

КЕТО МЕНЮ

KETO MENU

Завтрак

Breakfast

Яйца (вкрутую/всмятку) 2 шт 30/70 гр

Eggs (hard-boiled/soft-boiled) 2 qty

539.0 ккал/kcal, 6/р 23.2, ж/ф 54.2, у/с 6.5

450 RUB

Яичница глазунья 130 гр

Fried eggs

398.0 ккал/kcal, 6/р 18.9, ж/ф 34.7, у/с 1.2

450 RUB

Скрембл 180/60 гр

Scrambled eggs

864.0 ккал/kcal, 6/р 30.4, ж/ф 78.9, у/с 9.6

450 RUB

Омлет из трех яиц с миксом листьев салата

180/55/50 гр

Three-egg omelet with lettuce mix

943.0 ккал/kcal, 6/р 34.4, ж/ф 85.4, у/с 13.4

750 RUB

Скрембл с лососем на булочке из муки подорожника

165/35/30 гр

Scrambled eggs with salmon on a bun made of plantain flour

461.0 ккал/kcal, 6/р 28.0, ж/ф 36.7, у/с 3.8

850 RUB

Глазунья из двух яиц с фермерскими сосисками 90/80 гр

Two fried eggs with homemade sausages

435.0 ккал/kcal, 6/р 22.2, ж/ф 37.6, у/с 0.8

890 RUB

Вафли из цукини с лососем собственного посола

и яйцом Бенедикт

100/50 гр

Zucchini waffles with home-salted salmon and egg Benedict

428.5 ккал/kcal, 6/р 21.7, ж/ф 35.8, у/с 4.7

950 RUB

Блины 90гр

Pancakes

451.0 ккал/kcal, 6/р 14.2, ж/ф 43.0, у/с 2.6

350 RUB

Блины с творогом 160/40 гр

Pancakes with cottage cheese

746.0 ккал/kcal, 6/р 28.8, ж/ф 67.7, у/с 6.4

890 RUB

Блины с мясом 160/40 гр

Pancakes with meat

820.0 ккал/kcal, 6/р 39.7, ж/ф 69.7, у/с 8.3

890 RUB

Блины с чёрной икрой 90/30 гр

Pancakes with black caviar

521.4 ккал/kcal, 6/р 22.2, ж/ф 47.1, у/с 2.8

7 500 RUB

Дополнительно

Additional

Красная икра 30 гр

Red caviar

79.0 ккал/kcal, 6/р 96.0, ж/ф 4.5, у/с 0.0

790 RUB

Щучья икра 30 гр

Pike caviar

39.0 ккал/kcal, 6/р 7.8, ж/ф 0.7, у/с 0.0

690 RUB

Чёрная икра 30 гр

Black caviar

70.4 ккал/kcal, 6/р 8.0, ж/ф 4.1, у/с 0.2

6 500 RUB

Говяжий бекон 30 гр

Beef bacon

67.8 ккал/kcal, 6/р 4.8, ж/ф 5.4, у/с 0.0

300 RUB

Домашний ростбиф 50 гр

Homemade roast beef

93.0 ккал/kcal, 6/р 14.4, ж/ф 3.2, у/с 2.0

890 RUB

Фермерская говяжья сарделька 110 гр

Farm beef sausage

227.0 ккал/kcal, 6/р 12.1, ж/ф 19.8, у/с 0.0

450 RUB

Фермерская говяжья сосиска 80 гр

Farm beef sausage

112.0 ккал/kcal, 6/р 12.0, ж/ф 6.4, у/с 1.6

390 RUB

Сыр халуми на гриле 90 гр

Grilled halloumi cheese

246.0 ккал/kcal, 6/р 18.2, ж/ф 19.2, у/с 0.0

450 RUB

Гуакамоле 100 гр

Guacamole

212.0 ккал/kcal, 6/р 2.1, ж/ф 19.7, у/с 6.5

450 RUB

Лосось слабосоленый 50 гр

Lightly salted salmon

108.0 ккал/kcal, 6/р 11.5, ж/ф 6.8, у/с 0.3

450 RUB

Закуски

Starters

Фисташковый хумус с кето-гренками 105/50 гр

Pistachio hummus with keto croutons

589.0 ккал/kcal, 6/р 20.1, ж/ф 52.0, у/с 19.9

850 RUB

Паштет из куриной печени с гренками 100/40 гр

Chicken liver pate with croutons

635.0 ккал/kcal, 6/р 28.8, ж/ф 57.4, у/с 10.0

850 RUB

Салаты

Salads

Печень трески с щучьей икрой и листьями салата 140 гр

Cod liver with pike caviar and lettuce

484.0 ккал/kcal, 6/р 8.2, ж/ф 49.0, у/с 2.0

1 500 RUB

Тёплый салат с лососем-гриль, авокадо и кейлом 320 гр

Warm salad with grilled salmon, avocado and kale

1115.0 ккал/kcal, 6/р 42.3, ж/ф 99.3, у/с 12.1

2 500 RUB

Тёплый салат с цыплёнком-гриль, авокадо и кейлом 240 гр

Warm salad with grilled chicken, avocado and kale

905.0 ккал/kcal, 6/р 34.4, ж/ф 79.9, у/с 12.1

1 500 RUB

Зелёный салат-боул с авокадо 260 гр

Green salad bowl with avocado

192.0 ккал/kcal, 6/р 7.0, ж/ф 12.5, у/с 15.0

950 RUB

Оливье 190 гр

Olivie

620.0 ккал/kcal, 6/р 23.7, ж/ф 56.4, у/с 4.1

890 RUB

КЕТО МЕНЮ

KETO MENU

Супы Soup

Суп из фермерского петуха с лапшой из цукини 330 гр
Farm rooster soup with zucchini noodles
363.0 ккал/kcal, 6/р 12.0, ж/ф 33.7, у/с 3.4
750 RUB

Основные блюда Main dishes

Котлета с сырным муссом и запечённым баклажаном
120/200 гр
Cutlet with cheese mousse and baked eggplant
1451.0 ккал/kcal, 6/р 47.0, ж/ф 134.8, у/с 11.6
2 100 RUB

Котлеты из индейки с салатом из свежих огурцов
140/90 гр
Turkey cutlets with fresh cucumber salad
652.0 ккал/kcal, 6/р 26.6, ж/ф 58.9, у/с 3.8
990 RUB

Фермерский цыплёнок в сванской соли 1/250 гр
Farm chicken in Svan salt
659.0 ккал/kcal, 6/р 56.0, ж/ф 49.8, у/с 0.0
1 700 RUB

Стейк из цветной капусты 300 гр
Cauliflower steak
216.0 ккал/kcal, 6/р 6.5, ж/ф 15.2, у/с 17.5
550 RUB

Соте из лангустинов 400 гр
Langoustines sauté
1163.9 ккал/kcal, 6/р 126.8, ж/ф 62.3, у/с 24.0
5 700 RUB

Соте из морепродуктов 200 гр
Seafood sauté
581.9 ккал/kcal, 6/р 63.4, ж/ф 31.1, у/с 12.0
5 300 RUB

Рубленное мясо 150 гр
Minced meat
390.0 ккал/kcal, 6/р 46.1, ж/ф 18.2, у/с 8.2
690 RUB

Говяжье ребро-гриль с салатом из квашеной капусты
250/150 гр
Grilled beef rib with sauerkraut salad
1691.0 ккал/kcal, 6/р 68.3, ж/ф 150.6, у/с 12.8
2 500 RUB

Бефстроганов из Вагю
150/150 гр
Wagyu beef stroganoff
1080.0 ккал/kcal, 6/р 6.0, ж/ф 14.0, у/с 80.0
9 700 RUB

Лосось на гриле со шпинатом 120/80 гр
Grilled salmon with spinach
525.0 ккал/kcal, 6/р 34.1, ж/ф 41.2, у/с 3.6
2 300 RUB

Чилийский сибас с зелёными овощами 120/180 гр
Chilean sea bass with green vegetables
776.0 ккал/kcal, 6/р 32.3, ж/ф 67.6, у/с 8.7
3 500 RUB

Мясо Meat

Стейк Рибай 200 гр
Ribeye steak
717.0 ккал/kcal, 6/р 60.7, ж/ф 51.0, у/с 0.4
4 700 RUB

Мраморная говядина Вагю за 100 грамм
Wagyu marbled beef
574.9 ккал/kcal, 6/р 9.7, ж/ф 59.5, у/с 0.1
7 500 RUB

Бифштекс из говядины 150 гр
Beef steak
845.0 ккал/kcal, 6/р 29.0, ж/ф 80.2, у/с 0.0
1 300 RUB

Гарниры Side dishes

Авокадо на гриле 140 гр
Grilled avocado
470.0 ккал/kcal, 6/р 3.8, ж/ф 48.9, у/с 3.8
750 RUB

Квашеная капуста 100 гр
Sauerkraut
42.0 ккал/kcal, 6/р 2.7, ж/ф 0.4, у/с 9.0
450 RUB

Шпинат 80 гр
Spinach
232.0 ккал/kcal, 6/р 4.4, ж/ф 22.5, у/с 5.5
690 RUB
Хлебная корзина 25/34/80 гр
Bread basket
389.0 ккал/kcal, 6/р 21.4, ж/ф 30.9, у/с 10.4
450 RUB

Десерты Desserts

Пирожное картошка 64 гр
"Potato" Russian chocolate cake
354.0 ккал/kcal, 6/р 9.6, ж/ф 30.9, у/с 8.8
430 RUB

Кофейный чизкейк 160/30 гр
Coffee cheesecake
546.0 ккал/kcal, 6/р 11.0, ж/ф 50.4, у/с 10.8
550 RUB

Тирамису 140 гр
Tiramisu
533.0 ккал/kcal, 6/р 11.4, ж/ф 50.6, у/с 8.6
750 RUB

Конфета 8 гр
Candy
67.0 ккал/kcal, 6/р 1.2, ж/ф 6.0, у/с 2.0
120 RUB

Пирожное 105 гр
Cake
518.9 ккал/kcal, 6/р 8.2, ж/ф 496, у/с 10.0
550 RUB

Блинный торт с шоколадом 100 гр
Pancake cake with chocolate
613.6 ккал/kcal, 6/р 12.1, ж/ф 59.0, у/с 8.7
650 RUB

Мороженое Ice Cream

Кофе-ваниль
Coffee-vanilla

112.5 ккал/kcal, 6/р 1.7, ж/ф 11.1, у/с 1.7

Творог топленый
Melted cottage cheese

124.4 ккал/kcal, 6/р 4.5, ж/ф 11.2, у/с 1.5

Шоколад
Chocolate

150.9 ккал/kcal, 6/р 1.8, ж/ф 14.0, у/с 4.6

290 RUB