

ГАРНИРЫ

Брокколи	100 г ~ БЖУ 3/0,2/6 ~ 38 кКал	120₽
Булгур с овощами	100 г ~ БЖУ 4/3/22 ~ 131 кКал	75₽
Гречка с грибами	100 г ~ БЖУ 4,5/3/23 ~ 135 кКал	80₽
Капуста тушёная с ТМИНОМ	150 г ~ БЖУ 0,4/1/26 ~ 18 кКал	70₽
Картофель запечённый	100 г ~ БЖУ 3/4/26 ~ 154 кКал	80₽
Картофель фри	100 г ~ БЖУ 3/6/24 ~ 155 кКал	100₽
Картофельное пюре	150 г ~ БЖУ 2/1/14 ~ 70 кКал	75₽
Макаронны отварные	100 г ~ БЖУ 6/1/31 ~ 153 кКал	65₽
Перловка с овощами	100 г ~ БЖУ 1/1/7 ~ 45 кКал	65₽
Рис с овощами	100 г ~ БЖУ 2/4/20 ~ 125 кКал	80₽



ГАРНИРЫ

Фасоль стручковая	100 г ~ БЖУ 3/0,3/3 ~ 25 кКал	80₽
Пюре гороховое	100 г ~ БЖУ 0,5/8/19 ~ 112 кКал	65₽
Овощной гарнир	100 г ~ БЖУ 0,2/4/11 ~ 61 кКал	85₽
Кукуруза гриль	100 г ~ БЖУ 3/4/16 ~ 102 кКал	95₽
Рагу из овощей	100 г ~ БЖУ 12,9/2,2/3,5 ~ 139,2 кКал	120₽
Капуста цветная	100 г ~ БЖУ 2,5/11/5,5 ~ 130 кКал	120₽
Картофель беби	150 г ~ БЖУ 2/5/15 ~ 110 кКал	80₽
Картофель печённый с сыром	150 г ~ БЖУ 3,5/11/24 ~ 210 кКал	80₽
Котлета морковная	100 г ~ БЖУ 6,5/2,5/9,2 ~ 105,2 кКал	90₽
Кус-кус с зеленью	100 г ~ 0,1/1/9,7 ~ 46,3 кКал	65₽
Овощи гриль	100 г ~ БЖУ 13,5/2,8/6,5 ~ 158.5 кКал	120₽



КУРИЦА

Котлета куриная	130 г ~ БЖУ 19/5/5 ~ 144 кКал	125₽
Куриное бедро в сливочном соусе с грибами	150 г ~ БЖУ 10/11/3 ~ 154 кКал	170₽
Куриное бедро на кости	100 г ~ БЖУ 21/11/0,1 ~ 185 кКал	135₽
Куриное филе с ананасом	150 г ~ БЖУ 16/7/4 ~ 142 кКал	145₽
Куриное филе гриль	100 г ~ БЖУ 23/1/0 ~ 103 кКал	135₽
Наггетсы куриные	100 г ~ БЖУ 13/12/15 ~ 221 кКал	120₽
Куриный шашлычок	100 г ~ БЖУ 19/10/2 ~ 174 кКал	145₽
Курица в сладком чили соусе с овощами	150 г ~ БЖУ 11/4/14 ~ 137 кКал	180₽
Пельмени из курицы	200 г ~ БЖУ 16/3/19 ~ 165 кКал	140₽



МЯСО / РЫБА

Говядина запечённая с овощами	200 г ~ БЖУ 14/9/9 ~ 213 кКал	240₽
Оладья из говяжьей печени	110 г ~ БЖУ 11/4/8 ~ 115 кКал	140₽
Печень говяжья в сливочном соусе	150 г ~ БЖУ 9/8/8 ~ 142 кКал	140₽
Поджарка свиная	120 г ~ БЖУ 11/6/4 ~ 112 кКал	135₽
Котлеты из свинины	100 г ~ БЖУ 10 /12/7 ~ 180 кКал	135₽
Долма из говядины	200 г ~ БЖУ 10/7/6 ~ 123 кКал	240₽
Бефстроганов из говядины	180 г ~ БЖУ 20/12/3 ~ 240 кКал	200₽
Котлета рыбная из трески	100 г ~ БЖУ 12/0,8/8 ~ 86 кКал	155₽
Стейк из форели	135 г ~ БЖУ 20/6/0,1 ~ 138 кКал	300₽
Треска запечённая с овощным жульеном	150 г ~ БЖУ 9/8/8 ~ 142 кКал	200₽
Стейк из скумбрии	100 г ~ БЖУ 27/27/3 ~ 358 кКал	165₽