

БИЗНЕС-ЛАНЧ

МЕНЮ

САЛАТЫ

Дачный с яйцом пашот /150 г/ 90
редис, огурец, картофель, яйцо Пашот, зеленый лук, сметана

Белки:3,4, Жиры: 23,75, Угл.:23,19, Ккал:199,3

Свекла / морковь / апельсин /150 г/ 100
апельсин, морковь, свекла, мед, грецкий орех, масло оливковое

Белки:2,59, Жиры: 3,11, Угл.:16,78, Ккал:103,5

Из кальмаров с овощами и кукурузой /145 г/ .. 130
Кальмары, сыр моцарелла, яйцо куриное, огурцы. Кукуруза консервированная, микс зелени, лук зеленый, икра тобико, майонез. Заправка на основе кунжутного и оливкового масла с зернистой горчицей

Белки:7,25, Жиры:25,88, Угл.:8,03, Ккал:292,48

Из индейки с цуккини и сливочным сыром
/135 г/ 160

индейка жареная, капуста пекинская, цуккини, салат Лолла-Россо, сливочный сыр, перец болгарский, горчичная заправка

Белки:6,53, Жиры: 26,97, Угл.:3,05, Ккал.:279,04

Мясной с овощами и картофелем пай
/140 г/ 160

говядина отварная, томаты, огурцы, картофель пай, томаты вяленые, салат романо, лук зеленый, микс зелени. Заправка на основе кунжутного и оливкового масла с зернистой горчицей

Белки:7,47, Жиры: 44,42, Угл.:8,44, Ккал.:461,28

СУПЫ

Окрошка /230/20/10 г/ 120
говядина, картофель, огурцы, редис, лук зеленый, квас. Подается со сметаной и горчицей

Белки:8,09, Жиры: 9,29, Угл.15,48, Ккал.183,55

Рассольник /220/30 г/ 120
с говядиной и сметаной

Белки:9,9, Жиры:29,05, Угл.:42,44, Ккал.:460,8

Консоме /230 г/ 150
говяжья вырезка, морковь, капуста цветная, брокколи, петрушка

Белки:7,47, Жиры:4,1, Угл.:7,08, Ккал.: 92,6

Качукко с морепродуктами /240/22 г/ 210
кальмары, мидии, семга филе. Подается с кусочком хлеба пинчина

Белки:5,54, Жиры: 2,06, Угл.43,31, Ккал.203

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Индейка с ананасами, овощами в кисло-сладком соусе с рисом /170/100 г/ 180

грудка индейки, ананас, перец болгарский, лук репчатый, лук порей, перец чили, кинза, лук порей, китайский кисло-сладкий соус. Подается с отварным рисом

Белки:19,88 Жиры: 28,34 Угл.:29,66, Ккал: 322,99

Бифштекс с яйцом и картофельным пюре
/120/100/20 г/..... 190
свинина, говядина, репчатый лук, куриное яйцо, кетчуп, картофельное пюре

Белки:37,56;Жиры:13,04; Угл:20,18;Ккал:348

Картофель жаренный со свиной и грибным соусом /255 г/ 200
подается с малосольным огурчиком

Белки:19,19, Жиры:50,09, Угл:24,82, Ккал:420

Шашлычок из курицы с овощами гриль
/100/20/110 г/ 200
бедро куриное, лаваш, кетчуп хайнц, лук красный маринованный. Перец болгарский, помидоры, цуккини

Белки:26,08 Жиры: 4,17 Угл.:17,47, Ккал: 215

Котлетки рыбные с киноа и овощным бернуазом
/100/90/30 г/..... 250
филе семги, тилапии, лук репчатый. Подается соусом белое вино. Киноа, морковь, цуккини, стебель сельдерея

Белки:18,98 Жиры:7,615 Угл.19,84, Ккал: 232

ПАСТЫ

Гречневая лапша с овощами и кунжутным дрессингом /250 г/ 160

гречневая лапша, капуста цветная, брокколи, баклажаны обжаренные в кляре, кукуруза

Белки4,07; Жиры 4,26; Угл:19,8; Ккал:133,57

Папарделле с ягненком /220 г/ 200

домашняя паста, ягненок, томаты, перец болгарский, цуккини, розмарин, соус чили

Белки:21,73, Жиры: 12,37, Угл.73,88, Ккал.: 487,94

ДЕСЕРТ

Торт Баунти /130 г/ 90

шоколадный бисквит с заварным кремом и кокосовой начинкой

Белки:3,9, Жиры:22,10, Угл. 65, Ккал: 481

Штрудель яблочный /110 г/ 100
Белки:8,7, Жиры:18,01, Угл. 58,67, Ккал: 261,89

ФИТНЕС ПРЕДЛОЖЕНИЕ

БЛЮДА ОТ ШЕФА

Суп по-домашнему с белыми грибами

290/30 г ... **200**

Подается со сметаной

Белки:6,36, Жиры:12,79, Угл.17,25, Ккал. 230,1

Феттучини с белыми грибами

200 г ... **200**

Белки:16,15, Жиры:12,14, Угл.:54,63, Ккал.:389,15

Медальоны из говядины с соусом из белых грибов и печеным картофелем

125/100 г ... **350**

Белки:23,27; Жиры:19,93; Угл:23,03; Ккал:362

НАПИТКИ

Чай «Вкус малины» /200 мл/ .. 80	ВИНО ТИХОЕ
Фреш апельсиновый /200 мл/ 100	Bianco Vdt /IT /150 мл/ 150
Молочный коктейль /300 мл/ 150	БЕЛОЕ / КРАСНОЕ /СУХОЕ
	Rosso Vdt /IT /150 мл/ 150

ПРИ ЗАКАЗЕ ДВУХ И БОЛЕЕ БЛЮД НАПИТОК В ПОДАРОК*

*Чай черный / зеленый /500 мл/
морс клюквенный /200 мл/, морс облепиховый /200 мл/

Пожалуйста, сообщите официанту, если у вас есть аллергия на какие-либо продукты.

Приятного аппетита!