ПОСТНОЕ МЕНЮ

Каша на воде
310 гр, 316/392 ккал
овсяная/рисовая.....**210₽**

Овощной салат с томатами и огурцами
220 гр, оливковое масло/Vegan-сметана
134 ккал, Б/Ж/У 1/11/6.....**390₽**

Зелёный салат с бобами Эдамаме и киноа, со сливовым соусом Хойсин
130 гр, 151 ккал, Б/Ж/У 10/5/17.....**420₽**

Хумус со свежими овощами, зернами граната и орехом Кешью
130/80 гр, 574 ккал, Б/Ж/У 12/47/24.....**440₽**

Салат с артишоками, печеным перцем и ореховым соусом
145 гр, 141 ккал, Б/Ж/У 2/11/8.....**490₽**

Любой салат мы можем заправить для Вас оливковым маслом

Суп-крем из кабачка с кунжутным маслом и орехом Кешью
300 гр, 250 ккал, Б/Ж/У 5/16/23.....**420₽**

Гречневая лапша Соба с овощами
160 гр, 231 ккал, Б/Ж/У 5/8/26.....**270₽**

Овощи-гриль
200 гр, 130 ккал, Б/Ж/У 6/1/26.....**400₽**

Каша гречневая с белыми грибами
300 гр, 339 ккал, Б/Ж/У 7/22/32.....**400₽**

Рис жареный по-тайски с овощами
340 гр, 635 ккал, Б/Ж/У 15/42/48.....**440₽**

Запеченная цветная капуста с орехом Кешью и кунжутным соусом, подаётся с рисом Мицукан
270/80 гр, 431 ккал, Б/Ж/У 10/27/38.....**540₽**

Шпинат с булгуром, печеным перцем и кедровым орехом
190/10 гр, 197 ккал, Б/Ж/У 8/4/26.....**540₽**

Равиоли с картофелем, грибами и шпинатом, под трюфельным соусом
180 гр, 275 ккал, Б/Ж/У 8/6/46.....**540₽**

Пад Тай с овощами
340 гр, 534 ккал, Б/Ж/У 14/23/67.....**540₽**

Финиковый пирог с клюквой и черносливом, с соусом манго-маракуйя
150 гр, подаётся с Vegan-сметаной
442 ккал, Б/Ж/У 4/14/77.....**430₽**

ЗАВТРАКИ

Каши на выбор: овсяная, рисовая, пшенная

подаётся со сливочным маслом, 310 гр.

на воде или молоке 316/392/317 ккал..... **210₽**

на растительном молоке 228/356/390 ккал..... **260₽**

Блинчики с яйцом и зеленым луком

масло сливочное, подаются со сметаной, 150 гр. (2 шт)

476 ккал, Б/Ж/У 9/37/26..... **250₽**

Блинчики с сыром и петрушкой

масло сливочное, сыр Гауда, подаются со сметаной, 150 гр. (2 шт)

552 ккал, Б/Ж/У 14/43/27..... **250₽**

Блинчики с беконом, укропом и печеным перцем

масло сливочное, подаются со сметаной, 150 гр. (2 шт)

550 ккал, Б/Ж/У 12/44/27..... **250₽**

Блинчики творожные со сметаной и ягодами

масло сливочное, кедровый орех, подаются с малиново-брусничным соусом,

120/20/12/40 гр, 505 ккал, Б/Ж/У 13/36/33..... **370₽**

Йогурт с чиа, шоколадной гранолой и фруктово-ягодным топпингом

киви, клюква сушеная, клубника, голубика, 220 гр, 217 ккал, Б/Ж/У 8/9/27..... **390₽**

Сырники со сметаной и свежими ягодами

На выбор с клюквой/без глютена/ванильные, подаются со сметаной

и соусом манго-маракуйя, 150 гр, 400 ккал, Б/Ж/У 19/18/37..... **480₽**

Скрэмбл с крабом

Сливки, зелёный горошек, краб, базиликовое масло, цедра лимона

180 гр, 321 ккал, Б/Ж/У 23/25/5..... **510₽**

Яйцо-пашот на оладье из цуккини

со слабосоленым лососем и соусом “Голандез” 200 гр,

744 ккал, Б/Ж/У 23/63/21..... **640₽**

Глазунья/омлет из трех яиц с томатами черри и жареным беконом

подаётся с соусом сальса и зелёным луком, 200/30/5 гр, 441 ккал, Б/Ж/У 25/35/4..... **490₽**

Омлет с цыпленком

сливки, шампиньоны, рукола, сыр "Пармезан", 200 гр, 641 ккал, Б/Ж/У 35/52/5..... **490₽**

СТАРТЕРЫ

HIT **Салат с цыплёнком «Ким-Чи» и имбирной заправкой**
565 ккал, Б/Ж/У 22/47/14
Микс салатов, томаты, огурец, сельдерей 320 гр. **540₽**

Салат из печеной свеклы с жареным сыром Фета в тесте Фило 449 ккал, Б/Ж/У 15/24/41
Кедровый орех, голубика, клубника, зерна граната, базилик, соус Песто, 255 гр. **590₽**

Греческий салат с сербской брынзой и оливками Делфи 572 ккал, Б/Ж/У 16/47/20
Томаты, томаты вяленые, огурцы, перец болгарский, лук красный, заправка Греческая, соус "Песто", 300 гр **590₽**

VEG **Салат из авокадо с томатами** 315 ккал, Б/Ж/У 4/25/23
С кунжутной заправкой 230 гр. **670₽**

Салат с кальмаром, авокадо и ореховым соусом 200 г
209 ккал, Б/Ж/У 16/13/6
Томаты, огурец, микс салатов, лепестки миндаля **720₽**

HIT **Цезарь салат с куриной грудкой** 761 ккал, Б/Ж/У 31/68/7
Салат Романо, Пармезан, томаты черри, крутоны из цельнозерновой булочки, 255 гр. **740₽**

HIT **Салат с крабом, руколой и авокадо под соусом Цитронет** 245 ккал, Б/Ж/У 7/20/9
сок лимона, оливковое масло, крем бальзамический 190г **790₽**

Салат с обжаренными тигровыми креветками в перечном желе 519 ккал, Б/Ж/У 17/45/12
Авокадо, томаты, огурцы, шампиньоны, соус Айоли, 220 гр. **790₽**

HIT **Салат с ростбифом и руколой** 372 ккал, Б/Ж/У 15/32/6
Томаты черри, сельдерей, яйцо Пашот, соус горчичный, 180/40 гр. **810₽**

Цезарь салат с тигровыми креветками 667 ккал, Б/Ж/У 21/62/10
Салат Романо, сыр Пармезан, томаты черри, крутоны из цельнозерновой булочки, соус Цезарь, 250 гр. **860₽**

Салат Нисуаз с полупрожаренным тунцом и перепелиным яйцом 367 ккал, Б/Ж/У 20/28/11
Салат Романо, рукола, перец болгарский, оливки, томаты, кунжут, лук красный, соус Ницца, 250 гр. **890₽**

СУПЫ

Суп куриный с фрикадельками, домашней лапшой и перепелиным яйцом 254 ккал, Б/Ж/У 24/15/5
300 гр. **400₽**

Сырный крем-суп с хрустящим луком 364 ккал, Б/Ж/У 14/29/13
Корень сельдеря, картофель, сливки, сыр Пармезан, 350 гр. **440₽**

HIT **Уха из разной рыбы** 250 ккал, Б/Ж/У 25/12/8
Палтус, судак, лосось, картофель, томаты, сливочное масло, рыбный бульон, 350 гр. **590₽**

Фасолевый суп в мексиканском стиле 629 ккал, Б/Ж/У 31/29/56
Бульон говяжий, говядина, перец болгарский, чечевица, лук красный, перец чили, кинза, подаётся со сметаной, свежими томатами, гуакамоле и чипсами Начос, 300/50/160 гр. **670₽**

NEW **Суп-крем из тыквы с тигровыми креветками** 478 ккал, Б/Ж/У 10/10/15
Кокосовое молоко, имбирь, лемонграс, базилик, семена тыквы, специи 270/10 гр. **720₽**

Традиционный тайский суп Том Ям Кунг с креветками 490 ккал, Б/Ж/У 20/20/54
Бульон куриный, корень имбиря и галангала, листья лайма, лук красный, шампиньоны, лайм, молоко кокосовое, кинза, лемонграсс, соус рыбный, соус Кимчи, подается с рисом в соусе Мицукан, 350/150 гр. **910₽**

ЛАПША/РИС

Рис жареный в тайском стиле
Морковь, перец болгарский, перец чили, лук белый, ростки сои, яйцо, огурец свежий, лук зеленый, кинза, кунжутное масло, соевый маринад.
с яйцом и овощами 300 гр, 635 ккал, Б/Ж/У 15/42/48 **440₽**
с курицей 300 гр, 673 ккал, Б/Ж/У 27/37/54 **490₽**
с тигровыми креветками 300 гр, 750 ккал, Б/Ж/У 24/47/55 **610₽**

HIT **Японские гёдза, большая порция (8 шт)**
с курицей соус Понзу цитрусовый, зеленый лук, 230/35 гр, 612 ккал, Б/Ж/У 32/26/60 **640₽**
с говядиной и специями
соус Понзу цитрусовый, зеленый лук, 230/35 гр, 700 ккал, Б/Ж/У 24/32/78 **640₽**
с креветками соус Кунжутный, зеленый лук, 230/15 гр, 634 ккал, Б/Ж/У 36/32/46 **970₽**

Традиционная лапша Пад Тай
Рисовая лапша, ростки сои, лук белый, перец чили, чеснок, яйцо, масло кунжутное, кинза, арахис жаренный, соус Пад Тай
с овощами 250 гр, 534 ккал, Б/Ж/У 14/23/67 **540₽**
с курицей 300 гр, 607 ккал, Б/Ж/У 33/29/52 **640₽**
с тигровыми креветками 250 гр, 652 ккал, Б/Ж/У 28/29/68 **740₽**

Гречневая лапша Соба с пекинской уткой 808 ккал, Б/Ж/У 21/55/58
Перец болгарский, сельдерей, лук зеленый, лук порей, морковь, шиитаке, кинза, кешью, соус сливовый "Хойсин", 300 гр. **710₽**

Спагетти с говядиной и пикантными овощами в соусе "Деми-глас» 739 ккал, Б/Ж/У 25/41/64
Цукини, печеный перец, перец чили, шампиньоны, сливки, сыр Пармезан, 340 гр. **740₽**

NEW **Равиоли с лососем в соусе Биск** 477 ккал, Б/Ж/У 20/28/38
Сливочный сыр, базилик, оливковое масло , 220 гр. **840₽**

ГАРНИРЫ

Рис с зеленью 150 гр, 248 ккал, Б/Ж/У 3/9/37 **150₽**
Гречка с маслом 150 гр, 225 ккал, Б/Ж/У 6/10/28 **150₽**
Киноа 80 гр, 114 ккал, Б/Ж/У 4/2/22 **150₽**
Булгур с маслом 80 гр, 168 ккал, Б/Ж/У 3/9/18 **150₽**
Брокколи на пару 150 гр, 203 ккал, Б/Ж/У 5/7/17 **240₽**
Гречневая лапша Соба 200 гр, 231 ккал, Б/Ж/У 5/8/26 **270₽**

ДЕСЕРТЫ

Панна Котта 172 ккал, Б/Ж/У 3/16/3
Низкоуглеводный, с соусом на выбор: манго/брусника 100 гр. **290₽**

HIT **Морковный пряный торт с мандариновым кремом и цитрусовым соусом с миндалем**
100 гр, 300 ккал, Б/Ж/У 4/20/27 **350₽**
150 гр, 450 ккал, Б/Ж/У 6/30/41 **390₽**

Шарлотка с яблоками, корицей и домашним мороженым
450 ккал, Б/Ж/У 5/22/58, 170 гр. **370₽**

Шоколадный торт-суфле "Три шоколада» со свежими ягодами 485 ккал, Б/Ж/У 9/33/45
150 гр. **430₽**

Чизкейк классический со свежими ягодами 387 ккал, Б/Ж/У 5/28/29
150 гр. **430₽**

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлетки из курицы с гарниром из жареной цветной капусты 424 ккал, Б/Ж/У 37/27/9
Микс салатов, яйцо, подаётся с соусом Дзадзики, 100/90/55 гр. **640₽**

Кесадия на сырной лепешке с мясом цыпленка в мексиканском стиле 567 ккал, Б/Ж/У 32/31/41
Сыр Гауда, томаты, лук, перец, фенхель, базилик, перец чили, подаётся со сметаной и соусом Сальса, 260/40/40гр. **670₽**

Филе индейки SOVID с брокколи и шпинатом, томатами черри 442 ккал, Б/Ж/У 41/28/8
В сливочном соусе 150/130 гр. **670₽**

HIT **Голубцы из телятины с грибами и трюфельным соусом**
597 ккал, Б/Ж/У 30/47/14
Сливочное масло, куриный бульон, сливки, 230 гр. **740₽**

Филе куриной грудки-гриль с цукини и шампиньонами 459 ккал, Б/Ж/У 42/27/9
Морковь, перец болгарский, томаты черри, рукола, 110/230/20 гр. **740₽**

Цыпленок в соусе Карри с овощами и руколой 669 ккал, Б/Ж/У 48/33/47
Куриное филе, сливки, молоко кокосовое, цукини, томаты черри, зеленый горошек подаётся с рисом Мицукан, 310/150 гр. **770₽**

Говядина по-строгановски с руколой
Шампиньоны, томаты, лук репчатый, сливки, базилик, соус Деми-глас, 190/150/10 гр, 747 ккал, Б/Ж/У 35/51/36. **710₽**

Филе кальмара в сливочном соусе с прованскими травами 771 ккал, Б/Ж/У 35/51/45
Цукини, морковь, белый лук, подается с белым рисом, 100/150 гр. **710₽**

HIT **Котлетки из щуки с гречневой лапшой** 841 ккал, Б/Ж/У 40/51/56
Сливки, масло сливочное, лук репчатый, грецкий орех, подаётся с соусом Белое вино с каперсами, 100/100/30 гр. **840₽**

Телячьи щеки в винном соусе с булгуром и овощами-альденте 599 ккал, Б/Ж/У 28/41/26
Стебель сельдерея, морковь, рукола. 130/90/30 гр. **890₽**

HIT **Котлетки из камчатского краба и тигровой креветки с острым соусом манго и перцем чили** 464 ккал, Б/Ж/У 20/34/19
Подаются с огуречным салатом, 120/100 гр. **990₽**

NEW **Томлёная говяжья грудинка в соусе Деми-Глас с печёными овощами** 545 ккал, Б/Ж/У 36/41/8
Цукини, морковь, шампиньоны, 140/80/40 гр. **1100₽**

NEW **Стейк из тунца с соусом Гуакамоле** 364 ккал, Б/Ж/У 35/20/10
Прожарка medium, микс салата, томаты Черри, 240 гр. **1100₽**

Утка в пекинском стиле 670 ккал, Б/Ж/У 24/56/19
Подаётся с пюре из корня сельдерея на кокосовом молоке, с соусом Порто и свежей ягодой, 100/80/40 гр. **1160₽**

Фланк-стейк с овощами на гриле с фасолью "Маш" и перечным соусом 734 ккал, Б/Ж/У 43/48/28
Микс салатов, томаты, цукини, шампиньоны, морковь, соус Винегрет, 150/140/50 гр. **1300₽**

Филе палтуса с морковным карри 556 ккал, Б/Ж/У 32/35/27
Подаётся с апельсиновым соусом и грейфрутом, и жареным арахисом 150/80 гр. **1340₽**

HIT **Лосось, запеченный мисо, с японским рисом**
590 ккал, Б/Ж/У 38/28/61
Пикантная капуста в соусе «Ким-Чи» с маринованным имбирём, ростками сои и кунжутным маслом, 150/150/70 гр. **1570₽**

СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ

Аминокислоты BCAA (250 мл)..... **250₽**
Изотоник (250 мл)..... **250₽**
Предтренировочный комплекс (250 мл)..... **250₽**
Гуарана/Памп (25 мл)..... **300₽**
Л-Карнитин (25 мл)..... **300₽**
Протеин/Гейнер (30/100 мл)..... **280₽**

Основа на выбор:
молоко..... **60₽**
молоко кокосовое/миндальное/банановое/соевое..... **180₽**

СВЕЖЕВЫЖАТЫЕ СОКИ

Морковь (100 мл)..... **100₽**
Свекла (100 мл)..... **100₽**
Яблоко (100 мл)..... **140₽**
Сельдерей (100 мл)..... **140₽**
Апельсин (100 мл)..... **180₽**
Грейпфрут (100 мл)..... **180₽**
Лимон (100 мл)..... **180₽**
Груша (100 мл)..... **180₽**
Гранат (100 мл)..... **400₽**

ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ

Компот из сухофруктов (250 мл)..... **100₽**

Тоник (250 мл)..... **350₽**

Cola(250 мл)..... **350₽**

Смузи банан-киви-яблоко (350 мл)..... **400₽**

Смузи сельдерей-огурец-яблоко (350 мл)..... **400₽**

Смузи банан-киви-клубника-апельсин (350 мл)..... **400₽**

Смузи манго-клубника-банан (350 мл)..... **450₽**

Смузи облепиха-манго-малина-апельсин (350 мл)..... **450₽**

Молочные коктейли
ванильный/банановый/
клубничный/вишневый (350 мл)..... **390₽**

КОФЕ

Эспрессо (40 мл)..... **190₽**

Американо (180 мл)..... **190₽**

Капучино / Латте
- маленький на обычном молоке (250 мл)..... **250₽**
- маленький на растительном молоке (250 мл)..... **320₽**
- средний на обычном молоке (340 мл)..... **280₽**
- средний на растительном молоке (340 мл)..... **340₽**
- большой to go на обычном молоке (400 мл)..... **310₽**
- большой to go на растительном молоке (400 мл)..... **370₽**

Флэт-уайт
- на обычном молоке (250 мл)..... **250₽**
- на растительном молоке (250 мл)..... **320₽**

Арахисовый Раф
молоко, два вида арахисовой пасты, эспрессо
(340 мл)..... **330₽**

Латте-Халва
молоко, мёд, халва, эспрессо (340 мл)..... **330₽**

Холодный банановый кофе (300 мл)..... **330₽**

Фреш-кофе
сироп, апельсиновый фреш, эспрессо,
напиток со льдом (250 мл)..... **390₽**

Какао
- маленький на обычном молоке (250 мл)..... **260₽**
- маленький на растительном молоке (250 мл)..... **340₽**
- средний на обычном молоке (340 мл)..... **290₽**
- средний на растительном молоке (340 мл)..... **380₽**
- большой to go на обычном молоке (400 мл)..... **330₽**
- большой to go на растительном молоке (400 мл)..... **410₽**

ФРУКТОВЫЙ ЧАЙ

Альмонд Пай (400 мл)..... **280₽**
нежный фруктовый купаж, в котором сочетаются спелые яблоки и кусочки миндаля, напоминает вкус только что испеченного пирога

Манила Манго (400 мл)..... **280₽**
чай с кусочками филиппинского манго и ананаса, наполненный ароматом лета и сладостью ванили

ЗЕЛЁНЫЙ ЧАЙ

Сенча Сенпай (400 мл)..... **250₽**
классический японский чай, обладает пикантным вкусом с морской ноткой

Жасмин Тинг Юань (400 мл)..... **250₽**
мягкий напиток с древесно-цветочным вкусом и ароматом

Женьшень Полет Дракона (400 мл)..... **280₽**
купаж лучших зеленых и белых чаев с многогранным фруктовым букетом - манго, земляника, подсолнечник, персик

Молочный Улун (400 мл)..... **280₽**
китайский чай, скрученный по особой технологии, его букет сочетает в себе карамельно-молочную сладость и оттенок зеленой свежести

Японская Матча
- на обычном молоке (250 мл)..... **290₽**
- на растительном молоке (250 мл)..... **330₽**
Чай-латте со взбитым молоком, свежим ароматом и травянистым вкусом

ЧЁРНЫЙ ЧАЙ

Даржилинг Путтабонг (400 мл)..... **250₽**
изысканный индийский чай с гармоничным цветочным, слегка сладковатым вкусом и легким мускатным букетом

Империал Эрл Грэй (400 мл)..... **250₽**
купаж из лучших индийских и цейлонских сортов с элегантными цитрусовыми нотками бергамота

Таёжный сбор (400 мл)..... **280₽**
тонизирующий душистый сбор с ароматом таёжных ягод, имеет сложный вкус с кислинкой и лесной нотой

Пу Эр Ан-Бао (400 мл)..... **280₽**
уникальный чай с мягким вкусом, с древесно-фруктовыми нотами

БАРНАЯ КАРТА

ТРАВЯННОЙ ЧАЙ

Летнее разнотравье (400 мл)..... **250₽**
(листья ежевики, липа, мята, листья малины, ромашка, мелисса) отличается пикантным вкусом с легкой сладостью и пряным ароматом

Ромашковый луг (400 мл)..... **250₽**
(без кофеина) нежный, ароматный и успокаивающий чай из соцветий ромашки высокого качества

Японская Липа (400 мл)..... **250₽**
(без кофеина) нежный и мягкий цветочный напиток из листочков и соцветий липы, обладает сладковатым вкусом и легким древесным ароматом

АВТОРСКИЙ ЧАЙ

Фирменный чай EDGE Масала (800 мл)..... **390₽**
с молоком и "теплыми" специями, приготовленный в индийском стиле

ВИНА ПО БОКАЛАМ

Вина по бокалам (125 мл)
Parini Pinot Grigio, Италия (белое, полусухое)..... **430₽**

Parini Pinot Grigio, Италия (розовое, полусухое)..... **430₽**

Alumia Reserva, Португалия (белое, полусухое)..... **470₽**

Bernard Magrez "The Keys" Pinot Noir, Франция
(красное, сухое)..... **620₽**

Rose D'Anjou, Франция (розовое, полусухое)..... **650₽**

Garzon Cabernet Frank-Tannat, Южная Америка
(красное, сухое)..... **950₽**

ВИНА ПО БУТЫЛКАМ

Maschio dei Cavalieri Prosecco Brut, Италия
(игристое, белое, сухое)..... **2600₽**

МОЁТ & CHANDON Imperial Brut, Франция
(шампанское белое, сухое)..... **19 900₽**

МОЁТ & CHANDON Nectar Imperial , Франция
(шампанское белое, полусладкое)..... **19 900₽**

КРЕПКИЙ АЛКОГОЛЬ

Виски

Ballantines (40 мл)..... **450₽**
Jameson (40 мл)..... **500₽**
Glenlivet 12 old (40 мл)..... **900₽**
Macallan 15 old (40 мл)..... **990₽**

Джин

Beefeater (40 мл)..... **450₽**
Roku (40 мл)..... **550₽**

Водка

Organika (40 мл)..... **400₽**
Beluga (40 мл)..... **580₽**

Текила

Plata, белая (40 мл)..... **810₽**
Reposado, золотая (40 мл)..... **910₽**

Коньяк

Hennessy VS (40 мл)..... **700₽**
Martell VS (40 мл)..... **700₽**
Martell VSOP (40 мл)..... **900₽**

Ром

Havana Club 3 Anos (40 мл)..... **380₽**
Havana Club Especial (40 мл)..... **380₽**
Bacardi Carta Negra (40 мл)..... **380₽**

Бурбон

Maker's Mark (40 мл)..... **690₽**

Вермут

Martini Bianco (40 мл)..... **380₽**
Martini Fiero (40 мл)..... **380₽**
Martini Extra Dry (40 мл)..... **380₽**
Cinzano Rosso (40 мл)..... **380₽**

Ликер

Baileys (40 мл)..... **380₽**
Kahlua (40 мл)..... **380₽**
Jagermeister (40 мл)..... **440₽**

ПИВО

Пиво

Corona Extra (330 мл)..... **440₽**