

(на порцию готового блюда)

ПОРЦИЯ

БЕЛКИ

ЖИРЫ

УГЛЕВОДЫ

КАЛОРИИ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Соленья "Бодрые"	330 г	4,9	13,3	9,5	175
Сезонные овощи	450 г	4,14	0,5	16,67	88
Ассорти из кавказских сыров	200 г	33,2	37	16,5	532
Тунец охлажден. с острым маслом	100/30/3 г	25,05	7	1,3	168
Немы креветка манго	180 г	8,3	1,48	37,13	196
Тар-Тар из тунца	150 г	27,4	26,5	7,14	377
Тар-Тар из мраморной говядины	170 г	24	49,5	12,1	591
Кубанское сало	150/80/15/30 г	8,6	140	47,3	1517
Селедочка с картофелем	300 г	21,2	60,5	20	710
Паштет из кур. печени	100/50/50 г	18,68	48,5	49,7	729
Ростбиф говяжий	100 г	27,6	11,5	1,58	221
Язык говяжий отварн.	100 г	41,5	36,3	4,1	510
Лосось в пряных травах	100/20 г	22,3	22,39	9,93	331
Рулет из индейки	100 г	38,5	23,1	2,77	374
Закуска Итальянская	125 г	29,8	40,5	2,22	493
Брускетта с тигровой креветкой	220 г	17	20	42,7	420
Карпаччо из говядины	80 г	15,2	24,3	2,7	291,1
Тунец красный 100 г.	100 г	25	7	1,3	168
Брускетта с Ростбифом	290 г	26,5	36,8	54,3	655
Устрица	1 шт	5,2	1,7	13,03	88

САЛАТЫ/ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Салат "Цезарь" с курицей	250 г	25,8	51,2	13,6	619
Салат "Цезарь" с креветкой	250 г	18,9	31,2	15,7	402
Салат "Цезарь" с форелью с\с	250 г	21,5	37	18	491
Салат с Лангустинами	210 г	14,7	26,7	26,2	405
Салат Фирменный "Чо-Чо"	220 г	16,6	29,5	41,9	501
Салат с хрустящими баклажанами	250 г	7,04	4	48,4	258
Салат из индейки с копченым сыром	210 г	24,1	40,3	8,16	492

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%



ПОРЦИЯ

(на порцию готового блюда)

САЛАТЫ/ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛОРИИ
Салат из свежих овощей со злаками	230 г	9	24,3	12,18	304
Салат с ростбифом	200 г	18,8	43,6	14,8	527
Салат с тунцом и картофелем	330 г	28,7	28,4	22,17	459
Салат с морепродуктами	250 г	25,3	29,05	8,22	396
Салат с семгой и авокадо	270 г	19,9	31,3	35,8	506
Салат с Пастрами	220 г	12,1	43,2	23	530
Салат из свеж овощей с брынзой	300 г	8,6	40,6	14,6	459
Салат с сыром Буррата	100 г	21,3	53,9	8,9	606

ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Голубые мидии под сырным соусом	100 г	12,8	23,8	8,3	300
Спринг Ролл с курицей	150/30 г	31,6	10,9	60,8	472
Чуду с сыром	120/45 г	29	39,15	46,1	653
Чуду с курицей	120/45 г	36,18	45,6	48,3	749
Булочки Бао с курицей	2 шт	52,9	37,3	9,6	932
Чуду с ягненком	155/45 г	25,3	33,6	48,4	598
Тигровые креветки в темпуре	220 г	21,7	3,2	86,5	446
Барабулька черноморская жарен.	100 г	27	17	15,6	324
Гренки ржаные	150 г	7,4	6,3	61,9	335
Косточки мозговые	450 г	39,8	426	49,9	4201
Тайские пирожки с курицей и креветками	150 г	29,4	36,4	70,1	726
Авокадо гриль	220 г	14,4	73,6	21,2	806
Жареные креветки Вассаби	135 г	13,6	17,2	18,4	282,7
Сырные пончики	160/30 г	30	37	34,3	597

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Наваристый куриный бульон	450 г	32	26	33,7	470
Борщ домашний	550 г	28,2	36,9	64	704

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%



	ПОРЦИЯ	(на порцию готового блюда)			КАЛОРИИ
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
Суп "Том-Ям" морепродукты	550 г	26,3	17,4	53	477
Суп Том Ям Креветки	550 г	18,6	14,6	51,2	399
Суп Том Ям курица	550 г	25,5	26,7	51,4	547
Скандинавский рыбный суп	460 г	48,4	32,2	11,6	531

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Манты с курицей	5 шт	39,1	45,5	65,3	454
Манты с бараниной	5 шт	33,1	43,4	61,4	659
Равиоли с сыром	250 г	27	27	80	697
Жареный рис с говядиной	340 г	27,6	23,5	86	662
Жареный рис с грибами	300 г	15,2	4,46	89,2	582
Рисовая лапша с креветками	330 г	74,8	54,7	64,3	1049
Фунчеза с лангустинами в кокосовом соусе	360 г	21,9	17,49	68,5	519
Тигровые креветки в кисло сладком соусе	210 г	21,5	1,5	16,4	166
Дорадо в азиатском соусе	450 г	39	45	15	620
Сингапурская рисовая лапша	330 г	24,3	30,8	74,6	673
Пельмени из говядины	340 г	16,1	19,2	89	233
Лапша с утиной грудкой	240 г	31,3	25,9	73	652
Жасминовый рис с курицей	300 г	30,2	8,53	67,3	465
Соба с говядиной	320 г	33,8	13,9	81,8	599

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Вкусные котлетки из цыпленка с беконом	280 г	8,5	42,6	29,4	537
Котлеты из трех видов рыбы	380 г	16,3	40,9	36,6	583
Стейк из лосося	100 г	32,3	31	17,6	479

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%



(на порцию готового блюда)

ПОРЦИЯ

БЕЛКИ

ЖИРЫ

УГЛЕВОДЫ

КАЛОРИИ

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Стейк Портерхаус	100 г	20,7	11,1	4	200
Стейк Ти Боун	100 г	20,7	11,1	4	200
Стейк рибай	100 г	21,5	14	8,87	248
Стейк из тунца	100 г	36,7	6	7,05	229
Мраморная говядина с лисичками	390 г	20,7	11,1	4	200
Клаб Стейк	100 г	20,7	11,1	4	200
Жареный рис с морепродуктами	340 г	74,3	72,6	115	1415
Пол цыпленка с картоф. пюре	400/80/60 г	110,6	79,6	19,3	1236
Гигантская котлета "Чо" из филе цыпленка с картоф.дольками	370 г	61,3	69,4	47,2	1030
Пол Утки	0,5 шт	182	432	47,2	4813
Печень цыпленка	330 г	28,2	64	34	835
Черная лапша с морепродуктами	340 г	48,7	36,1	65	783
Бургер с мраморной говядиной	400 г	24,9	60,9	82,4	977,9
Домашнее жаркое с индейкой	300 г	27,8	15,4	43,8	425
Шашлык из индейки	100 г	34,6	23,8	29,2	470
Бифштекс из мраморной говядины	400 г	42,1	40	43,3	704
Кебаб курица/картоф пюре	350 г	48	105	51	1384
Крылья куриные	100 г	31,1	23	31,7	458
Каре Ягненка	100 г	46,5	20,8	16,7	440
Форель янтарная	100 г	26,2	13,07	8,4	256
Свинные ребра по-австрийски	400 г	96,7	228	67,7	2714
Садж из курицы	1,3 кг	228	273	115	3833
Ризотто с треской	280 г	40,6	31,3	51,2	650
СЕТ рыбный	1,9 кг	240	148	113	2751
Медальоны из говяд. Переч\гриб соус	400 г	51	76,2	36,2	1036
Нежная нога индейки	570 г	74,3	74	65,1	1225
Гребешок с картофельным пюре	240 г	20,5	39,2	24,6	534
Рулет индейка с пюре	240 г	45,3	42,5	26,27	670
Камбала с картофельными дольками	240 г	21,3	67,3	59,7	1701

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%



	ПОРЦИЯ	(на порцию готового блюда)			
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛОРИИ
Мясной СЕТ	1,4 кг	296	314	181	4740
Камбала с молод. картоф	600 г	190,4	54,3	56,3	1480

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

ГАРНИРЫ

Картофель жареный с грибами	150/30 г	8,1	7,7	30,8	225
Картофельное пюре	150 г	4,2	40,1	27,4	488
Спаржа на гриле	150 г	4,8	0,4	3,9	38,8
Рис	100/2 г	3,5	2,6	56	262
Картофель жареный с луком	150 г	7,8	7,2	26,5	205
Соте овощное	150 г	2,78	7,3	12,8	128,8
Картофель Фри	150 г	4,8	6,6	42,8	249,8
Картофельные дольки жарен.	150 г	3,24	13,5	29,2	251,4
Картофель запеч. на углях	100 г	2,7	5	21,8	144
Помидор запеч. на углях	100 г	0,9	4,5	6,14	69
Перец болг. запеч. на углях	100 г	2	4,5	8,9	85
Баклажан запеч. на углях	100 г	1,9	4,6	7,2	79
Брокколи	100 г	4,2	0,6	6,23	48
Шампиньоны запеч. на углях	100 г	6,11	5,9	1,84	85

ЛЕПЕШКИ/ПИРОГИ

Пирог с моцареллой и томатами	260 г	40,1	24,7	136	931
Пирог с лососем и авокадо	250 г	59,8	51,4	45,7	885
Пирог с сыром страчателла	240 г	29,1	22,8	125	825
Пирог с перцем халопеньо	250 г	35,5	28,9	126,7	910
Пирог 4 сыра	180 г	42,2	40,1	121	1014
Пирог со свиным окороком	250 г	40,2	24	129,8	896

ДЕСЕРТЫ

Шоколадный Фондан	90/80 г	11,3	61,6	85,1	940
Медовик	165 г	92	38,6	72	673
Сырники	160 г	18,4	29,8	42	516

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%



	ПОРЦИЯ	(на порцию готового блюда)			КАЛОРИИ
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	
ДЕСЕРТЫ					
Вагаси голубика	1 шт	2,3	10,05	47,05	288
Вагаси манго	1 шт	2,14	10,07	40,4	261
Вагаси клубника	1 шт	2,2	10	39,13	256
Десерт Сметанник	240 г	9,08	37,9	100	779
Десерт Кокосовый	160 г	3,69	18,87	43,77	360
Десерт Манго-Чиа	180 г	6,5	12,6	29,03	256
Чиз кейк	160 г	8,7	36,07	50,3	561
Сырная тарелка	320 г	38,9	51,2	27,9	733

НАПИТКИ/ФРЕШИ

Ананасовый фреш	300 мл	3,1	0	9,4	390
Яблочный фреш	300 мл	12	0,4	29,4	133
Морковный фреш	300 мл	4,13	13,5	21,3	224
Морковно-яблочный фреш	300 мл	2,6	7,3	25,3	178
Лимонный фреш	в 100 мл	0,9	0,1	3	16,5
Грейпфрутовый фреш	300 мл	2,1	0,6	24,3	92
Апельсиновый фреш	300 мл	2,7	0,2	8,1	113,4
Морс из черной смородины	300 мл	0,7	0,1	38,7	154
Компот вишневый	300 мл	0,6	0,3	41,4	171
Компот из ягод	300 мл	0,36	0,3	15,9	65,1
Лимонад "Классический"	300 мл	0,3	0	34,8	139,2
Коктейль клубничный	300/15 мл	8,12	8,9	17,07	180,7
Коктейль молочный	300/15 мл	4	3,6	7,6	78,8

ЗАВТРАКИ

Блинчики 1 шт	35 г	3	3,7	16,6	112
Блинчики с лососем	160 г	18,17	20,9	38	417
Блины с маком	240 г	22,15	78,4	69,2	1071
Блинчики с творогом	120 г	19,3	45,07	83	815
Варенье черешня	50 г	0	0	34	136
Панкейк с соусом соленая карамель	250/20 г	11,7	18,26	85,8	555

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%



ПОРЦИЯ

(на порцию готового блюда)

ЗАВТРАКИ

		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КАЛОРИИ
Панкейк с манго	280 г	15,5	27,9	76,8	621
Круасан классический	80 г	5,8	25	38	430
Венская Вафля с мороженым	180 г	16,9	45,8	61,2	727,4
Каша манная с бананом	220 г	7,7	32	50,8	524
Каша овсяная на молоке	220 г	8,9	10,3	37,4	275
Каша овсяная на кокосовом молоке	220 г	9,9	12,3	42,8	306
Каша овсяная на воде	220 г	6,2	3,6	32	176
Каша пшен. на кокос молоке манго	220 г	7,8	5,4	48,2	292
Паста Карбонара	300 г	49,2	61,3	26,8	703
Завтрак Чемпиона	300 г	18,4	21,5	31,2	392,7
Завтрак Французский	250 г	23,4	35,2	37,2	559
Завтрак Советский	400 г	23,9	28,1	47	537
Фирменный завтрак	600 г	68,3	143,6	125	2074
Завтрак Мексиканский	300 г	31,2	32,8	18,5	494,5
Полезный завтрак	300 г	13,38	27,8	11,9	351,5
Сосиски Гановерские	100 г	12	16	0	192
Венский завтрак	267 г	27,9	79,4	32,1	891
Сэндвич с курицей	350 г	48,4	54,4	75,3	921
Скрамбл с лангустинами	250 г	19,9	10,8	6,9	204
Шакшука	350 г	26,6	32,2	14	458,15
Каша рисовая	350 г	11,3	22	143	817
Лепешка Роти с курицей	250 г				

СЕЗОННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Бифстроганов скартофельным пюре	280 г	33,5	42,9	35	663
Мисо Суп	350 г	19,6	9,6	8,5	199
Салат Оливье с копченой конгрио	300 г	22,6	25,7	25,7	425
Салат Селедка под шубой	280 г	17,7	56,9	24,3	680
Бао с овощами и креветками	280 г	13,1	15,7	14,9	254
Холодец	260 г	21,7	12,9	28,8	328,72
Торт тыквенный	210 г	12,7	55,3	73,3	842

ПИЩЕВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ РАССЧИТАНА
НА БЛЮДО, РАСХОЖДЕНИЕ СООТВЕТСТВУЕТ ОТ 10-ДО 15%

