

# Энергетическая ценность



## Холодные закуски

|   |          |  | * в 100 г   |            |                |   |
|---|----------|--|-------------|------------|----------------|---|
|   |          |  | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>кКал/кДж |
| Сёмга малой соли  | 80/100 г | Сёмга с/с, багет, крем-чиз (сыр творожный, сливки 33%), огурцы свежие, микрогрин.  | 12,00       | 14,00      | 17,00          | 240,00                                  |
| Сырная тарелка  | 120/40 г | Сыр Бри, сыр Блю с плесенью, сыр Пармезан, мед, голубика свежая, микрогрин.  | 17,00       | 19,00      | 19,00          | 315,00                                  |
| Мясная тарелка  | 120/30 г | Шейка свиная в/к, карбонад в/к, колбаса с/к, черри вяленые, оливки консервированные, микрогрин.  | 10,00       | 23,00      | 2,00           | 255,00                                  |
| Паштет из печени<br>куриной с имбирной<br>грушей в эклере | 190 г    | Эклер, крем-чиз (сыр творожный, сливки 33%), паштет из куриной печени (печень куриная, молоко 2,5%, масло сливочное, сливки 33%, соль, мускатный орех, чеснок свежий, морковь свежая, лук репчатый свежий, масло растительное), груша имбирная (груша, имбирь, масло сливочное, сахар, вода), микрогрин. | 3,00        | 16,00      | 8,00           | 190,00                                  |
| Хумус из чечевицы<br>с сыром Фета<br>томатами черри       | 135 г    | Хумус из чечевицы (чечевица красная, масло оливковое, паста Тахини, чеснок, фреш лимона, фреш апельсина, специя Хуцко сунели, сахар, зира, соль), томаты черри, лук красный, сыр Фета, мята свежая, кинза свежая, соль морская, смесь перцев, масло оливковое.   | 6,00        | 13,00      | 12,00          | 191,00                                  |
| Перец печеный<br>с соусом Тоннато<br>кинзой и каперсами   | 165 г    | Соус Тоннато (сливки 33%, вино белое сухое, масло растительное, туец консервированный, майонез 67%), перец печеный (перец болгарский, масло растительное), каперсы консервированные, хлеб чабатта  | 6,00        | 15,00      | 18,00          | 233,00                                  |
| Карпаччо из говядины<br>с трюфельным соусом<br>и рукколой | 140 г    | Говядина вырезка, соус руккола (руккола свежая, масло трюфельное, масло оливковое, чеснок свежий, сыр пармезан, соль), сыр пармезан, руккола свежая, микрогрин   | 17,00       | 28,00      | 0,30           | 323,00                                  |

## Салаты

|  |           |  | * в 100 г   |            |                |   |
|--|-----------|--|-------------|------------|----------------|---|
|  |           |  | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>кКал/кДж |
| Буррата  | 160/170 г | Сыр Буррата, помидоры розовые, перец болгарский печеный, соус песто из базилика (базилик свежий, укроп свежий, масло растительное, соль, фреш лимона), масло оливковое, микрогрин, соль морская, смесь перцев.   | 8,00        | 15,00      | 3,50           | 180,00                                  |
| Салат Мильфей с<br>креветками и<br>кукурузой   | 270 г     | Кукуруза, микс-салат (салат Ромэн, салат Айсберг), креветки тигровые жареные, огурцы свежие, помидоры свежие, авокадо, соус Айоли молочный (масло растительное, молоко 2,5%, соль, чеснок свежий), соус Блэк (крем Бальзамик черный, соус соевый, чили кисло-сладкий), крутон из Бородинского хлеба.   | 6,00        | 12,00      | 14,00          | 190,00                                  |
| Салат с<br>морепродуктами и<br>манговым соусом | 200 г     | Креветки маринованные (креветки тигровые, соус устричный, масло растительное, чеснок), масло растительное, осьминоги су-вид, краб, микс-салат (салат Ромэн, салат Айсберг), огурцы свежие, томаты черри свежие, соус Манго (пюре манго, горчица зерновая, фреш апельсина), микрогрин.  | 10,00       | 4,00       | 6,00           | 100,00                                  |
| Большой чикен салат                            | 230 г     | Кукуруза консервированная, микс-салат (салат Ромэн, салат Айсберг), помидоры свежие, огурцы свежие, заправка на чикен салат (кефир, чеснок, укроп свежий, майонез 67%, соль), филе бедра маринованное (филе бедра куриного, кефир, чеснок, уксус 9%, соль морская, перец чёрный молотый, специя Барбекю), паста Чили (лук салатный, перец чили свежий, сахар, хондаши, соус устричный, шичими, соус устричный, масло растительное), редис свежий, микрогрин. | 9,00        | 15,00      | 4,00           | 190,00                                  |

|  |       | *в 100 г    |            |                |   |
|--|-------|-------------|------------|----------------|---|
|  |       | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>кКал/кДж |
| Салат с хрустящими баклажанами и кокосовым соусом  | 170 г | 1,50        | 9,00       | 10,00          | 130,00                                  |
| Баклажаны очищенные, крахмал кукурузный, помидоры свежие, кинза свежая, соус кокосово-кунжутный (соус соевый, масло кунжутное, молоко кокосовое, крахмал кукурузный), соус Блэк (крем Бальзамик черный, соус соевый, чили кисло-сладкий).  |       |             |            |                |   |
| Салат Ростбиф  | 270 г | 8,00        | 11,00      | 10,00          | 170,00                                  |
| Картофель жареный из отварного, корнишоны маринованные, горошек зелёный консервированный, соус Тонато (майонез 67%, тунец консервированный, масло растительное, вино белое сухое, сливки 33%), ростбиф (вырезка говяжья, перец черный, соль, тимьян свежий, розмарин, масло сливочное, чеснок), яйцо куриное, смесь перцев, микрогрин. |       |             |            |                |   |
| Салат с печенью трески   | 300 г | 4,00        | 17,00      | 8,00           | 200,00                                  |
| Фасоль стручкова с/м, картофель свежий, шпинат свежий, печень трески, соус нисуаз (горчица зернистая, соус соевый, масло растительное), яйцо куриное, томаты черри, соль морская, смесь перцев, микрогрин.   |       |             |            |                |   |
| Страчателла с персиком   | 150 г | 7,00        | 13,00      | 6,00           | 166,00                                  |
| Шпинат свежий, руккола свежая, микс салат (салат айсберг, ромейн), персик консервированный, сахарная пудра, сыр страчателла, апельсин (сигменты), орех пекан, масло оливковое, соус Блэк (соус кисло-сладкий, соус соевый, крем-соус бальзамический), смесь перцев, микрогрин.   |       |             |            |                |   |
| Салат со сливочными рапанами   | 270 г | 5,00        | 9,00       | 7,00           | 516,00                                  |
| Огурцы свежие, помидоры свежие, авокадо, кукуруза консервированная, рапаны су-вид (мясо рапана, масло сливочное), сливки 33%, соус Унаги, соль, микс-салат (салат айсберг, салат ромейн), микрогрин.   |       |             |            |                |   |

## Супы

|  |          | *в 100 г    |            |                |   |
|--|----------|-------------|------------|----------------|---|
|  |          | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>кКал/кДж |
| Суп Том Ям   | 400/50 г | 5,50        | 8,00       | 9,00           | 130,00                                  |
| Бульон куриный (морковь очищенная, лук репчатый очищенный, куриный суповой набор, соль, перец черный, вода, лавровый лист), молоко кокосовое, томаты черри свежие, лимонграсс, лист лайма, гребешок, креветки тигровые, масло растительное, кальмар, шампиньоны жареные из свежих, кинза свежая, паста Карри (паста Том Ям красная, фреш лайма, сахар), хондаши, суши рис(рис японский, уксус рисовый, сахар, соль), кунжут белый жареный. |          |             |            |                |   |
| Тайский суп  | 400/50 г | 7,00        | 12,00      | 11,00          | 180,00                                  |
| Бульон Том Ям (молоко 2,5%, стружка кокосовая, мята свежая, кимчи, сливки 33%, соус соевый, хондаши, Биск (панцирь креветки, морковь свежая, лук репчатый свежий, соль, масло сливочное, вода)), краб, филе трески, креветки тигровые очищенные, соль, суши рис (рис японский, уксус рисовый, сахар, соль), кунжут белый жареный, кинза свежая.  |          |             |            |                |   |
| Крабовый суп   | 390 г    | 6,00        | 2,00       | 11,00          | 85,00                                   |
| Бульон Суимоно (вода, стружка тунца, хондаши), соус соевый, соус мирин, рис японский, яйцо куриное, краб.  |          |             |            |                |   |
| Крем- суп грибной  | 330 г    | 2,00        | 6,50       | 7,00           | 95,00                                   |
| Крем-суп грибной (лук репчатый очищенный, морковь очищенная, масло растительное, картофель очищенный, шампиньоны свежие, вода, сливки 33%), вешенки Кимчи (вешенки, масло растительное, Кимчи), микрогрин.   |          |             |            |                |   |
| Крем-суп с угрём   | 300 г    | 6,00        | 10,00      | 11,00          | 160,00                                  |
| Картофельная основа (картофельное пюре трюфельное, сливки 33%, молоко 2,5%, соль), заготовка на суп с угрём (огурец свежий, угорь копчёный, кинза свежая, соусУнаги), микрогрин.   |          |             |            |                |   |
| Куриный суп с лапшой   | 300 г    | 6,00        | 2,50       | 6,00           | 70,00                                   |
| Бульон куриный (морковь очищенная, лук репчатый очищенный, куриный суповой набор, соль, перец черный, вода, лавровый лист), грудка куриная су-вид, лапша, зелень свежая  |          |             |            |                |   |
| Кубанский борщ   | 350/80 г | 9,00        | 10,00      | 10,00          | 170,00                                  |
| Борщ п/ф (бульон говяжий, свекла очищенная отварная, капуста б/к, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, томатная паста, масло растительное, чеснок очищенный, перец болгарский, соль, картофель очищенный, перец черный, лавровый лист, сахарный песок, уксус 9%), говядина тушеная, хлеб Бородинский, зелень укропа, лук зелёный, сало с прослойкой, сметана 15%   |          |             |            |                |   |

## Горячие блюда

### Рыба

|   |                  | * в 100 г   |            |                |   |
|---|------------------|-------------|------------|----------------|---|
|   |                  | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>кКал/кДж |
| Палтус с пюре из брокколи                             | 85/75/10 г       | 16,00       | 16,00      | 3,00           | 220,00                                  |
| Подкопчённый сейк из сёмги с жареным картофелем       | 110/110/100/40 г | 10,00       | 8,00       | 5,00           | 130,00                                  |
| Гребешки с пюре из зелёного горошка                   | 70/120/15 г      | 14,00       | 3,00       | 23,00          | 175,00                                  |
| Тигровые креветки, кальмар, гребешки                  | 260 г            | 13,00       | 15,00      | 6,00           | 210,00                                  |
| Треска с пивным кальмаром и топлеными сливками        | 110/100/40 г     | 12,00       | 15,00      | 4,00           | 200,00                                  |
| Рапаны в соусе жульен с картофельным пюре и базиликом | 150/150 г        | 6,00        | 6,00       | 10,00          | 115,00                                  |
| Копчёный палтус с пюре из брокколи                    | 100/130 г        | 12,00       | 7,00       | 4,00           | 533,00                                  |
| Треска с киноа и тар-таром из огурца                  | 100/260 г        | 9,00        | 3,00       | 10,00          | 101,00                                  |

### Птица

|  |              | * в 100 г   |            |                |   |
|--|--------------|-------------|------------|----------------|---|
|  |              | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>кКал/кДж |
| Утиная ножка с морковным пюре                  | 160/140/20 г | 14,00       | 17,00      | 9,00           | 245,00                                  |
| Грудка куриная с бланшированным шпинатом       | 170/40 г     | 14,00       | 14,00      | 2,50           | 190,00                                  |
| Куриные котлеты с картофельным трюфельным пюре | 130/150 г    | 10,00       | 16,00      | 13,00          | 240,00                                  |

## Мясо

|  |                 | * в 100 г   |            |                |   |
|--|-----------------|-------------|------------|----------------|---|
|  |                 | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал/кДж |
| Бургер со взорванной говядиной         | 320 г           | 16,00       | 18,00      | 19,00          | 300,00                                  |
| Филе-миньон с перечным соусом          | 130/100/60 г    | 6,50        | 36,00      | 38,00          | 500,00                                  |
| Стейк из говядины с Бабагануш          | 140/120 г       | 30,00       | 46,00      | 7,00           | 560,00                                  |
| Рваная свинина                         | 120/170/100 г   | 9,00        | 30,00      | 10,00          | 350,00                                  |
| Бефстроганов                           | 150/150/30 г    | 7,50        | 22,00      | 13,00          | 280,00                                  |
| Тефтели из говядины                    | 140/150/60/40 г | 7,50        | 7,00       | 11,00          | 140,00                                  |
| Картофельные ньокки с говяжими щечками | 200/150 г       | 7,00        | 7,00       | 11,00          | 141,00                                  |

## Паста

|  |       | * в 100 г   |            |                |   |
|--|-------|-------------|------------|----------------|---|
|  |       | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал/кДж |
| Пенне с говядиной и белыми грибами         | 290 г | 8,00        | 16,00      | 15,00          | 240,00                                  |
| Фетучини с куриными сердечками и кабачками | 300 г | 5,00        | 14,00      | 16,00          | 210,00                                  |
| Карбонара                                  | 340 г | 14,00       | 18,00      | 27,00          | 330,00                                  |
| Паста с морепродуктами                     | 340 г | 12,00       | 11,00      | 13,00          | 200,00                                  |

## Десерты

|  |          |  | *в 100 г    |            |                |   |
|--|----------|--|-------------|------------|----------------|---|
|  |          |  | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал/кДж |
| Яблочная шарлотка                                | 190 г    | Яблочно-творожная шарлотка (творог, яблоки зеленые, сахарный песок, яйцо куриное, масло сливочное, мука пшеничная, сода, уксус 9%), яблочный мармелад (яблоки зеленые, сахарный песок, сок апельсиновый, масло сливочное, масло растительное, имбирь корень, корица молотая, соль), меренга (сахарный песок, яичный белок, вода, лимонная кислота), голубика, бисквит Зеленый мох (яйцо куриное, сахарный песок, мед, мука пшеничная, разрыхлитель, краситель зеленый), соус имбирный (сливки 33%, сахар, вода, фрио, имбирь корень, лимонный фреш). | 6,50        | 11,00      | 43,00          | 300,00                                  |
| Чизкейк морошковый                               | 170 г    | Чизкейк Морошковый (крем на чизкейк (сыр сливочный, пюре морошковое (морошка с/м, сахар), сливки 33%, сахарная пудра, вода, желатин, подложка на чизкейк (печенье Савоярди, масло сливочное)), морошка в сахаре (морошка с/м, сахар), сливки взбитые 33%, сливки топленые (сливки 33%, сахарный песок), орех кедровый, микрогрин.  | 4,00        | 22,00      | 22,00          | 300,00                                  |
| Домашнее мороженое шоколадное                    | 50 г     | Домашнее мороженое шоколадное (мороженое ванильное, шоколад Бельгийский черный), мята свежая.  | 4,00        | 13,50      | 32,00          | 270,00                                  |
| Домашнее мороженое клубничное                    | 50 г     | Домашнее мороженое клубничное (мороженое ванильное, варенье клубничное (клубника с/м, сахарный песок)), мята свежая.   | 2,00        | 2,00       | 41,00          | 190,00                                  |
| Домашнее мороженое крем-брюле                    | 50 г     | Домашнее мороженое (мороженое ванильное, соленая карамель (сливки 33%, сахарный песок, вода, масло сливочное, соль)), мята свежая.   | 2,00        | 4,50       | 37,00          | 200,00                                  |
| Десерт с белыми грибами и белым шоколадом        | 90 г     | Шоколадный Брауни (сахар, шоколад черный Бельгийский, яйцо куриное, масло сливочное, мука пшеничная, глазурь черная, какао-порошок Бельгийский), пена из белых грибов (сливки 33%, шоколад белый Бельгийский, молоко 2,5%, грибы белые сушеные), орех кедровый.  | 9,00        | 18,00      | 36,00          | 340,00                                  |
| Крем-брюлес морошкой                             | 120 г    | Крем-брюле п/ф (сливки 33%, яйцо куриное, пюре Маракуйя, сахарный песок), морошка в сахаре (морошка с/м, сахар), сахар тростниковый, микрогрин.  | 3,50        | 23,00      | 30,00          | 341,00                                  |
| Домашний медовик                                 | 120 г    | Домашний медовик (мука пшеничная, сахарный песок, масло сливочное, яйцо куриное, мед, сода), сметана лимонная (), посыпка медовая, микрогрин.  | 3,50        | 15,00      | 49,00          | 345,00                                  |
| Французская бриошь                               | 330 г    | Промочка на бриошь (молоко 2,5%, сливки 33%), крем на Павлову (сливки 33%, сыр Маскарпоне), бриошь, сахарный песок, соус ягодный (вишня, малина, клубника, сахар, вода), масло сливочное, фисташка, микрогрин.   | 3,00        | 19,00      | 36,00          | 327,00                                  |
| Баскский чизкейк                                 | 140 г    | Баскский чизкейк (сливки 33%, сыр творожный, сыр Маскарпоне, сахарная пудра, яйцо куриное, мука пшеничная), карамель соленая (сливки 33%, сахарный песок, вода, масло сливочное, соль), голубика свежая, микрогрин.  | 5,00        | 23,00      | 28,00          | 340,00                                  |
| Печенье сырники с мятным соусом                  | 180 г    | Сырники ленивые, цедра лайма, мятный соус (сливки, мята, сахар, сок лайма), сахарная пудра, микрогрин  | 11,00       | 15,00      | 22,00          | 268,00                                  |
| Сырники со сметаной и соусом из красных ягод     | 140/90 г | Сырники (творог 9%, сахар, мука пшеничная, желтки, соль), масло растительное, сметана 30%, соус ягодный (вишня, малина, клубника, сахар, вода), микрогрин  | 11,00       | 13,00      | 18,00          | 235,00                                  |
| Круассан с кремом из белого шоколада с матчей    | 80 г     | Круассан, крем Матча (шоколад белый бельгийский, сливки 33%, матча зелёная)  | 9,50        | 28,00      | 42,00          | 460,00                                  |
| Круассан с кремом из белого шоколада с базиликом | 80 г     | Круассан, крем Базилик (шоколад белый бельгийский, сливки 33%, базилик свежий)   | 9,00        | 28,00      | 42,00          | 460,00                                  |

## Хлеб

|                 |          |  | *в 100 г    |            |                |   |
|-----------------|----------|--|-------------|------------|----------------|---|
|                 |          |  | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал/кДж |
| Хлебная корзина | 100/50 г | Хлеб Бородинский, хлеб Зерновой, масло с ароматными травами (масло сливочное, песто с базиликом (базилик свежий, укроп свежий, масло растительное, соль, фреш лимона)) | 5,50        | 32,00      | 31,00          | 430,00                                  |