

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN Минестроне	250 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Крем-суп из запеченного пастернака	250 г/65 ккал	<input type="checkbox"/>
Куриный консоме с индейкой	250 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Филе сибаса с зеленой спаржей, пюре из сельдерея с маслинами и соусом вьерж	250 г/190 ккал	<input type="checkbox"/>
Болоньезе из мраморной говядины с овощными спагетти	230 г/240 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Дикий рис с овощами и трюфельным соусом	210 г/190 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Филе индейки с артишоками и запеченной тыквой с соусом из эстрагона	225 г/180 ккал	<input type="checkbox"/>
Овощное рагу с муксуном	250 г/150 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN Карри из запеченного латука и томатов черри	240 г/310 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Томатный суп	250 г/65 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп с грибами	250 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Фо-Га с индейкой и овощами	250 г/80 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Филе форели с овощными спагетти и вялеными томатами	230 г/180 ккал	<input type="checkbox"/>
	Жаркое из ягненка с пюре из запеченной тыквы и мини кейлом с мятным соусом	270 г/460 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Пенне из кукурузы со шпинатом, вешенками и грибным соусом	270 г/360 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Куриная грудка с вешенками и топинамбуром	250 г/290 ккал	<input type="checkbox"/>
	Тальятелле из цуккини с морепродуктами	230 г/450 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Ризотто из ядер конопли с печеными баклажанами	220 г/470 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

	Фо-Бо с говядиной и овощами	250 г/115 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из зеленых овощей	250 г/60 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Борщ постный	250 г/55 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Жареный сыр халуми с овощным рагу	240 г/350 ккал	<input type="checkbox"/>
	Террин из утки с артишоком и тыквенными драниками	215 г/270 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе сибаса с салатом бок-чой, эдамаме и шиитаке с кокосовым аминок-соусом	260 г/340 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Овощной террин с киноа и томатным соусом	240 г/190 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Рулет из кролика с овощным рататуем	230 г/270 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе палтуса с пюре из сельдерея и овощным жемчугом	240 г/190 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Голубец из свекольного листа с печеными баклажанами, вялеными томатами, и кремом из брокколи и шпината	220 г/210 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Минестроне	250 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из брокколи с миндалем	250 г/65 ккал	<input type="checkbox"/>
	Куриный консоме с омлетом и овощами	250 г/60 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Ленский омюль с овощами и соусом из белого вина	250 г/270 ккал	<input type="checkbox"/>
	Цыпленок-корнишон с овощами гриль и перечным карри	290 г/330 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Ризотто из полбы со шпинатом и домашней фетой	240 г/430 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Индейка с тушеным в кокосовом молоке латуком	250 г/220 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе форели с цукини и пюре из цветной капусты	245 г/190 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Ризотто из ядер конопли с карри из латука и спаржи	240 г/270 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Томатный суп	250 г/65 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из свеклы с кокосовым молоком	250 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
	Суп рыбный	250 г/90 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Ножка кролика с топинамбуром, спагетти из цукини и овощным соусом	250 г/260 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе палтуса с цветной капустой и маслинами с соусом «зеленый карри»	240 г/290 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Полента запеченная с овощами и тыквенным кремом	250 г/340 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Куриная грудка с ravioli из цукини, печеных баклажанов и вяленых томатов	255 г/230 ккал	<input type="checkbox"/>
	Биточки из трески и лосося с пюре из печеной цветной капусты и салатом бок-чой	240 г/280 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Овощная лазанья с томатным соусом	200 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Борщ постный	250 г/70 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из моркови с имбирем	250 г/65 ккал	<input type="checkbox"/>
	Консоле куриный с фрикадельками	250 г/70 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Жареный сыр халуми с овощным рагу	240 г/350 ккал	<input type="checkbox"/>
	Говяжий ростбиф с томленной репой, фрикасе из вешенок и соусом из сморчков	220 г/300 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе сибаса с овощами и лимонной пенкой	230 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Драники из батата с брокколи и овощным соусом	240 г/400 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Митболы из кролика с цукини гриль и перечным соусом	230 г/250 ккал	<input type="checkbox"/>
	Палтус с цветной капустой и базиликом	235 г/300 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Печеные перцы с овощами, пряной зеленью и кремом из вяленых томатов	220 г/230 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Минестроне	250 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из топинамбура	250 г/80 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Кокосовый суп Том-Кха	250 г/180 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Филе муксуна с зеленой спаржей и соусом из белого вина	250 г/250 ккал	<input type="checkbox"/>
	Томленая утиная ножка с запеченным бататом и клюквенным карри	260 г/390 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Ризотто из зеленой гречки с грибами	250 г/190 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Грудка индейки с овощным террином и тыквенным кремом	235 г/150 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе сибаса с рагу из топинамбура, артишоков и томатов	240 г/180 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Оладьи из цуккини с томатной сальсой и кремом из белых грибов	250 г/200 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Томатный суп	250 г/65 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из сельдерея	250 г/60 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Грибное консоме	250 г/60 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Кордон блю с домашним фондю, с соте из цукини, фенхеля и соусом томатная сальса	230 г/60 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе муксуна с соусом из авокадо и зеленой спаржей	245 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Полента с вешенками и кремом из белых грибов	250 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Рубленые биточки из палтуса и лосося с овощным жемчугом и тыквенным пюре	225 г/200 ккал	<input type="checkbox"/>
	Куриная грудка с запеченным топинамбуром, фалафелем из свеклы и пюре из брокколи	250 г/260 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Соте из овощей в кокосовом молоке с лимонником	250 г/240 ккал	<input type="checkbox"/>

ЗАВТРАК

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

	Йогурт из козьего / коровьего молока	200 г/118 ккал	<input type="checkbox"/>
	Молоко козье / коровье	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Кефир из коровьего молока	200 г/110 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Молоко соевое / рисовое / миндальное	200 г/108 ккал	<input type="checkbox"/>
	Творог козий / коровий / овечий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Шевр козий	50 г/128 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр Рикотта	50 г/85 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр домашний козий	50 г/140 ккал	<input type="checkbox"/>
	Сыр адыгейский коровий	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ ОВОЩНЫЕ

VEGAN	Спред из авокадо	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра грибная	50 г/39 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Икра овощная	50 г/46 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тофу с оливками	50 г/45 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус классический	50 г/120 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Хумус с ядрами конопли	50 г/119 ккал	<input type="checkbox"/>

ДОБАВКИ БЕЛКОВЫЕ

	Гравлак (лосось слабого посола)	50 г/79 ккал	<input type="checkbox"/>
	Ветчина из индейки	50 г/50 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из утиной грудки	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Паштет из кролика	50 г/95 ккал	<input type="checkbox"/>
	Спред из лосося с творожным сыром	50 г/84 ккал	<input type="checkbox"/>

ТОСТ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛЕБА собственного производства

VEGAN	Тост гречневый	100 г/193 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост льняной	100 г/178 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост кукурузный	100 г/219 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост полбовый	100 г/224 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Тост мультизлаковый	100 г/205 ккал	<input type="checkbox"/>

ОБЕД

СУПЫ

VEGAN	Борщ постный	250 г/55 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Крем-суп из тыквы с имбирем	250 г/80 ккал	<input type="checkbox"/>
	Суп рыбный	250 г/90 ккал	<input type="checkbox"/>

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Жареный сыр халуми с овощным рагу	240 г/350 ккал	<input type="checkbox"/>
	Медальоны из кролика с томатным соусом и овощным соте	240 г/240 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе лосося с салатом бок-чой, шиитаке и кокосовым аминокислотным соусом	240 г/220 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Пенне из кукурузы со шпинатом, вешенками и грибным соусом	270 г/360 ккал	<input type="checkbox"/>

УЖИН

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

	Цыпленок-корнишон с овощами гриль и томатным соусом	290 г/330 ккал	<input type="checkbox"/>
	Филе палтуса с овощами и рыбным бульоном	240 г/230 ккал	<input type="checkbox"/>
VEGAN	Айсберг с зеленым рататуем и соусом из кокоса	230 г/290 ккал	<input type="checkbox"/>