



Самая вкусная еда таит в себе маленький секрет...
в нее бросают всегда щепоточку любви!

Меню от шефа

Салат с ростбифом

390 ₺



Микс салатных листьев с запечённой говядиной с кунжутно-соевым соусом.

В одной порции, 150 г:

*жиры – 26,73 г; белки – 19,43 г; углеводы – 54,04 г;
калорийность – 179,34 ккал.*

Пельмени

320 ₺



Традиционные пельмени с рубленым фаршем из говядины и свинины, ручной лепки.

В одной порции, 230 г:

*жиры – 10,80 г; белки – 10,10 г; углеводы – 36,40 г;
калорийность – 797,80 ккал.*

Утиная грудка

690 ₺



Филе утиной грудки запечённое подаётся под соусом из тертого имбиря, клюквы и чёрной смородины, подаётся с запечённым яблоком.

В одной порции, 341 г:

*жиры – 49,96 г; белки – 33,77 г; углеводы – 75,53 г;
калорийность – 568,51 ккал.*



Я ем, чтобы жить, а не живу, чтобы есть.
Лучшая приправа к пище – голод.
Сократ

Диетическое меню

Салат фитнес

190 ₺



Белокочанная капуста, яблоко, сырая морковь и свекла заправляется оливковым маслом без специй.

В одной порции, 250 г:
жиры – 10,37 г;
белки – 3,17 г;
углеводы – 17,90 г;
калорийность – 177,59 ккал.

Овощной суп

210 ₺



Суп пюре на воде без специй.

В одной порции, 201 г:
жиры – 0,33 г;
белки – 2,59 г;
углеводы – 6,05 г;
калорийность – 37,49 ккал.

Куриное филе на пару

390 ₺



Подается с паровыми овощами.

В одной порции, 270 г:
жиры – 4,56 г;
белки – 29,00 г;
углеводы – 6,18 г;
калорийность – 181,75 ккал.

Каша на воде без специй

120 ₺



В одной порции, 150 г:
жиры – 6,57 г;
белки – 8,57 г;
углеводы – 55,44 г;
калорийность – 315,14 ккал.



Так же как поглощение пищи без удовольствия превращается в скучное питание, так занятия наукой без страсти засоряет память, которая становится неспособной усваивать то, что она поглощает.
Леонардо да Винчи

Салаты

Салат с печёной тыквой

350 ₹



Салат с печёной тыквой и перцем, листьями салата, сыром моцарелла, тыквенными семечками заправляется горчишно-медовой заправкой.

В одной порции, 275 г:
жиры – 31,01 г;
белки – 21,93 г;
углеводы – 25,90 г;
калорийность – 470,44 ккал.

Греческий салат

310 ₹



Сочные томаты и огурцы, красный лук, паприка и сливочный сыр.

В одной порции, 260 г:
жиры – 34,99 г;
белки – 9,77 г;
углеводы – 8,11 г;
калорийность – 386,43 ккал.

Салат Цезарь



с тигровыми креветками

450 ₹

Хрустящие листья салата ромейн заправленные классическим соусом Цезарь, подаются с тигровыми креветками, сыром пармезан и сухариками из чабатты.

В одной порции, 160 г:
жиры – 19,83 г;
белки – 20,45 г;
углеводы – 9,58 г;
калорийность – 298,60 ккал.



с куриным филе

370 ₹

Салат ромейн, томаты черри, нежное куриное филе, сыр пармезан и соус собственного приготовления.

В одной порции, 170 г:
жиры – 39,87 г;
белки – 25,45 г;
углеводы – 7,76 г;
калорийность – 491,65 ккал.

Тёплый салат с курицей

330 ₹



Хрустящие листья салата, куриное филе в глазури из соуса терияки и кунжута.

В одной порции, 177 г:
жиры – 8,53 г;
белки – 12,79 г;
углеводы – 23,80 г;
калорийность – 223,09 ккал.



Супы

Бульон куриный

210 ₺



С лапшой и перепелиным яйцом.

В одной порции, 199 г:

*жиры – 8,83 г; белки – 15,37 г; углеводы – 13,82 г;
калорийность – 196,22 ккал.*

Скандинавская уха

410 ₺



Лосось, треска, морковь, картофель, лук-порей в сливках.

В одной порции, 310 г:

*жиры – 13,92 г; белки – 25,72 г; углеводы – 17,36 г;
калорийность – 297,60 ккал.*

Тыквенный крем-суп

280 ₺



Тыквенный суп со сливками, тыквенными семечками и оливковым маслом.

В одной порции, 210 г:

*жиры – 19,81 г; белки – 16,13 г; углеводы – 20,90 г;
калорийность – 286,36 ккал.*

Борщ украинский

370 ₺



Традиционный украинский борщ с гренками, салом и зеленым луком.

В одной порции, 404,5 г:

*жиры – 39,17 г; белки – 16,91 г; углеводы – 24,29 г;
калорийность – 517,33 ккал.*



Горячие закуски

Баклажаны, запечённые с томатами и сыром моцарелла

250 ₹



Запечённые под соте из зеленого горошка и моркови, с сыром пармезан.

*В одной порции, 260 г:
жиры – 48,09 г; белки – 18,02 г; углеводы – 8,74 г;
калорийность – 539,86 ккал.*

Жюльен с грибами

190 ₹



Грибы с луком, запечённые в сливочном соусе под сыром.

*В одной порции, 101 г:
жиры – 12,85 г; белки – 7,56 г; углеводы – 4,13 г;
калорийность – 162,43 ккал.*

Кокот с курицей

190 ₹



Куриное филе, запечённое в сливочном соусе под сыром.

*В одной порции, 101 г:
жиры – 12,85 г; белки – 7,56 г; углеводы – 4,13 г;
калорийность – 162,43 ккал.*

Шаверма

280 ₹



Лаваш, начинённый приготовленным на гриле, а затем рубленным мясом курицы с добавлением специй и салата.

*В одной порции, 400 г:
жиры – 5,70 г; белки – 5,70 г; углеводы – 2,90 г;
калорийность – 477,77 ккал.*



Горячие блюда из мяса

Стейк рибай

1290 Р



Подается с листьями салата, печеным луком-пореем и соусом ред вайн.

*В одной порции, 371,5 г:
жиры – 28,02 г;
белки – 34,89 г;
углеводы – 11,68 г;
калорийность – 438,44 ккал.*

Медальоны из филе говядины

790 Р



Подаются на овощах в соевом соусе.

*В одной порции, 325 г:
жиры – 27,58 г;
белки – 34,02 г;
углеводы – 13,43 г;
калорийность – 438,05 ккал.*

Бефстроганов с грибами

420 Р



Подается с картофельным пюре, корнишонами и томатами черри

*В одной порции, 335,1 г:
жиры – 24,74 г;
белки – 6,84 г;
углеводы – 32,67 г;
калорийность – 380,74 ккал.*

Шницель по министерски

450 Р



Поджаренная свиная шея в горчичной смеси подается с картофелем фри под горчичным соусом.

*В одной порции, 380 г:
жиры – 32,28 г;
белки – 36,46 г;
углеводы – 55,35 г;
калорийность – 612,85 ккал.*

Свинные ребра в соусе барбекю

480 Р



Свинные ребра запеченные в соусе барбекю с моченой клюквой и квашеной капустой.

*В одной порции, 230/145 г:
жиры – 38,23 г;
белки – 32,79 г;
углеводы – 43,80 г;
калорийность – 519,52 ккал.*



Паста

Тальятелли с овощами

390 ₺



Тальятелли с овощами, тимьяном, базиликом.

В одной порции, 393 г:
жиры – 26,73 г;
белки – 19,43 г;
углеводы – 54,04 г;
калорийность – 534,42 ккал.

Паста карбонара

390 ₺



Классическая итальянская паста с беконом, ветчиной в сливках, приправленная сыром пармезан.

В одной порции, 332 г:
жиры – 49,96 г;
белки – 33,77 г;
углеводы – 75,53 г;
калорийность – 886,88 ккал.

Паста с курой и грибами

370 ₺



Тальятелли с курой и грибами в сливочном соусе и сыром пармезан.

В одной порции, 330 г:
жиры – 32,28 г;
белки – 36,46 г;
углеводы – 55,35 г;
калорийность – 657,80 ккал.

Паста с лососем и треской

560 ₺



Паста с кусочками лосося и трески слегка обжаренными подаётся под сливочным соусом.

В одной порции, 301 г:
жиры – 32,28 г;
белки – 36,46 г;
углеводы – 55,35 г;
калорийность – 451,59 ккал.

Паста под соусом путтанеска

390 ₺



Паста с обжаренными кусочками говядины и овощами подаётся под соусом путтанеска.

В одной порции, 301 г:
жиры – 30,15 г;
белки – 37,45 г;
углеводы – 23,80 г;
калорийность – 367,62 ккал.

Путтанеска – жгучий соус из томатов, маслин, лука и чеснока. Согласно легенде, это кушанье 200 лет назад придумали флорентийские куртизанки, в нем сочетаются острые и солоноватые ингредиенты.



Горячие блюда из рыбы и морепродуктов

Треска мурманская

490 ₺



Запечённая под соте из зеленого горошка и моркови, с сыром пармезан.

В одной порции, 355 г:

*жиры – 24,85 г; белки – 26,26 г; углеводы – 31,61 г;
калорийность – 455,12 ккал.*

Стейк из лосося

гриль 790 ₺



Подаётся с припущенными овощами под сливочным соусом.

В одной порции, 272 г:

*жиры – 24,29 г; белки – 30,99 г; углеводы – 12,58 г;
калорийность – 392,89 ккал.*

на пару 790 ₺



Подаётся на островке из зелёного горошка со стручковой фасолью и лагуной соуса «Бур-Блан».

В одной порции, 272 г:

*жиры – 24,29 г; белки – 30,99 г; углеводы – 12,58 г;
калорийность – 392,89 ккал.*



Горячие блюда из птицы

Куриное фрикасе

370 ₺



Куриное филе, томлёное в сливках, подаётся с картофельным пюре.

В одной порции, 288 г:
жиры – 15,05 г;
белки – 32,87 г;
углеводы – 20,35 г;
калорийность – 352,04 ккал.

Котлета Пожарская

370 ₺



Сочные котлеты из куриной грудки с картофельным пюре и грибным жульеном.

В одной порции, 170/150/40/15/2 г:
жиры – 41,80 г;
белки – 29,60 г;
углеводы – 47,30 г;
калорийность – 684,10 ккал.

Гарниры

Картофельное пюре 140 ₺



В одной порции, 150 г:
жиры – 10,20 г; белки – 3,32 г;
углеводы – 23,42 г; калорийность – 198,82 ккал.

Картофель фри 140 ₺



В одной порции, 190 г:
жиры – 6,11 г; белки – 5,90 г;
углеводы – 37,83 г; калорийность – 229,95 ккал.

Картофель отварной 120 ₺



В одной порции, 150 г:
жиры – 7,85 г; белки – 2,91 г;
углеводы – 25,45 г; калорийность – 184,14 ккал.

Овощи припущенные 140 ₺



В одной порции, 200 г:
жиры – 12,77 г; белки – 4,79 г;
углеводы – 9,57 г; калорийность – 172,37 ккал.

Овощи гриль 220 ₺



В одной порции, 200 г:
жиры – 47,97 г; белки – 3,40 г;
углеводы – 12,19 г; калорийность – 494,11 ккал.

Соусы и топпинги

Майонез / Кетчуп / Сметана / Мёд / Варенье 50 ₺



Хорошей погоды совершенно достаточно для счастья,
а в плохую можно, к примеру, испечь яблочный пирог.

И никакого дополнительного смысла не требуется.

Как в детстве...

Макс Фрай

Кофе разогревает утро всего мира

Десерты



Морковный торт **150 ₹**

В одной порции, 167 г:

жиры – 8,99 г; белки – 3,09 г;

углеводы – 60,45 г; калорийность – 335,10 ккал.

Мороженое ванильное **180 ₹**

В одной порции, 150 г:

жиры – 22,50 г; белки – 4,80 г;

углеводы – 31,20 г; калорийность – 346,50 ккал.



Чизкейк Нью-Йорк и Карамельный на выбор **190 ₹**

В одной порции, 130 г:

жиры – 15,59 г; белки – 7,11 г;

углеводы – 26,81 г; калорийность – 274,36 ккал.



Брауни шоколадный **190 ₹**

В одной порции, 130 г:

жиры – 15,51 г; белки – 4,40 г;

углеводы – 61,93 г; калорийность – 404,91 ккал.



Штрудель **210 ₹**

Яблочный

В одной порции, 137 г:

жиры – 10,80 г; белки – 2,93 г;

углеводы – 40,91 г; калорийность – 214,04 ккал.

Напитки

Вода минеральная, 0,5 л. **70 ₹**

Кофе (Эспрессо, Американо) **70 ₹**

Кофе Капучино **90 ₹**

Кофе Латте **110 ₹**

Сок свежавыжатый, 0,2 л. **180 ₹**

Апельсиновый, грейпфрутовый, морковный,
яблочный

Сок пакетированный, 0,2 л. **80 ₹**

Молочный коктейль, 0,3 л. **150 ₹**



*Приготовление чая – занятие не из обыденных.
Для этого потребен подходящий человек, который
достоинством своим был бы равен достоинству чая.
Такой человек должен обладать душой возвышенного
отшельника, хранящего в себе красоту туманной
дымки, горных ключей и могучих скал.
Лу Шушэн*

Чай

Ассам	190 ₹
Классический чёрный чай.	
Эрл Грей	190 ₹
Чёрный чай с добавлением бергамота.	
Сенча	190 ₹
Самый популярный японский зелёный чай.	
Зеленый с жасмином	190 ₹
Молочный улун	190 ₹
По вашему желанию в чай можно добавить женьшень, имбирь, липовый цвет, мелиссу или чабрец, чайник 0,5 л.	

Специальное предложение горячих напитков

Белое дерево	160 ₹
Липовый цвет, заваренный на башкирском мёде с корицей и лимоном (0,5 л).	
Женьшень	160 ₹
Настой женьшеня со свежим яблоком, апельсином, анисом и имбирём (0,5л).	
Восток – Запад	160 ₹
Плоды шиповника с белым пионом, заваренные с мелиссой, гвоздикой и клубничным сиропом (0,5 л).	