



САЛАТЫ

САЛАТ С АВОКАДО,
ТОМАТАМИ
И ФИСТАШКОЙ | 180 г **700 Р**

САЛАТ ИЗ ПЕЧЁНОЙ
ТЫКВЫ С ТОФУ И
ЙОГУРТОМ | 250 г **780 Р**

ТЁПЛЫЙ САЛАТ
С ОВОЩАМИ
ГРИЛЬ И КИНОА | 190 г **750 Р**

СУПЫ

МИНЕСТРОНЕ | 330 г **550 Р**

БОРЩ С БЕЛЫМИ
ГРИБАМИ И ПОСТНОЙ
СМЕТАНОЙ | 250 г **650 Р**

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

ГОЛУБЦЫ С ФАСОЛЬЮ
В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 320 г **750 Р**

МУСАКА С ФАСОЛЬЮ | 330 г **700 Р**

ТОРТИЛЬОНИ В СОУСЕ
ИЗ ВЯЛЕННЫХ ТОМАТОВ
С ХУМУСОМ И ПОСТНЫМ
ПАРМЕЗАНОМ | 260 г **750 Р**

РАВИОЛИ С ПЕЧЁНЫМ
КАРТОФЕЛЕМ В ГРИБНОМ
СОУСЕ | 320 г **780 Р**

ГРИБНОЕ РАГУ
С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ
И АРОМАТОМ ТРЮФЕЛЯ | 250 г **950 Р**

КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕННЫЙ
С ЛЕСНЫМИ ГРИБАМИ | 200 г **850 Р**

ДЕСЕРТ

МУСС АВОКАДО
С ФИСТАШКОЙ | 100 г **650 Р**

ЛИНЕЙКА ДЕТОКС-СМУЗИ



СТЕБЕЛЬ СЕЛЬДЕРЕЯ, ГРУША, КИВИ
СЕМЕНА ЛЬНА | 350 мл **600 Р**
Мощный детокс-коктейль, который сочетает в себе пользу клетчатки, витаминов и антиоксидантов. Улучшает пищеварение, укрепляет иммунитет. Сельдерей и груша улучшают работу сердца и снижают уровень стресса.

ФИЛЕ ГРЕЙПФРУТА, КЛУБНИКА, БАНАН,
КРАСНЫЙ БАЗИЛИК | 350 мл **650 Р**
Отличный источник антиоксидантов и микроэлементов. Высокое содержание витамина С для иммунитета, калий для сердца и сосудов. Эфирные масла в красном базилике обладают успокаивающим эффектом и помогают справиться с тревогой и восстановить силы.

АВОКАДО, ШПИНАТ, ЗЕЛЁНОЕ ЯБЛОКО,
КОКОСОВОЕ МОЛОКО | 350 мл **650 Р**
Полезные жиры авокадо необходимы для усвоения витаминов из зелени, а также придают коже особое сияние. Шпинат восстанавливает кислотно-щелочной баланс. Очень нежный и плотный смузи идеален для завтрака.

СВЕЖАЯ СВЁКЛА, ЯГОДЫ МАЛИНЫ, БАНАН,
ГРАНАТОВЫЙ СОК | 350 мл **600 Р**
По истине "кроветворный эликсир". Свёкла и гранатовый сок улучшают состав крови и благоприятно влияют на работу сердца. Сочетание полезных веществ в этом миксе мощно очищает организм от токсинов, а также борется с воспалениями и замедляет процессы старения.

БАНАН, КИВИ, СЕМЕНА ЧИА, СПИРУЛИНА | 350 мл **600 Р**
Классический суперфуд-коктейль. Насыщение организма Омега-3 кислотами, белковая бомба и нормализация микрофлоры. Киви обеспечивает ударную дозу витамина С, который в связке с витаминами группы В из спирулины и банана стимулирует выработку коллагена и улучшает цвет лица.