

# 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

## 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
	слабосоленый лосось	+ 530
	креветки на гриле	+ 530
	деревенский хлеб с семечками	+ 110

**Картофельные драники с лососем** 920  
190 г, 320 ккал, Б15 / Ж18 / У26

ДОБАВЬТЕ больше лосося + 530

**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
	бекон	+ 400

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

## **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	фундук или грецкие орехи	+ 140
	мёд	+ 140
	банан	+ 120
	сметану	+ 130
	сухофрукты	+ 130
	клубнику	+ 220
	малиновое варенье	+ 150

# САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

## Большой зелёный боул под соусом унаги 1020

С авокадо, шпинатом, цуккини, 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

## НОВОЕ Тайский баклажан с сырным муссом 790

260 г, 517 ккал, Б9 / Ж25 / У64

## НОВОЕ Салат из цуккини с грушей, сыром сиртаки и фиалкой 780

150 г, 368 ккал, Б6 / Ж31 / У15

## 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 пастроми 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

	<b>Котлеты из птицы с сыром дор-блю</b> Выберите гарнир: картофельное пюре, рис, гречка, киноа (+ 100) или овощи на гриле (+ 320) База без гарнира — 125 г, 317 ккал, Б26 / Ж21 / У7	930
	<b>Куриное филе су-вид в бульоне с овощами</b> 130/115 г, 273 ккал, Б46 / Ж5 / У12	840
	<b>Куриная грудка-карри с рисом / гречкой</b> С рисом — 130/130 г, 472 ккал, Б50 / Ж10 / У47; С гречкой — 130/130 г, 470 ккал, Б50 / Ж12 / У43	930
	<b>Цыплёнок в горчичном соусе с брокколи и бэйби картофелем</b> 150/150 г, 570 ккал, Б31 / Ж38 / У26	950
	<b>Филе индейки с пряным киноа, вялеными томатами и песто</b> 130/90 г, 504 ккал, Б47 / Ж28 / У17	1140
	<b>Стейк из говяжьей вырезки с молодым картофелем черри и шампиньонами</b> 130/140 г, 402 ккал, Б37 / Ж19 / У21	1860
НОВОЕ	<b>Язычки ягнёнка с птитимом, овощами и сливочным унаги</b> 230/40 г, 493 ккал, Б20 / Ж37 / У20	1190
	<b>Филе лосося со шпинатом и греческим соусом дзадзики</b> 140/20 г, 393 ккал, Б28 / Ж30 / У3	1830
НОВОЕ	<b>Чёрная треска с птитимом, овощами и сливочным унаги</b> 260/30 г, 352 ккал, Б29 / Ж17 / У21	1690
	<b>Щучьи котлеты с соусом дзадзики</b> Выберите гарнир: картофельное пюре, рис, гречка, киноа (+ 100) или овощи на гриле (+ 320) База без гарнира — 140/40 г, 434 ккал, Б32 / Ж26 / У17	950

<b>НОВОЕ</b>	<b>Пенне с копчёным сыром и баклажаном</b>	760
	ДОБАВЬТЕ креветки на гриле	+ 530
	290 г, 484 ккал, Б17 / Ж21 / У57	
	<b>Паста карбонара</b>	720
	200 г, 641 ккал, Б18 / Ж54 / У54	
	<b>ВОК: гречневая лапша или рис</b>	
	<b>Просто с овощами</b>	590
	<b>С куриным филе и овощами</b>	690
	<b>С говядиной и овощами</b>	930
	<b>С креветками и овощами</b>	930
	<b>С морепродуктами</b>	930
	<b>ГАРНИРЫ</b>	
	<b>Рис</b>	290
	<b>Гречка</b>	290
	<b>Макароны</b>	320
	<b>Киноа</b>	390
	<b>Овощи на гриле</b>	610
	<b>Картофель фри</b>	370
	<b>Картофельное пюре</b>	370
	<b>Обжаренный бэйби картофель</b>	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

## 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

Выберите соус: сырный или кетчуп

170 г, 390 ккал, Б25 / Ж24 / У19

**Паста карбонара** 720

200 г, 576 ккал, Б23 / Ж38 / У36

## 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

<b>Мистер Сельдерей</b> Сельдерей, яблоко, свежая зелень	300 мл	680
<b>Искра</b> яблоко, апельсин, физалис, имбирь	300 мл	780
<b>Арнольд</b> Кокосовое молоко, банан, яблоко, апельсин	300 мл	680
<b>Дзен</b> Шпинат, банан и сельдерей, кокосовое молоко	400 мл	780
<b>Ягода</b> Асаи, черника, смородина, банан, кокосовое молоко	400 мл	680
<b>Заряд</b> 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

<b>Апельсиновый</b>	100 мл	270
<b>Грейпфрутовый</b>	100 мл	290
<b>Яблочный</b>	100 мл	250
<b>Морковный</b>	100 мл	220
<b>Сельдереевый</b>	100 мл	270
<b>Грушевый</b>	100 мл	270

# ЧАЙНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

<b>Чёрный чай</b> Английский завтрак / Ассам / Горные травы / Бергамот	500 мл	450
<b>Зелёный чай</b> Классическая сенча / Жасмин	500 мл	450
<b>Ягодно-фруктовый чай</b>	500 мл	450
<b>Ройбуш</b>	500 мл	510
<b>Молочный улун</b>	500 мл	510
<b>Ромашковый чай</b>	500 мл	510
<b>Мятный чай</b>	500 мл	510
<b>АВТОРСКИЕ ЧАИ</b>		
<b>Малина, брусника, чабрец</b>	500 мл	550
<b>Облепиха, розмарин</b>	500 мл	550

По вашему желанию готовим авторские чаи холодными или горячими.

# СПОРТ-КОКТЕЙЛИ

<b>На воде / на молоке</b>	500 мл	710 / 770
<b>На альтернативном молоке</b>	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

<b>Эспрессо</b>	38 мл	300
<b>Американо</b>	200 мл	300
<b>Капучино</b> Стандартный или большой	200 / 300 мл	360 / 470
<b>Латте</b>	400 мл	510
<b>Флэт уайт</b>	200 мл	430
<b>Ванильный раф</b>	300 мл	500
<b>Бамбл на фреше</b> 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

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