ЗАВТРАКИ

Классическая шакшука 740
250/55 г, 401 ккал, Б23 / Ж18 / У37

Тост с лососем, авокадо и сырным муссом 940
180 г, 362 ккал, Б18 / Ж20 / У27

НОВОЕ **Бенедикт с лососем и бататом** 830
210 г, 290 ккал, Б14 / Ж18 / У17

Лепёшка роти с пастрами, хумусом, авокадо и яйцом всмятку 1130
360 г, 707 ккал, Б28 / Ж42 / У54

ЗАВТРАК-КОНСТРУКТОР

Глазунья из двух яиц 320

Глазунья из трёх яиц 360

Классический омлет 570

Омлет из белков 590

Скрэмбл 590

ДОБАВЬТЕ	ещё яйцо	+150
	томаты	+110
	пармезан	+170
	шампиньоны	+130
	куриное филе	+280
	авокадо	+240
	шпинат	+130
	слабосолёный лосось	+530
	креветки на гриле	+530
	деревенский хлеб с семечками	+110

Овсяная каша с цветочным мёдом 500

ДОБАВЬТЕ	фундук или грецкие орехи	+140
	сухофрукты	+130
	банан	+120
	клубнику	+220
ЕЩЁ МОЖНО	сварить на растительном молоке	+150

База без добавок — 300 г, 362 ккал, Б11 / Ж18 / У39

Авокадо-тост с гуакамоле и свежим редисом — 860

ДОБАВЬТЕ		
	яйцо пашот	+ 150
	слабосолёный лосось	+ 530
	креветки на гриле	+ 530
	пастрами из говядины	+ 480
	бекон	+ 400

База без добавок — 170 г, 437 ккал, Б7 / Ж34 / У27

Взбитый на кокосовом молоке творог с бананом и клубникой — 790

250 г, 416 ккал, Б26 / Ж23 / У26

Ванильные сырники с деревенской сметаной и вишней — 690

ДОБАВЬТЕ		
	ещё один сырник	+ 170

150/50/20 г, 560 ккал, Б31 / Ж29 / У44

Натуральный творог — 520

ДОБАВЬТЕ		
	гранолу	+ 170
	фундук или грецкие орехи	+ 140
	мёд	+ 140
	банан	+ 120
	сметану	+ 130
	сухофрукты	+ 130
	клубнику	+ 220
	йогурт	+ 160
	малиновое варенье	+ 150

САЛАТЫ

Большой зелёный боул под соусом унаги 1020

С авокадо, шпинатом, цукини, эдамаме и листьями салата

ДОБАВЬТЕ **слабосолёный лосось** **+ 530**
креветки на гриле **+ 530**

260 г, 313 ккал, Б9 / Ж20 / У24

Микс зелени со свежими овощами и рваной говядиной 920

200 г, 239 ккал, Б20 / Ж11 / У14

Салат из свежих овощей и зелени с соусом песто и бальзамиком 810

ДОБАВЬТЕ **слабосолёный лосось** **+ 530**
креветки на гриле **+ 530**

База без добавок — 200 г, 262 ккал, Б3 / Ж22 / У13

Поке с лососем, авокадо, эдамаме — с рисом / киноа 1150

С рисом — 180 г, 324 ккал, Б18 / Ж12 / У36;
С киноа — 180 г, 332 ккал, Б18 / Ж15 / У32

Цезарь с курицей / креветками 850 / 990

С курицей — 200 г, 378 ккал, Б26 / Ж23 / У16;
С креветками — 170 г, 354 ккал, Б21 / Ж24 / У13

Лепёшка роти с креветками и авокадо 1230

170 г, 453 ккал, Б21 / Ж24 / У39

Греческий салат 790

ДОБАВЬТЕ **ещё больше оливок** **+ 300**

265 г, 322 ккал, Б8 / Ж27 / У12

СУПЫ

Том-ям с морепродуктами 930

ДОБАВЬТЕ **больше морепродуктов** **+400**

370 г, 356 ккал, Б18 / Ж19 / У28

НОВОЕ **Классический гаспачо** 690

310 г, 284 ккал, Б4 / Ж24 / У13

НОВОЕ **Окрошка с пастрами из говядины** 690

Выберите: на кефире или на квасе

На кефире — 300 г, 234 ккал, Б18 / Ж13 / У12;
На квасе — 300/30 г, 266 ккал, Б14 / Ж15 / У18

Борщ с говядиной и черносливом 780

250/30 г, 307 ккал, Б13 / Ж11 / У40

Суп-лапша с куриным филе, шпинатом и яйцом 540

330 г, 163 ккал, Б13 / Ж6 / У15

ГОРЯЧЕЕ

Котлеты из птицы с сыром дор-блю — 930
Выберите гарнир: картофельное пюре, рис, гречка, киноа (+ 100) или овощи на гриле (+ 320)
База без гарнира — 125 г, 317 ккал, Б26 / Ж21 / У7

Куриная грудка-карри с рисом / гречкой — 930
С рисом — 130/130 г, 472 ккал, Б50 / Ж10 / У47;
С гречкой — 130/130 г, 470 ккал, Б50 / Ж12 / У43

Цыплёнок в горчичном соусе с брокколи и бэйби картофелем — 950
150/150 г, 570 ккал, Б31 / Ж38 / У26

Филе индейки с пряным киноа, вялеными томатами и песто — 1140
130/90 г, 504 ккал, Б47 / Ж28 / У17

Шницель из курицы с соусом из белых грибов, шалотом и тимьяном — 1080
130/60 г, 519 ккал, Б48 / Ж23 / У30

Стейк из говяжьей вырезки с молодым картофелем черри и шампиньонами — 1860
130/140 г, 402 ккал, Б37 / Ж19 / У21

Филе лосося со шпинатом и греческим соусом дзадзики — 1830
140/20 г, 393 ккал, Б28 / Ж30 / У3

НОВОЕ **Чёрная треска с птитимом, овощами и сливочным унаги** — 1690
260/30 г, 352 ккал, Б29 / Ж17 / У21

Щучьи котлеты с соусом дзадзики — 950
Выберите гарнир: картофельное пюре, рис, гречка, киноа (+ 100) или овощи на гриле (+ 320)
База без гарнира — 140/40 г, 434 ккал, Б32 / Ж26 / У17

Паста карбонара — 720
200 г, 641 ккал, Б18 / Ж54 / У54

Чикенбургер 280/70 г, 655 ккал, Б29 / Ж34 / У57	940

ВОК: гречневая лапша или рис

Просто с овощами	590
С куриным филе и овощами	690
С говядиной и овощами	930
С креветками и овощами	930
С морепродуктами	930

ГАРНИРЫ

Рис / Гречка	290
Киноа	390
Макароны	320
Овощи на гриле	610
Картофельное пюре / Картофель фри	370
Обжаренный бэйби картофель	400

ДЕТСКОЕ МЕНЮ

ЗАВТРАКИ

Яйца-скрэмбл с хрустящими тостами 590
140 г, 494 ккал, Б17 / Ж41 / У15

ДОБАВЬТЕ **томаты** **+110**
сыр чеддер **+150**

Сырники с топпингами 690
Выберите топпинг: малиновое варенье, сгущёнку, сметану или мёд
150 г, 434 ккал, Б31 / Ж18 / У37

САЛАТ

Овощной салат 590
На выбор: с растительным маслом или сметаной
180 г, 35 ккал, Б2 / Ж0 / У6

СУПЫ

Суп-лапша с куриным филе и яйцом 540
300 г, 119 ккал, Б9 / Ж2 / У16

ПАСТА

Паста карбонара 720
200 г, 576 ккал, Б23 / Ж38 / У36

Макароны с сыром 460
120 г, 201 ккал, Б8 / Ж4 / У33

ГОРЯЧЕЕ

Куриные котлетки на пару / на гриле 720

Выберите гарнир: гречка, картофельное пюре, рис, макароны

100/10 г, 383 ккал, Б25 / Ж28 / У8

ДОБАВЬТЕ **сыр чеддер** **+150**

Куриные стрипсы 690

170 г, 390 ккал, Б25 / Ж24 / У19

Выберите соус: сырный или кетчуп

Чикенбургер 940

280/70 г, 655 ккал, Б29 / Ж34 / У57

ГАРНИРЫ

Рис 290

Гречка 290

Макароны 320

Картофель фри 370

Картофельное пюре 370

НАПИТКИ

Молочный коктейль 440

Выберите вкус: клубничный, шоколадный, ванильный или банановый

Какао с маршмеллоу 460

ДЕТОКС И СОКИ

ДЕТОКС-СОКИ И СМУЗИ

Мистер Сельдерей **Сельдерей, яблоко, свежая зелень**	300 мл	680
Рубин **Свекла, морковь, яблоко, имбирь, лимон**	300 мл	680
Искра **Яблоко, апельсин, физалис, имбирь**	300 мл	780
Арнольд **Кокосовое молоко, банан, яблоко, апельсин**	300 мл	680
Дзен **Шпинат, банан и сельдерей, кокосовое молоко**	400 мл	780
Ягода **Асаи, черника, смородина, банан, кокосовое молоко**	400 мл	680
Заряд **Апельсин, банан, микс орехов**	400 мл	780
Слимшейк **Творог, банан, молоко, свекла**	400 мл	780

ЧТО ТАКОЕ ДЕТОКС-НАПИТКИ

Детокс-напитки Norme — лёгкий способ поддерживать здоровье и энергию в ритме большого города. Создаём рецепты с экспертизой в нутрициологии из цельных растительных ингредиентов.

СВЕЖЕВЫЖАТЫЕ СОКИ

Апельсиновый	100 мл	270
Грейпфрутовый	100 мл	290
Яблочный	100 мл	250
Морковный	100 мл	220
Сельдереевый	100 мл	270

ЧАЙНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

Чёрный чай **Английский завтрак / Ассам / Горные травы / Бергамот**	500 мл	450
Зелёный чай **Классическая сенча / Жасмин**	500 мл	450
Ягодно-фруктовый чай	500 мл	450
Ройбуш	500 мл	510
Молочный улун	500 мл	510
Ромашковый чай	500 мл	510
Мятный чай	500 мл	510

АВТОРСКИЕ ЧАИ

Малина, брусника, чабрец	500 мл	550
Облепиха, розмарин	500 мл	550

По вашему желанию готовим авторские чаи холодными или горячими.

СПОРТ-КОКТЕЙЛИ

На воде / на молоке	500 мл	710 / 770
На альтернативном молоке	500 мл	830

ЧТО В ОСНОВЕ СПОРТИВНЫХ КОКТЕЙЛЕЙ
Используем качественные протеины и гейнеры от проверенных брендов, включая QNT и Optimum Nutrition. Закупаем их напрямую у официальных импортёров, чтобы быть уверенными в качестве.

КОФЕ

Эспрессо	38 мл	300
Американо	200 мл	300
Капучино **Стандартный или большой**	200 / 300 мл	360 / 470
Латте	400 мл	510
Флэт уайт	200 мл	430
Ванильный раф	300 мл	500
Бамбл на фреше **Готовим на апельсине, но можем и на грейпфруте (+ 30)**	400 мл	650

ДОБАВЬТЕ

дополнительный шот эспрессо **+140**

альтернативное молоко **+100**

кокосовое / миндальное / банановое / безлактозное / овсяное

ФИРМЕННЫЙ СОРТ КОФЕ «РИФТ-ВЭЛЛИ»

Готовим напитки на фирменном моносорте 100% арабики натуральной обработки с вулканических почв Эфиопии. Во вкусе — жёлтые фрукты, мёд, печенье. Сами обжариваем малыми партиями, чтобы вы почувствовали разницу между обычным кофе и зерном из Великой Рифтовой долины.

НЕ КОФЕ

Маття латте	300 мл	510
Какао с маршмеллоу	300 мл	460
Молочный коктейль **Выберите вкус: клубничный, шоколадный, ванильный или банановый**	400 мл	440