник из зелёной гречи с тамбовским окороком, утиным яйцом и соусом из белых грибов	7	6	8	120
Большой завтрак: скрэмбл, авокадо, микс-салат, узбекские томаты, лаймовый крем-чиз, мультизерновой хлеб	22	51	28	680
Большой зелёный салат	2	7	14	127
ЯЙЦА				
Французский омлет со сливочным биском	8	13	2	160
Белковый омлет с цукини и узбекскими томатами	6	10	5	130
Скрэмбл с пармезаном и трюфелем	12	16	1	193
Глазунья с узбекскими томатами, оливками и домашним тартинном	8	10	12	172
Коллагеновый скрэмбл из перепелиных или куриных яиц с пармезаном и трюфелем	21	26	2	325
Шакшука с кремом из феты и греческим йогуртом	6	7	12	154
Скрэмбл с лангустинами, авокадо и руколой	10	13	1	160
ПРОТЕИН				
Белковый омлет с опалённой брокколи и куриной грудкой	29	13	4	311
Протеиновый рикотник с конфитуром из чёрной смородины и кремом из рикотты*	7	7	25	190
Асаи-боул с семенами чиа, манго, маракуйей и шоколадно-ореховым крамблом	16	4	13	157

КБЖУ указаны за 100 гр

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена, кроме *

НА НАШЕМ ДОМАШНЕМ ХЛЕБЕ

	Б	Ж	У	ККАЛ
Авокадо-тост	4	20	17	212
Бенедикт с тамбовским окороком, белыми грибами и маринованными цукини	6	13	9	186
Маффин с бифштексом из мраморной говядины с сыром чеддер и соусом из печёных перцев	11	14	15	230
Бутерброд с красной икрой и сливочным маслом из вяленых томатов	13	9	36	279
Бенедикт с форелью и маринованными цукини	9	15	14	228
Круассан с маслом и конфитюром из лесной земляники или садовой вишни *	4	31	26	409

КАШИ

Овсяная с садовым инжиром, малиной и миндалём	2	5	19	140
Гречотто с белыми грибами, яйцом пашот и пармезаном	8	20	14	320
Рисовая с австралийским манго, ганашем из каффир-лайма на кокосовом молоке	3	12	43	260

ТВОРОГ

Безглютеновые сырники				
– с конфитюром из садовой вишни и сметаной	8	11	18	205
– с конфитюром из лесной земляники и сметаной	8	12	13	200
– безлактозные с конфитюром из чёрной смородины, мятой и безлактозной сметаной	6	6	6	97
– с королевским изюмом, брусничным конфитюром и сметаной	5	8	19	183
Безлактозный воздушный творог с вишнёвым конфитюром и миндалём	12	6	9	140

КБЖУ указаны за 100 гр

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена, кроме*

ЗАКУСКИ	Б	Ж	У	ККАЛ
Домашний хлеб с томатным маслом*	6	4	30	178
Битые оливки	1	12	10	150
Куриный паштет с садовым инжиром, вишнёвым конфитюром и домашним тартинном	9	7	30	200
Запечённый баклажан с горгонзолой и свежими травами	2	8	4	103
Большой зелёный салат	2	7	14	127
Тартар из говяжьей вырезки с запечённым бататом, гуакамоле и чипсами из топинамбура	9	14	5	189
Отборные узбекские томаты с фенхелем, ялтинским луком и ароматным маслом	1	10	4	111
Салат «Цезарь»				
– с цыплёнком	10	22	9	273
– с лангустинами	3	21	10	258
– с крабом	7	22	11	270
Салат с лангустинами, авокадо, летней зеленью и пророщенной пшеницей	5	8	3	110
Греческий салат	3	4	4	62
Боул с форелью, авокадо, киноа, томатами, бобами эдамаме и соусом свит чили	9	8	19	190
СУПЫ				
Куриный бульон с грудкой су-вид, лапшой и брокколи	29	8	12	275
Тыквенный крем-суп с муссом из пармезана	6	11	10	190
Том ям с морепродуктами и рисом жасмин	5	6	11	134
ОСОЗНАННЫЙ СТРИТФУД				
Шаверма				
– с цыплёнком и йогуртовым соусом*	16	12	15	230
– с лангустинами, осьминогом и кремом из пармезана	8	11	20	200
– с крабом и соусом цезарь	5	8	16	157
Бургер с котлетой из мраморной говядины и сыром чеддер	9	17	15	253
Бургер с котлетой из ягнёнка и сыром чеддер	18	24	16	415

КБЖУ указаны за 100 гр

Любое блюдо мы можем приготовить без глютена, кроме*

ПАСТА И ТЕСТО	Б	Ж	У	ККАЛ
Орзо с кроликом и страчателлой	9	11	21	227
Тальятелле с гребешками, цветной капустой и трюфелем	8	7	30	257
Тальятелле с лангустинами, томатами и оливками	10	8	31	241
Вареники с картофелем, белыми грибами и ежевиком	2	4	8	76
Пельмени с говядиной, маслом гхи и деревенской сметаной	8	8	1	76
ОСНОВНЫЕ БЛЮДА				
Рубленые котлеты из индейки с зелёной гречей, брокколи и белыми грибами	9	9	11	158
Куриная грудка с красным киноа, авокадо, брокколи и соусом из пармезана	15	9	11	150
Котлета из форели со свекольным ризотто и кремом из горгонзолы	11	10	18	208
Говяжий бифштекс с белыми грибами, яйцом пашот и карамельно-трюфельным демигласом	10	19	3	261
Бифштекс из ягнёнка с узбекскими томатами и мятным песто	14	17	4	205
Бефстроганов из говядины с мятым картофелем или зелёной гречкой и малосольным огурцом	6	10	7	165
Палтус с булгуром, бататом и соусом из спирулины	2	5	13	108
Филе говядины с пюре из цветной капусты, шпинатом и соусом демиглас	10	6	5	131
Марокканский осьминог с картофелем, соусом биск и муссом из пармезана	8	15	5	190
Филе форели с киноа и маринованным фенхелем в дрессинге из узбекских лимонов	12	9	17	230