

ЗАВТРАКИ

ДО 12:00 **Большой английский завтрак** 1290

Глазунья из двух яиц, колбаски, красная фасоль, бекон, шампиньоны и деревенский зерновой хлеб

310/55 г, 844 ккал, Б41 / Ж63 / У27

Классическая шакшука 740

ДОБАВЬТЕ моцареллу + 170

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 пастроми, 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
	моцареллу	+ 170
	пармезан	+ 170
	шампиньоны	+ 130
	куриное филе	+ 280
	авокадо	+ 240
	шпинат	+ 130
	слабосоленый 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
	слабосоленый лосось	+ 530
	креветки на гриле	+ 530
	пастроми 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 / У267

НОВОЕ Ванильные сырники

690

Выберите сырники: с деревенской сметаной и вишней или с соусом из ревеня

ДОБАВЬТЕ ещё один сырник + 170

Со сметаной – 150/50/20 г, 560 ккал, Б31 / Ж29 / У44;

С соусом из ревеня – 150/50 г, 546 ккал, Б32 / Ж26 / У46

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 И ЗАКУСКИ

Большой зелёный боул под соусом унаги 1020

С авокадо, шпинатом, цукини, эдамаме и листьями салата

ДОБАВЬТЕ слабосоленый лосось + 530
креветки на гриле + 530

260 г, 313 ккал, Б9 / Ж20 / У24

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

ДОБАВЬТЕ слабосоленый лосось + 530
креветки на гриле + 530

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

НОВОЕ Салат из цукини с грушей, сыром сиртаки и фиалкой 780

150 г, 368 ккал, Б6 / Ж31 / У15

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

ДОБАВЬТЕ больше морепродуктов + 400
370 г, 356 ккал, Б18 / Ж19 / У28

930

НОВОЕ **Классический гаспачо**

310 г, 284 ккал, Б4 / Ж24 / У13

690

НОВОЕ **Окрошка с пастроми из говядины**

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

690

Борщ с говядиной и черносливом

250/30 г, 307 ккал, Б13 / Ж11 / У40

780

Суп-лапша с куриным филе, шпинатом и яйцом

330 г, 163 ккал, Б13 / Ж6 / У15

540

ГОРЯЧЕЕ

	Котлеты из птицы с сыром дор-блю Выберите гарнир: картофельное пюре, рис, гречка, киноа (+ 100) или овощи на гриле (+ 320) База без гарнира — 125 г, 317 ккал, Б26 / Ж21 / У7	930
	Котлеты из птицы на пару Выберите гарнир: картофельное пюре, рис, гречка, киноа (+ 100) или овощи на гриле (+ 320) 100/15 г, 293 ккал, Б25 / Ж18 / У8	720
	Куриная грудка-карри с рисом / гречкой С рисом — 130/130 г, 472 ккал, Б50 / Ж10 / У47; С гречкой — 130/130 г, 470 ккал, Б50 / Ж12 / У43	930
	Цыплёнок в горчичном соусе с брокколи и бэйби картофелем 150/150 г, 570 ккал, Б31 / Ж38 / У26	950
	Филе индейки с пряным киноа, вялеными томатами и песто 130/90 г, 504 ккал, Б47 / Ж28 / У17	1140
НОВОЕ	Шницель из курицы с соусом из белых грибов, шалотом и тимьяном 130/60 г, 519 ккал, Б48 / Ж23 / У30	1080
	Стейк из говяжьей вырезки с молодым картофелем черри и шампиньонами 130/140 г, 402 ккал, Б37 / Ж19 / У21	1860
НОВОЕ	Язычки ягнёнка с птитимом, овощами и сливочным унаги 230/40 г, 493 ккал, Б20 / Ж37 / У20	1190
	Филе лосося со шпинатом и греческим соусом дзадзики 140/20 г, 393 ккал, Б28 / Ж30 / У3	1830
	Сибас на гриле с овощами и зелёным маслом 215/15 г, 342 ккал, Б24 / Ж18 / У21	2480

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

НОВОЕ Пенне с копчёным сыром и баклажаном 760

ДОБАВЬТЕ креветки на гриле + 530
пастроми из говядины + 480

290 г, 484 ккал, Б17 / Ж21 / У57

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 290

Гречка 290

Макароны 320

Киноа 390

Овощи на гриле 610

Картофельное пюре 370

ДОБАВЬТЕ оливковое масло +150
сливочное масло + 200

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
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

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
Грушевый	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.

Оружейный

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 кокосовое / миндальное / банановое / безлактозное / овсяное	+ 100

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