

порция Белки (в 100 г) Жиры (в 100 г) Углеводы (в 100 г) Калории

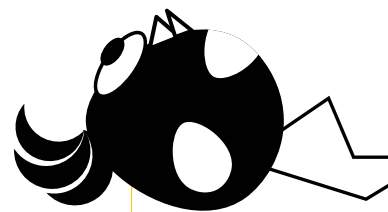
ЗАКУСКИ ХОЛОДНЫЕ

«Дивные» мясные деликатесы	120 г	22, 29	19,8	1,862	329,9
Карпаччо из сала с хлебной заправкой	150 г	6,05	27,73	18,22	520,2
Лосось слабой соли	130 г	15,86	13,15	6,6	270,7
Мини-эклеры с паштетом из печени цыпленка, вяленым гусем и трюфельным снегом	200 г	10	34,45	11,7	793,9
«Улётный» паштет из куриной печени с брусничным соусом	210 г	9,84	41,4	21,99	1050,1
Печенный перец со Страчателлой и соусом Чимичури	200 г	4,147	15,27	7,06	364,6
Свежие овощи с ароматной зеленью и копченным яйцом	485 г	2,47	5,56	8,16	449,1
Севиче из лосося с авокадо	170 г	9,83	12,81	6,41	306,5
Соленья "Улетные"	400 г	1,38	5,82	3,57	288,9
Фермерские сыры	265 г	15,35	21,42	9,76	777,3
Тар-Тар из теленка с перепелиным яйцом и трюфельным кремом	180 г	17,47	19,92	11,35	530,1

КАРРР ПАЧУОО
УЛЁТ

БРУСКЕТТА

Брускетта с авокадо, вялеными томатами и перепелиным яйцом	220 г	5,15	25,41	16,85	696,9
Брускетта с лососем, гуакомоле и яйцом пашот	240 г	7,34	20,68	16,58	676,5
Брускетта с ростбифом, рукколой и трюфельным соусом	160 г	16,37	17,7	26,49	529,3



порция Белки
(в 100 г) Жиры
(в 100 г) Углеводы
(в 100 г) Калории

САЛАТЫ

Салат Овощной с душистым маслом и крымским луком	250 г	0,57	8,65	3,71	237,7
Салат с баклажанами и Греческим сыром	270 г	2,61	6,88	4,82	267,3
Салат с индейкой на углях, Адыгейским сыром и соусом Ткемали	250 г	8,32	8,89	5,62	334,0
Салат с лососем, авокадо и соусом песто	250 г	7,31	22,76	6,26	544,2
Салат с тигровыми креветками, «веселым» кальмаром и соусом из апельсина	230 г	9,56	14,88	3,8	431,2
Салат с лангустинами и киноа в медово-горчичном соусе	220 г	5,11	15,32	8,18	420,4
Салат «пёстрый» с ростбифом, брокколи и азиатским соус	185 г	8,61	20,66	5,83	451,0
Салат Цезарь с креветкой	200 г	11,38	20,67	4,3	497,7
Салат Цезарь с курицей	200 г	11	21,12	5,85	515,1
Салат Цезарь с лососем	200 г	9,81	15,323	5,59	396,4
Салат Цезарь с мясом страуса	200 г	10,59	20,06	4,34	480,7



ЗАКУСКИ ГОРЯЧИЕ

Запеченный авокадо с тигровыми креветками и соусом Кимчи	300 г	5,14	16,94	9,14	628,9
Барабуля черноморская	120 г	20,41	19,3	5,05	330,7
Имбирный цыпленок с манго и рисом	270 г	9,79	6,3	19,88	473,7
«Райские» куриные пупочки с грибным соусом	250 г	10,43	27,45	14,96	871,7
Сырные пончики с брусничным соусом	230 г	14,03	15,45	20,33	636,1
Мидии запеченные под икорным соусом	100 г	8,32	7,3	8,54	133,2



порция Белки (в 100 г) Жиры (в 100 г) Углеводы (в 100 г) Калории

ПИЦЦА

Пирог с лососем, брокколи и сливочным сыром	240 г	10,82	8,7	30,91	588,6
Пицца с копчённой курицей, вешенками и шпинатом	270 г	10,9	10,29	27,23	661,9
Пицца с креветками, Страчателлой и томатами	280 г	8,44	12,88	29,71	752,0
Пирог 4 сыра с трюфельным кремом	250 г	10,62	13,26	28,87	693,4
Пицца с окороком и томатами и кубанскими томатами	280 г	8,79	10,84	26,38	667,2
Пицца с печеными баклажанами, Страчателлой и кленовым соусом	260 г	7,13	18,21	32,31	836,3

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Борщ с куриной ножкой и луковым хлебом	420 г	4,503	7,36	9,63	515,9
Золотистый бульон из петуха с домашней лапшой	360 г	6,1	2,8	4,91	249,6
Крем суп из молодых кабачков и шпината с тигровыми креветками	250 г	5,55	17,17	5,106	493,2
Окрошка с индейкой	380 г	4,475	6,768	6,78	361,2
Окрошка с лососем	380 г	4,18	6,02	4,81	343,0
Том-Ям с морепродуктами	550 г	3,85	1,95	8,05	358,6

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Филе судака с пряным бататом в лимонном соке и тигровыми креветками	340 г	12,19	13,96	9,2	507,0
Бургер с мраморной говядиной, яйцом и запеченным картофелем	440 г	11,2	17,63	15,05	1159,8
Жареная цыпа с картофелем по-Деревенски и ореховым соусом	600 г	16,14	20,63	5,88	1642,9

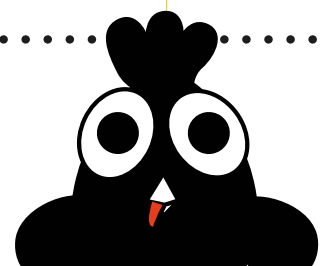
порция Белки
(в 100 г) Жиры
(в 100 г) Углеводы
(в 100 г) Калории

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Котлеты из цесарки с картофельным пюре и соусом из чернослива	280 г	9,05	13,67	14,1	604,0
Котлеты по-Киевски с картофельным пюре и грибным соусом	330 г	11,29	24	17,63	1094,6
Медальоны из телятины с грибами в перечном соусе	270 г	20,61	33,91	10,83	1163,4
Нежная печень цыплёнка с яблочным круассаном	320 г	13,55	30,28	19,29	1292,4
Спагетти в соусе Песто с тигровыми креветками и Пармезаном	250 г	10,63	30,77	16,81	966,8
Филе индейки с печеным картофелем и сладкой кукурузой	320 г	12,15	17	12,46	785,7
Утиная грудка с грушей томленной в красном вине	260 г	10,97	38,47	17,34	1194,9

ХОСПЕР МЯСО/РЫБА

Фирменный бифштекс из страуса с яйцом и давленым картофелем	330 г	14,77	19,9	9,85	916,2
Мясной сэт на 4 персоны	1460 г	14,65	15,16	15,71	3283,0
«Стройные» ножки (цыпленка)	100 г	20,26	12,98	4,79	217,1
Перепел на углях	240 г	3,044	6,81	1,84	194,1
Портерхаус стейк	130 г	16,54	16,18	4,82	300,4
Клаб стейк	130 г	16,54	16,18	4,82	300,4
Рибай стейк	130 г	16,54	16,18	4,82	300,4
Тибон стейк	100 г	21,508	21,038	6,262	300,4
Томленная голень индейки с запеченным картофелем	400 г	26,65	12,64	16,81	1150,3
Филе лосося	115 г	18,21	15,05	0,51	241,8
Форель Адлерская с овощами и зеленью	330 г	18,86	5,61	1,88	440,5



порция Белки Жиры Углеводы Калории
(в 100 г) (в 100 г) (в 100 г)

ХОСПЕР МЯСО/РЫБА

Свиная шея	118 г	16,29	44,75	4,21	572,1
Шашлык из индейки	100 г	23,63	15,42	1,49	239,3



ХОСПЕР ОВОЩИ

Баклажаны на углях	100 г	1,488	4,98	5,84	74,1
Болгарский перец на углях	100 г	1,52	4,983	8,82	86,2
Кабачки на углях	100 г	0,088	4,98	4,588	75,5
Картофель на углях	100 г	2,83	13,28	23,22	223,8
Помидоры на углях	100 г	0,088	4,98	5,96	69,0
Шампиньоны на углях	100 г	6,68	6,98	0,44	99,4

ГАРНИРЫ

Картофель фри	100 г	2,6	12,98	23,4	220,8
Картофельное пюре	150 г	2,44	14,8	18,8	327,3
Макаронны с сыром	150 г	13,6	12,07	34,85	453,6
Рис	150 г	5,03	1,27	50,63	351,2

ДЕСЕРТЫ

Чизкейк из свежего манго с цитрусовым снегом	170 г	5,91	15,41	75,92	792,4
Взрывной пингвин	170 г	4,58	22,69	41,03	657,4
Глазунья с трюфельным медом	165 г	9,54	14,32	30,08	474,2
Наполеон с ванильным кремом	140 г	4,65	29,26	41,53	626,9
Птичка-Невеличка	140 г	5,37	19,74	43,55	522,8
Сладкая не кукуруза	130 г	4,242	29,85	23,5	493,5
Эклер мак и сгущенка	120 г	9,14	28,25	25,93	473,5
Эклер с магадаскарская ванилью	120 г	4,99	12,11	26,89	283,8
Эклер молочный шоколад	125 г	5,376	22,89	24,95	409,1

порция Белки
(в 100 г) Жиры
(в 100 г) Углеводы
(в 100 г) Калории

ДЕСЕРТЫ

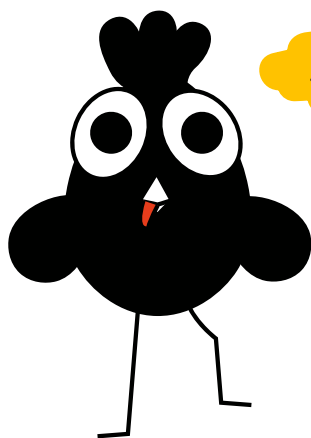
Мороженое Пломбир	50 г	1,68	12,34	16,41	91,7
Мороженое банановое	50 г	1,9	5,4	23,6	75,8
Мороженое шоколадное	50 г	2,43	16,33	23,1	124,6
Сорбет Малина-Тархун	50 г	0	0,25	27,39	55,9
Фруктовая тарелка	1000 г	0,42	0,12	10,98	467,4

ХЛЕБ

Хлеб Бородинский	440 г	5,76	1,97	46,4	996,4
Хлеб Бородинский	50 г	5,76	1,97	46,4	113,2
Хлеб Пшеничный	620 г	8,28	1,99	48,36	1516,0
Хлеб Пшеничный	50 г	8,28	1,99	48,36	122,3

НАПИТКИ КУХНИ

Компот из ягод	250 мл	0	0	0	0
Морс из брусники	250 мл	0,11	0,17	9,75	102,6
Ананасовый фреш	250 мл	0,4	0,2	10,6	114,5
Апельсиновый фреш	250 мл	0,9	0,2	8,1	90,0
Грейпфрутовый фреш	250 мл	0,9	0,2	6,5	75,0
Морковный фреш	250 мл	1,1	0,1	6,4	70,0
Сельдереевый фреш	250 мл	0,7	0,3	4,8	77,5
Яблоко-морковь фреш	250 мл	0,5	0	7,5	80,0
Яблочный фреш	250 мл	0,4	0,4	9,8	105,0



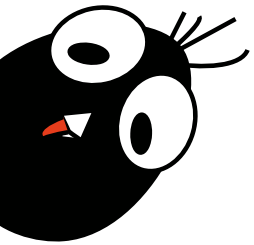
ЗАЛЕТАЙ

ПТИЦКА
НЕВЕЛИЧКА

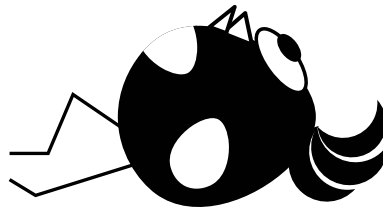
порция Белки
(в 100 г) Жиры
(в 100 г) Углеводы
(в 100 г) Калории

СЕЗОННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Тайские креветки на романо с чукой и свежим манго	170 г	7,34	18,08	14,54	425,6
Весенний салат	200 г	2,42	10,08	3,98	232,7
Салат с авокадо	170 г	2,49	18,42	6,15	340,7
Спринг ролл с цыпленком	170 г	12,19	12,91	30,08	485,0
Зеленый борщ с цыпленком	350 г	7,74	7,62	3,93	403,3
Пирог с лососем, брокколи и сливочным сыром	240 г	10,82	8,7	30,91	588,6
Голубцы с индейкой	260 г	11,97	22,45	7,82	731,3
Карамельная бриошь	160 г	2,715	14,19	25,44	381,6



СЕЗОННОЕ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ
УЛЁТ





BUBBLES AND BREAKFASTS

порция

Белки
(в 100 г)

Жиры
(в 100 г)

Углеводы
(в 100 г)

Калории

БЛИНЧИКИ, ПАНКЕЙКИ

Блинчики Дюжина (12шт)	480 г	5,47	9,59	24,89	997,4
Блинчики с лососем	170 г	9,24	10,39	14,53	320,7
Блинчики с творогом	250 г	9,95	13,5	26,09	644,0
Панкейк с черникой и взбитой сметаной	250 г	4,89	8,99	35,38	605,2
Панкейк с кокосовым кремом и манго-маракуйя	320 г	4,26	5,13	28,24	563,9
Панкейки с бананом и соленой карамелью	250 г	4,56	10,22	36,68	402,0
Варенье Черешня	40 г	0,37	0,24	57,4	93,3
Мед	40 г	1,33	0,66	72,14	120,9
Сгущенное молоко вареное	40 г	5,8	8,5	53,9	126,0
Сгущенное молоко	40 г	7,2	8,5	56	128,0
Сметана	40 г	2,69	19,85	3,94	82,1

ВЫПЕЧКА

Круассан классик	45 г	9,16	36,34	53,83	260,6
Капкейк вишня-кофе	150 г	5,84	24,51	28,73	538,4
Капкейк банан-карамель	150 г	4,88	24,34	35,75	572,5

ТВОРОГ

Глазунья с трюфельным медом	165 мл	9,54	14,32	30,08	474,2
Чизкейк из свежего манго с цитрусовым снегом	170 мл	5,91	15,41	75,92	792,4
Ленивые вареники с пармезаном и вишней	200 мл	12,15	9,94	18,28	422,5

ЗОЖ

Боул с киноа	420 мл	2,67	9,29	10,87	579,1
Брокколи с соусом зеленым ЗОЖ	180 мл	5,92	30,67	7,02	590,1
Чиа пудинг с манго	155 мл	2,95	5,82	11,14	168,7

BUBBLES AND BREAKFASTS

порция Белки
(в 100 г) Жиры
(в 100 г) Углеводы
(в 100 г) Калории

КАШИ

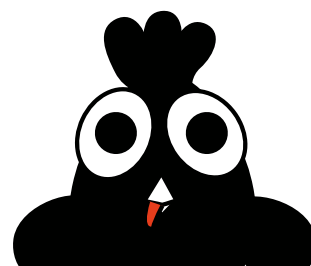
Овсянка с черешней/классик	250 г	2,52	3,43	15,74	259,9
Овсянка с черешней/кокос	250 г	2,88	3,62	16,06	271,2
Овсянка с черешней/миндаль	250 г	1,92	3,06	15,34	241,8
Пшеничная каша с манго/классик	250 г	3,53	2,13	20,62	289,6
Пшеничная каша с манго/кокос	250 г	3,89	2,33	20,95	300,9
Пшеничная каша с манго/миндаль	250 г	2,93	1,77	22,98	271,5
Гранола с йогуртом	210 г	4,2	10,58	21,45	415,0

БРУСКЕТТЫ

Сендвич с сочным куриным бедром, томатами и сыром страчателла	330 г	11,02	9,95	22,26	735,2
Сендвич с лососем в бриоше	215 г	10,79	19,56	16,35	612,0
Брускетта с авокадо, вялеными томатами и перепелиным яйцом	220 г	5,15	25,41	16,85	696,9
Брускетта с лососем, гуакомоле и яйцом пашот	240 г	7,34	20,68	16,58	676,5
Брускетта с ростбифом, рукколой и трюфельным соусом	160 г	16,37	17,7	26,49	529,3

ВО ВСЕ ТЯЖКИЕ

Золотистый бульон из петуха с домашней лапшой	360 г	6,1	2,8	4,91	249,6
Равиоли с яйцом и тремя видами сыра	140 г	12,83	30,63	14,79	540,7
Бургер с мраморной говядиной, яйцом и запеченным картофелем	440 г	11,2	17,63	15,05	1159,8
Спагетти в соусе Песто с тигровыми креветками и Пармезаном	250 г	10,63	30,77	16,81	966,8



BUBBLES AND BREAKFASTS

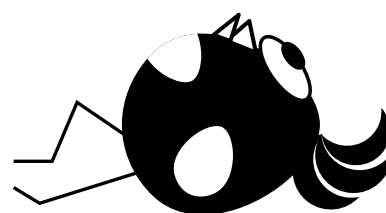
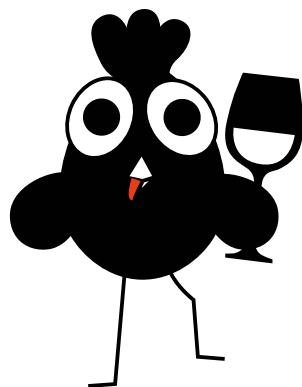
порция Белки
(в 100 г) Жиры
(в 100 г) Углеводы
(в 100 г) Калории

СЕТЫ

Фирменный завтрак «Птичка-Невеличка»	520 г	7,98	21,17	16,48	1499,7
Завтрак Итальянский	270 г	6,3	15,78	8,62	544,8
Завтрак Мексиканский	310 г	3,88	14,78	16,01	659,1
Завтрак Советский	410 г	5,85	7,08	10,88	536,0
Завтрак Тайский	200 г	10,25	20,48	12,32	549,4
Завтрак Чемпиона	260 г	6,97	15,31	14,44	581,1

СМУЗИ

Смузи Ананас, авокадо, шпинат, соевое молоко	300 г	1,32	2,61	3,29	125,8
Смузи Ананас, груша, семена чиа, соевое молоко	300 г	1,265	1,11	5,68	113,4
Сливочный Манго	300 г	0,72	2,94	10,22	210,8
Смузи Банан-Черника	300 г	0,3	0,49	8,19	115,3
Смузи Яблоко, сельдерей, бузина	300 г	0,34	0,04	12,79	158,9



ППР...РОСЕККО