

ЗАВТРАКИ

Каждый день до 13:00 мы приглашаем Вас позавтракать в нашем спорт-кафе

Овсяная каша, 250г		220 Р
Хрустящие тосты с джемом, 90г		140 Р
Нежный творог с мюсли и свежими ягодами, 250г/50г/50г		230 Р
Сырники с брусничным кремом, 220г/40г		260 Р
<i>подаются по Вашему выбору с джемом, сметаной или сгущенным молоком</i>		
Омлет, 140г		310 Р
Наполнители:		
Лук, 30г	30 Р	Шпинат, 30г 30 Р
Грибы, 30г	30 Р	Сыр, 45г 30 Р
Помидоры, 30г	30 Р	Бекон, 50г 40 Р



САЛАТЫ

Салат Греческий, 260г	410 Р
Тёплый салат с запечёнными баклажанами, 240г	420 Р
Салат из рукколы с креветками, 240г	420 Р
Салат из свеклы с козьим сыром, 250г	460 Р
Салат с тунцом, 250г	510 Р
Салат из рисовой лапши с креветками и тайской заправкой, 280г	560 Р
Салат с сёмгой терияки, 200г	520 Р
Салат Цезарь с курицей, 270г	520 Р
Салат Цезарь с креветками, 270г	550 Р

ПИЦЦА И ПАСТА

Фокачча, 210г	260 Р
<i>подается по Вашему выбору: с морской солью, с розмарином, с пармезаном, с вялеными помидорами</i>	
Пицца Маргарита, 270г	440 Р
Пицца Цезарь с курицей и свежими листьями салата, 400г	620 Р
Пицца Пепперони, 400г	670 Р
Спагетти с соусом Болоньез, 330г	510 Р
Фетучини с сёмгой и шпинатом, 360г	620 Р
Спагетти с морепродуктами в томатном соусе, 400г	690 Р

БЛИНЫ И СЭНДВИЧИ

Блины 3 штуки, 210г	240 Р
Блины с творогом,	280 Р
Блины с мясом, 240г	310 Р
Блинчики с начинкой из бананов и шоколадной пасты, 280г	260 Р
Блинчики с заварным кремом и орехами, 290г	260 Р
Сэндвич с курицей и картофелем фри, 240/80г	380 Р
Сэндвич с семгой и картофелем фри, 240/80г	420 Р
Брускетта-ассорти, 310г	520 Р
Ролл-сэндвич с креветками, 245г	430 Р
Спринг-роллы с креветками, 255г	440 Р

СУПЫ

Бульон куриный, 310г	220 Р
Лапша куриная, 280г	270 Р
Крем-суп из брокколи, 250г	310 Р
Свекольный крем с козьим сыром, 250г	360 Р
Том Кха, 300г	420 Р
Сырный суп с курицей и грибами, 350г	420 Р
Томатный чаудер с треской, 300г	390 Р
Крем-суп из лесных грибов, 250г	410 Р
Суп мятный горошек, 250г	320 Р
Французский луковый суп с гренками, 340г	410 Р

ГАРНИРЫ И ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

Овощи на гриле, 200г	270 Р
Овощи на пару, 150г	260 Р
Картофель фри, 200г	240 Р
Картофель по-деревенски, 150г	260 Р
Рис-микс с овощами, 250г	330 Р
Картофельный гратен с грибами, 260г	370 Р



ДЕСЕРТЫ И ВЫПЕЧКА

Круассан, 70г	210 Р
Шоколадный флан, 270г	370 Р
Апельсиновое тирамиссу, 200г	390 Р
Десерт Наполеон, 160г	360 Р
Десерт Dolcemente, 210г	360 Р
<i>с сыром Маскарпоне и свежими ягодами</i>	
Клюквенный сорбет, 90г	230 Р
Мороженое (1 шарик), 70г	140 Р
<i>тирамису, шоколад, ваниль</i>	
Пирожное Павлова с ягодами, 160г	360 Р
Морковный пирог с творожным кремом, 200г	320 Р

БЛЮДА ИЗ МЯСА И РЫБЫ

Теплый салат с куриной печенью, 230г	640 Р
Бургер с картофелем фри, 530/170г	730 Р
<i>по Вашему желанию может подаваться с добавлением сыра чеддер</i>	
Котлеты из кролика с соусом бешамель, 180/70г	690 Р
Стейк из говяжьей вырезки, 320г	1 840 Р
<i>подается по Вашему выбору с ароматным маслом или с соусом Демиглас</i>	
Щучьи кнедли, 305г	710 Р
<i>подаются в сливочном соусе с креветками</i>	
Дорадо, 410г на гриле или запеченная	790 Р
Глазированная семга со шпинатом и редисом, 340г	880 Р

ЧАЙ

Ассам, 600г 290 Р

Черный чай, собранный на плантациях индийского штата Ассам. При заваривании дает крепкий отвар с глубоким бархатным вкусом и приятным медовым ароматом. Отличный чай для начала дня.

Эрл Грей, 600г 290 Р

Черный цейлонский чай с добавлением масла бергамота. Терпкость и насыщенность черного чая прекрасно сочетается с ароматом этого прекрасного тропического фрукта.

Сенча, 600г 210 Р

Этот зеленый чай выращивают в Японии. При заваривании получается бледно-зеленый настой с терпким вкусом и свежим ароматом с травяным послевкусием

Китайский жасмин, 600г 320 Р

Этот легендарный, элитный чай выращивается в провинции Хунань. При его заваривании получается настой с тонким ароматом жасмина и чуть терпким, пряным вкусом.

Молочный улун, 600г 400 Р

Найсян цзиньсюань (Молочный улун) — полуферментированный чай, выращивается и изготавливается на Тайване.

ФРУКТОВЫЕ ЧАЙНЫЕ НАПИТКИ

Нахальный фрукт, 600г 320 Р

Гибискус, яблоко, папайя, шиповник и изюм

Малиновый коктейль, 600г 320 Р

Фруктовый чайный напиток из кусочков яблока, плодов шиповника и малины

Клубничный пунш, 600г 320 Р

Чайный напиток с клубникой, кусочками яблока, гибискусом, шиповником и листьями земляники

ТРАВЯНЫЕ НАПИТКИ

Чайный напиток Освежающий, 600г 310 Р

Напиток из листьев мяты, ромашки, земляничных листьев, цветков лайма, лаванды, шалфея и лепестков василька

Чайный напиток Травы и Мед, 600г 310 Р

Необычная композиция из фруктов, лесных и луговых трав, липового цвета и меда, сочетающая изысканную сладость вкуса с мягким фруктовым ароматом.

Марокканский чай, 600г 410 Р

Чай, приготовленный по авторскому рецепту, на основе Молочного Улуна с добавлением мяты, лайма, меда и имбиря.

Вы можете попросить официантов добавить в Ваш чай мяту, имбирь, чабрец, ромашку или лимон. Также мы рады предложить Вам к чаю джемы и мед по Вашему выбору.

ЛИМОНАДЫ

Классический 0,4л/1 л 230/390 Р
(лимон, лайм, апельсин, содовая)

Огуречный 0,4л/1 л 230/390 Р
(огурец, лимон, базилик, содовая)

Имбирный 0,4л/1 л 230/390 Р
(имбирь, лимон, сироп, содовая)

Ягодный 0,4л/1 л 230/390 Р
(клубника, голубика, апельсин, содовая)

ВКУСНО
И
ПОЛЕЗНО

— спорт-кафе —

КОФЕ

Эспрессо, 60г 160 Р

Двойной эспрессо, 60г 230 Р

Американо, 140г 220 Р

Гранд американо, 250г 290 Р

Капучино, 140г 280 Р

Гранд капучино, 250г 330 Р

Латте маккиато, 250г 360 Р

Латте маккиато с сиропом, 250г 380 Р

Кокос, ваниль, шоколад, банан, ледяная мята, имбирь, корица, карамель

Гляссе, 250г 280 Р

Горячий шоколад, 200г 290 Р



ФРУЛЛАТО

Голубика-микс, 400мл 410 Р

голубика, банан, йогурт, молоко, сироп, лайм

Банановый, 400мл 410 Р

банан, йогурт, молоко, сироп

ЦЕНТРИФУГАТО (ФРЕШ)

Ананас, апельсин, грейпфрут, 290 Р / 410 Р
яблоко, сельдерей, морковь, огурец, 200 / 400мл

ЦЕНТРИФУГАТО МИКС

Иммунитет, 400мл 480 Р
яблоко, огурец, сельдерей, имбирь, мята

Детокс, 400мл 480 Р
морковь, свекла, огурец, лимон, сливки

Мультивитамин, 400мл 480 Р
яблоко, апельсин, банан, клубника

ФРАППЕ

Сочное лето, 400мл 380 Р

клубника, банан, ванильное мороженое, молоко, апельсин

Фантазия, 400мл 380 Р

банан, киви, ванильное мороженое, молоко, лайм

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ НАПИТКИ

Coca-Cola, Coca-Cola Light, Fanta, Sprite, 250мл 160 Р

Вода Valser (с газом/без газа), 330мл 210 Р

Вода BonAqua (с газом/без газа), 250мл 160 Р

Сок Rich, 250мл 160 Р
апельсин, яблоко, персик, вишня, томат

КИСЛОРОДНЫЕ КОКТЕЙЛИ

Вишня, 400мл 160 Р

Яблоко, 400мл 160 Р

Основной эффект от кислородного коктейля заключается в обогащении организма кислородом через желудок и желудочно-кишечный тракт. Кислород через желудок усваивается тканями организма в 10 раз более эффективно, чем через лёгкие. Это помогает бороться с гипоксией (кислородное голодание). Также кислородный коктейль оказывает положительное влияние при хронической усталости, бессоннице, лишнем весе, улучшает иммунитет и спортивные результаты.

