



ЖИЗНЬ

Завтраки

СЫРНИКИ СО СМЕТАНОЙ



160/30 г
245 ₹
31,6 / 13,2 / 35,8*
386,0 kkal /
со сметаной
500,3 kkal



150/30 г
209 ₹
15,5 / 16,7 / 46,2*
386,5 kkal /
со сметаной
500,8 kkal

БРУСКЕТТА С ЛОСОСЕМ
И СЛИВОЧНЫМ СЫРОМ



100 г
309 ₹
6,1 / 7,6 / 23,88*
182,2 kkal

ПАНКЕЙКИ ИЗ РИКОТТЫ
СО СМЕТАНОЙ



180/30 г
229 ₹
18,1 / 39,5 / 44,8*
480,3 kkal /
со сметаной
594,6 kkal

БЛИНЧИКИ
СО СМЕТАНОЙ



100/30 г
99 ₹
5,3 / 9,8 / 24,2*
122 kkal /
со сметаной
236,4 kkal

ОВСЯНАЯ КАША



▷ / молоко кокосовое или коровье, овсяные хлопья долгой варки, гранола, яичное безе, сахар, топленое масло /

250 г
189 ₺
на кокосовом молоке 5,0/5,2/32,0* 197,0 kkal / на коровьем молоке 9,0/7,1/33,4* 233,0 kkal + топленое масло 17,7 kkal

РИСОВАЯ КАША



▷ / молоко кокосовое или коровье, рис, гранола, яичное безе, сахар, топленое масло /

250 г
189 ₺
на кокосовом молоке 5,2/6,2/53,9* 301,6 kkal / на коровьем молоке 10,9/7,5/58,1* 352,0 kkal + топленое масло 17,7 kkal

КУРИНЫЙ СУП



▷ / грибы белые и шампиньоны, морковь, лук, картофель, консервированная фасоль, сельдерей, шпинат /

330 г
179 ₺
21,9/10,8/9,9* 227,5 kkal

▷ / куриные фрикадельки, яйцо, макароны, шпинат /

Супы

320 г
219 ₺
8,4/16,7/9,4* 220,7 kkal

ЗЕРНЕННЫЙ ТВОРОГ С МАЛИНОВЫМ СОУСОМ И ГРАНОЛОЙ



ГРАНОЛА С ЙОГУРТОМ И МАЛИНОВЫМ СОУСОМ



200 г
165 ₺
9,4/12,5/27,1* 255,0 kkal

190 г
229 ₺
20,3/16,1/12,6* 275,4 kkal

ОМЛЕТ



100/20 г
119 ₺
11,0/19,9/1,9* 229,6 kkal

НАПОЛНИТЕЛИ ДЛЯ ОМЛЕТА:

- ПОМИДОР 0,5/0,1/2,5* 11,5 kkal 40 г **50 ₺**
- СЫР 6,7/6,2/0,5* 89,0 kkal 25 г **50 ₺**
- ГРИБЫ 1,0/5,2/0* 50,6 kkal 20 г **50 ₺**
- ЛУК 0,2/5,0/1,8* 52,4 kkal 20 г **10 ₺**
- ЛОСОСЬ 8,3/6,0/0* 87,6 kkal 40 г **135 ₺**
- БЕКОН 6,2/12,1/0* 135 kkal 40 г **90 ₺**

ТОМ ЯМ



ГРИБНОЙ СУП



▷ / паста со специями том ям, сливки натуральные, кокосовое молоко, тигровые креветки, рис, шампиньоны, зелень, соевый соус /

300 г
399 ₺
17,5/17,9/13,0* 285,1 kkal

Салаты

ОВОЩНОЙ САЛАТ
С РОСТКАМИ СОИ



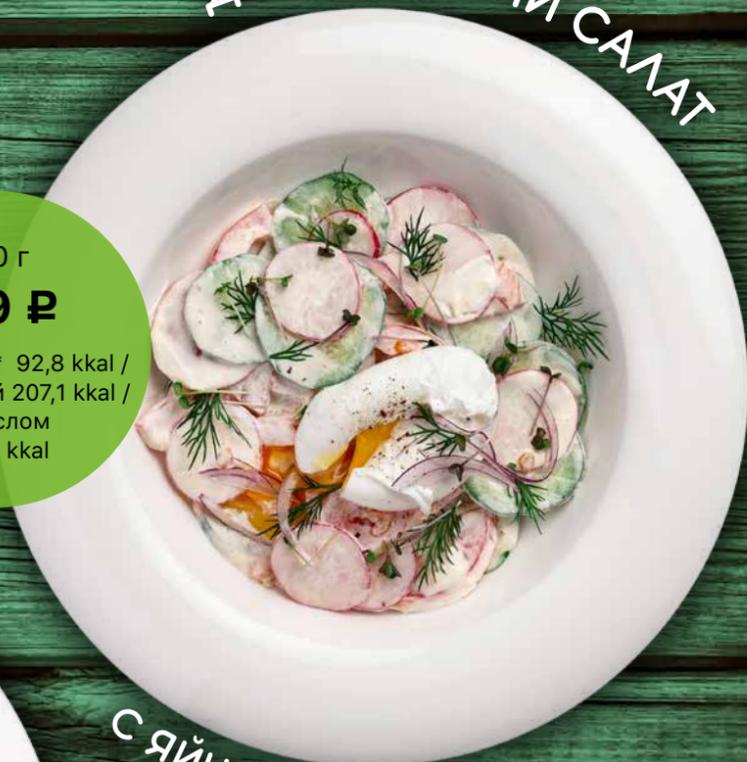
▷ / капуста, огурец, болгарский перец, морковь, свекла, ростки сои, бобы, зелень, уксус, ароматное масло /

▷ / телятина, помидор, болгарский перец, морковь, цукини, бальзамический уксус, шпинат, зелень, растительное масло, смесь семян: тыквенные, подсолнечник, семена льна, кунжут /

200 г
399 ₺

13,0 / 28,1 / 8,8*
321,9 kkal

ДЕРЕВЕНСКИЙ САЛАТ



220 г
219 ₺

6,6 / 4,8 / 7,3* 92,8 kkal /
со сметаной 207,1 kkal /
с маслом 269,6 kkal

САЛАТ С ЯЙЦОМ ПАШОТ

170 г
199 ₺

4,5 / 16,4 / 10,9*
200,9 kkal

▷ / огурец, помидор, редис, красный лук, зелень, яйцо, сметана /

САЛАТ С РОСТБИФОМ И ОВОЩАМИ ГРМБЪ



100 г
479 ₺

18,6 / 13,3 / 1,3*
196,8 kkal

▷ / туец, томаты, стручковая фасоль, шпинат, красный лук, яйцо, руккола, маслины, заправка горчично-лимонная, зелень, смесь семян: тыквенные, подсолнечник, семена льна, кунжут /

ЗЕЛЁНЫЙ САЛАТ
С КУРИЦЕЙ СУ-ВИД



200 г
269 ₺

23,0 / 23,0 / 4,1*
314,4 kkal

▷ / куриное филе, яйцо, шпинат, томаты, руккола, бобы, имбирная заправка, зелень /

САЛАТ С ТУНЦОМ И ЗЛАКАМИ



200 г
469 ₺

20,9 / 33,7 / 5,6*
416,7 kkal

СЁМГА
С ДИЖОНСКОЙ ГОРЧИЦЕЙ
И СОЕВЫМ СОУСОМ



* белки/ жиры/ углеводы

Торачел

ТЕФТЕЛИ ИЗ ЩУКИ
СО СЛИВОЧНО-ГРИБНЫМ СОУСОМ



160/90 г
345 ₺
22,9 / 10,7 / 9,9*
235,6 kkal
сливочно-грибной
соус
178,2 kkal

КРАБОВЫЕ КОТЛЕТЫ
С СОУСОМ РУЙ



150/50 г
459 ₺
24,1 / 13,4 / 5,2*
223,9 kkal
соус руй
143,0 kkal



ЛЮЛЯ-КЕБАБ

150/30/30 г
339 ₺
27,3 / 23,4 / 3,7*
332,9 kkal
томатный соус
36,9 kkal

КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ
С ТОМАТНЫМ СОУСОМ



120/30/30 г
239 ₺
27,3 / 17,1 / 3,1*
320,4 kkal
томатный соус
36,9 kkal

ЖАРЕННЫЕ / НА ПАРУ
С ТОМАТНЫМ СОУСОМ



70/110 г
569 ₺
22,8 / 11,5 / 39,9*
358,6 kkal

ЛОСОСЬ НА ГРИЛЕ
С ГРЕЧНЕВОЙ ЛАПШОЙ СОБА
И СОУСОМ ТЕРИЯКИ

△ / лук, морковь, подсолнечное масло, кунжут, зелень /

▷ / тигровые креветки, кальмары, цукини, соус песто, зелень, чёрный молотый перец /



ФУНЧОЗА
С ОВОЩАМИ

230 г
219 ₺
3,6 / 18,8 / 50,4*
304,7 kkal

△ / рисовая лапша, цукини, болгарский перец, древесный гриб, сельдерей, морковь, кунжут, чеснок, подсолнечное масло, соевый соус, зелень /



120/40 г
259 ₺
38,0 / 2,7 / 1,9*
186,1 kkal

КУРИНОЕ ФИЛЕ
СУ-ВИД



120 г
369 ₺
21,0 / 7,9 / 1,2*
155,6 kkal

МОРЕПРОДУКТЫ
НА ГРИЛЕ В СОУСЕ ПЕСТО

▷ ДОБАВКИ
К ФУНЧОЗЕ С ОВОЩАМИ:
ТИГРОВЫЕ КРЕВЕТКИ 40 г **199 ₺**
9,0 / 5,9 / 0* 86,9 kkal
КУРИНОЕ ФИЛЕ 50 г **69 ₺**
14,9 / 5,9 / 0* 112,7 kkal

Тартиры

БУЛГУР СО СЛИВКАМИ
И СЫРОМ С ГОЛУБОЙ ПЛЕСЕНЬЮ



150 г
129 ₺
6,8 / 9,9 / 17,8*
203,9 kkal

КАРТОФЕЛЬ С РОЗМАРИНОМ И ЗЕЛЕНЬЮ
И ЧИНИИ



150 г
129 ₺
3,6 / 5,6 / 18,6*
135,7 kkal

ФРУКТОВЫЙ САЛАТ



150 г
169 ₺
3,4 / 6,0 / 21,7*
148,3 kkal

Десерты

СИЦИЛИЙСКИЙ ТОРТ



135 г
209 ₺
9,2 / 28,5 / 79,2*
608,6 kkal

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ



150 г
129 ₺
1,6 / 10,1 / 2,4*
105,9 kkal

170 г
189 ₺
8,3 / 7,1 / 30,5
218,8 kkal /
со сметаной
333,1 kkal



ГРЕЧКА С ГРИБАМИ, ЛУКОМ И СМЕТАНОЙ

150 г
129 ₺
2,5 / 3,3 / 14,3*
96,2 kkal



ЖАРЕННЫЙ ПАПОРТОНИК

/ помидор,
цукини,
болгарский перец,
цветная капуста,
морковь, зелень,
подсолнечное
масло /



120 г
129 ₺
2,0 / 3,2 / 6,7*
58,4 kkal

ОВОЩИ ПАРОВЫЕ / ПЕЧЕНЬЯ

ФИНИКОВЫЕ КОНФЕТЫ



85 г
129 ₺
3,5 / 5,5 / 58,5*
284,5 kkal

/ финики, курага,
чернослив, грецкий
орех, миндаль /

/ манка, овсяные хлопья,
кокосовая стружка,
сливочное масло, сахар /

65 г
69 ₺
5,5 / 22,1 / 37,9*
374,0 kkal



ОВСЯНОЕ ПЕЧЕНЬЕ
С КОКОСОВОЙ СТРУЖКОЙ

/ яйцо, сахар, мука в/с, морковь,
корица, масло растительное,
соль, сливки натуральные,
сливки растительные,
сливочный сыр, топпинг
карамель, грецкий орех, пекан /

Напитки

СВЕЖЕВЫЖАТЫЕ СОКИ

АПЕЛЬСИНОВЫЙ	250 мл	239 ₺
<small>2,0 / 0,3 / 25,0* 110,9 kkal</small>		
ЯБЛОЧНЫЙ	250 мл	239 ₺
<small>1,0 / 1,0 / 29,5* 112,5 kkal</small>		
ГРЕЙПФРУТОВЫЙ	250 мл	239 ₺
<small>2,2 / 0,5 / 21,7* 87,5 kkal</small>		
АНАНАСОВЫЙ	250 мл	350 ₺
<small>0,1 / 0 / 29,7* 133,3 kkal</small>		
МОРКОВНЫЙ	250 мл	149 ₺
<small>2,3 / 0,3 / 21,4* 75,9 kkal</small>		
СЕЛЬДЕРЕЕВЫЙ	250 мл	266 ₺
<small>3,3 / 1,0 / 10,2* 64,1 kkal</small>		

НАПИТКИ

МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	250 мл	119 ₺
ЯГОДНЫЙ МОРС	250 мл	69 ₺
СОК РИЧ		
В АССОРТИМЕНТЕ	250 мл	69 ₺
БОНАКВА		
ГАЗ / БЕЗ ГАЗА	250 мл	69 ₺
ЖЕМЧУЖИНА		
БАЙКАЛА	250 мл	99 ₺
ФЬЮЗТИ	250 мл	90 ₺
РЕД БУЛЛ	250 мл	139 ₺
КОКА-КОЛА	500 мл	79 ₺

ЧАЙ В ЧАШКЕ

ЧЁРНЫЙ КЛАССИЧЕСКИЙ / ЭРА ГРЕЙ / ЗЕЛЁНЫЙ / ФРУКТОВЫЙ / РОМАШКА	200 мл	59 ₺
--	--------	------

ЧАЙ В ЧАЙНИКЕ

ЧЁРНЫЙ КЛАССИЧЕСКИЙ / ЭРА ГРЕЙ / ЗЕЛЁНЫЙ / С ЖАСМИНОМ / ФРУКТОВЫЙ / МОРГЕНТАУ / МОЛОЧНЫЙ УЛУН	500 мл	129 ₺
---	--------	-------

ЧАЙ ТРАВЯНОЙ

С МЕЛИССОЙ МЯТОЙ И ЛИМОНОМ / АРОМАТНЫЙ ЧАБРЕЦ С МЕДОМ / СМОРОДИНОВЫЙ ЧАЙ С МЯТОЙ / ИВАН ЧАЙ С ДУШИЦЕЙ И БАДЬЯНОМ	600 мл	189 ₺
--	--------	-------

КОФЕ

ЭСПРЕССО	40 мл	99 ₺
АМЕРИКАНО	190 мл	99 ₺
КАПУЧИНО		
КОРИЦА / ШОКОЛАД	220 мл	129 ₺
ЛАТТЕ	250 мл	129 ₺
ЛАТТЕ С СИРОПОМ	250 мл	149 ₺
ГЛЯСЕ	250 мл	149 ₺
СЛИВОЧНЫЙ РАФ		
КОКОСОВЫЙ / ВАНИЛЬНЫЙ	330 мл	225 ₺
КАКАО	230 мл	99 ₺
ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАД	200 мл	119 ₺

Кофе с собой

АМЕРИКАНО	250 мл	125 ₺
КАПУЧИНО		
КОРИЦА / ШОКОЛАД	300 мл	145 ₺
КАПУЧИНО		
НА СОЕВОМ / КОКОСОВОМ МОЛОКЕ	300 мл	205 ₺
ЛАТТЕ	300 мл	145 ₺
ЛАТТЕ С СИРОПОМ	320 мл	165 ₺



Директор: Ващенко
Бухгалтер: Ващенко



Наличный / безналичный расчёт

