ООО "НАЧАЛО"
организация

Ресторан Meraki
структурное подразделение

Утверждаю Митюкова Алена Игоревна

МЕНЮ

01.08.2026
Для всех ценовых категорий покупателей

Наименование блюда	***Выход блюда***	***Цена, р.***
Блюда из яиц Г		
Бенедикт с индейкой	*260 г*	*1 090,00*
(яйцо куриное,соус голландский,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,масло сливочное,сок лимона,соус восточный,масло растительное,семя фенхеля,кардамон,зира,кориандр,перец красный турецкий крупномолотый,соль пищевая,корица,авокадо,масло оливковое,сок лайма,соус мирин,лук зеленый,уксус,буженина из индейки,сыр пармезан,базилик зеленый,хала Не хранить) В 100 г: белки - 7,3 г, жиры - 27,8 г, углеводы - 1,4 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 285,6		
Бенедикт с лососем	*240 г*	*1 090,00*
(лосось,яйцо куриное,соус голландский,бульон куриный,перец душистый горошком,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,масло сливочное,сок лимонный,соус восточный,масло растительное,соль пищевая,семя фенхеля,кардамон,зира,кориандр,перец красный турецкий крупномолотый,соль пищевая,корица,авокадо,масло оливковое,сок лайма,соус мирин,лук зеленый свежий,уксус,сыр пармезан,базилик зеленый,хала Не хранить) В 100 г: белки - 7,7 г, жиры - 19,6 г, углеводы - 1,6 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 213,1		
Глазунья из четырех яиц	*180 г*	*490,00*
В 100 г: белки - 25,9 г, жиры - 27,6 г, углеводы - 2,8 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 363,0		
Омлет	*200 г*	*490,00*
(яйцо куриное,сливки,соль пищевая,перец kampot,масло оливковое,масло сливочное,сметана Не хранить) В 100 г: белки - 9,3 г, жиры - 22,1 г, углеводы - 1,6 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 242,3		
Омлет с лисичками	*370 г*	*1 490,00*
В 100 г: белки - 8,4 г, жиры - 16,3 г, углеводы - 3,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 192,4		

Утверждаю Митюкова Алена Игоревна

Омлет со страчателлой и трюфелем / ЗАВТРАК	*170/60 г*	*890,00*

(яйцо куриное,сливки,соль пищевая,сахар,масло сливочное,масло оливковое,сыр страчателла,масло трюфельное,грибы трюфель черный,перец кампот,кинза
Не хранить)
В 100 г: белки - 12,0 г, жиры - 26,4 г, углеводы - 2,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 296,3

Скрембл	*200 г*	*490,00*

(яйцо куриное,сливки,соль пищевая,перец kampot,масло оливковое,масло сливочное,сметана

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,3 г, жиры - 22,1 г, углеводы - 1,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 242,3

Скрембл из четырех яиц с зеленью и хариссой	*200/70 г*	*890,00*

(яйцо куриное,сливки,соль пищевая,сахар,масло сливочное,масло оливковое,шпинат,салат романо,кинза,петрушка,мята,эстрагон,базилик фиолетовый,базилик зеленый,сыр фета,мацони,молоко,каймак,перец красный турецкий крупномолотый,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,лимон,перец чили,перец болгарский,помидоры,масло растительное
Не хранить)
В 100 г: белки - 9,7 г, жиры - 17,1 г, углеводы - 3,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 207,7

Шакшука	*350 г*	*1 100,00*

(яйцо куриное,перец болгарский запеченный,соль пищевая,сахар,перец чили,зира,орех мускатный,кориандр,томаты очищенные,соус соевый,масло оливковое,лук репчатый,чеснок,масло растительное,масло зеленое,кинза,перец красный турецкий крупномолотый,лимон,орегано,лябне,мацони,молоко,сливки,каймак
Не хранить)
В 100 г: белки - 4,3 г, жиры - 11,6 г, углеводы - 4,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 139,8

ГАРНИРЫ Г

Баклажан гриль		*590,00*

В 100 г: белки - 1,4 г, жиры - 5,8 г, углеводы - 10,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 102,2

Перец гриль	*50 г*	*590,00*

В 100 г: белки - 2,9 г, жиры - 16,7 г, углеводы - 10,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 202,1

Рис шафран	*150 г*	*550,00*

В 100 г: белки - 13,9 г, жиры - 12,8 г, углеводы - 37,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 319,3

Томаты гриль	*150 г*	*590,00*

В 100 г: белки - 1,3 г, жиры - 3,6 г, углеводы - 4,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 53,0

Цукини гриль	*120 г*	*590,00*

В 100 г: белки - 1,5 г, жиры - 6,8 г, углеводы - 6,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 93,1

Утверждаю Митюкова Алена Игоревна

ГИРОСЫ Г

Гирос Кебаб креветка *340/50/25 г* *1 790,00*

(креветки,соус шрирача,соус восточный,масло растительное,чеснок,соль пищевая,яйцо куриное,семя фенхеля,кардамон,зира,кориандр,корица,масло зеленое,кинза,укроп,масло оливковое,соус шашлычный,томаты очищенные,соус чили сладкий,кинза,помидоры,соус соевый,салат айсберг,картофель,орегано,огурцы маринованные,лук красный,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,мука пшеничная,соль морская хлопья,дзадзики,каймак,сливки,мята,сыр кремметте,харисса,бадьян,куркума,сахар,перец болгарский,перец чили

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,3 г, жиры - 23,2 г, углеводы - 14,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 295,1

Гирос Кебаб курица *340/50/25 г* *1 590,00*

(бедро куриное,жир говяжий,лук репчатый,соль пищевая,помидоры,салат айсберг,огурцы маринованные,лук красный,кинза,соус шрирача,картофель фри,орегано,пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,сахар,лимон,перец чили,перец болгарский,перец красный турецкий крупномолотый,соус восточный,соус шашлычный,томаты очищенные,соус чили сладкий,соус соевый,масло оливковое,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кремметте

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,3 г, жиры - 24,9 г, углеводы - 14,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 318,9

Гирос Кебаб ягненок *340/50/25 г* *1 650,00*

(ягненок без кости,курдюк бараний,лук репчатый,зира,кориандр,помидоры,салат айсберг,огурцы маринованые,лук красный,кинза,пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,харисса,кардамон,бадьян,семя фенхеля,куркума,чеснок,корица,соль пищевая,сахар,лимон,перец чили,перец болгарский,перец красный турецкий крупномолотый,соус шрирача,картофель фри,орегано,соус восточный,соус шашлычный,томаты очищенные,соус чили сладкий,соус соевый,масло оливковое,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кремметте

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,8 г, жиры - 18,8 г, углеводы - 14,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 255,0

Гирос с балканским пряным кебабом *340/50/25 г* *1 690,00*

(ягненок без кости,курдюк бараний,болгарский перец,лук репчатый,зира,кориандр,помидоры,салат айсберг,огурцы маринованые,лук красный,кинза,пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,харисса,кардамон,бадьян,семя фенхеля,куркума,чеснок,корица,соль пищевая,сахар,лимон,перец чили,перец болгарский,перец красный турецкий крупномолотый,соус шрирача,картофель фри,орегано,соус восточный,соус шашлычный,томаты очищенные,соус чили сладкий,соус соевый,масло оливковое,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кремметте

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,3 г, жиры - 23,7 г, углеводы - 14,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 298,0

*Гирос с бараньей лопаткой в тарелке** *340/50/25* *2 100,00*

(Лопатка баранья (баранина, соль, перец чили, чеснок, масло сливочное (молоко), перец красный, приправа VRINO), пита (мука пшеничная (глютен), вода, дрожжи, соль, сахар), картофель фри (картофель, масло растительное), помидоры узбекские, огурцы маринованные (огурцы, соль, уксус, специи), лук красный, кинза, лимон, дзадзики (каймак (молоко), сыр Кремете (молоко), огурцы, чеснок, масло оливковое, мята, орегано, перец, соль), соус восточный (масло растительное, яйцо, вода, чеснок, соль, зира, кориандр, перец красный, перец чёрный, фенхель, кардамон, корица), соус шашлычный (томаты очищенные, помидоры свежие, соус чили сладкий, основа харисса (перец, чеснок, специи), масло оливковое, кинза, чеснок, соевый соус (соя), сахар, соль, кориандр, перец красный), основа харисса (масло растительное, чеснок, лимонный сок, сахар, соль, зира, фенхель, кориандр, бадьян, корица, кардамон, куркума, перец красный), орегано, приправа VRINO, соль.

Аллергены: молоко, глютен, яйцо, соя, чеснок

*Гирос с индейкой в тарелке**	*345/85/50/25*	*1 690,00*

(Пита (мука пшеничная, вода, дрожжи, соль, сахар), шашлык из индейки (грудка индейки, перец, специи, масло растительное), помидоры узбекские, картофель фри (картофель, масло растительное), огурцы маринованные (огурцы, соль, уксус, специи), лук красный, кинза, лимон, дзадзики (каймак (молоко), сыр Кремете (молоко), огурцы, чеснок, масло оливковое, мята, орегано, перец, соль), соус восточный (масло растительное, яйцо, вода, чеснок, соль, зира, кориандр, перец красный, перец чёрный, фенхель, кардамон, корица), соус шашлычный (томаты очищенные, помидоры свежие, соус чили сладкий, основа харисса (перец, чеснок, специи), масло оливковое, кинза, чеснок, соевый соус (соя), сахар, соль, кориандр, перец красный), основа харисса (масло растительное, чеснок, лимонный сок, сахар, соль, зира, фенхель, кориандр, бадьян, корица, кардамон, куркума, перец красный), орегано, приправа VRINO, соль.

Аллергены: глютен, молоко, яйцо, соя, чеснок.

Гирос с крабом	*300/40/25 г*	*2 350,00*

(крабовое мясо,майонез японский,соус табаджан,соус мирин,масло кунжутное,соус ореховый,авокадо,пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,дзадзики,огурцы,чеснок,каймак,сливки,мята,орегано,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,сыр кремете,соль пищевая

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,2 г, жиры - 10,2 г, углеводы - 13,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 172,3

*Гирос с курицей в тарелке**	*340/50/25*	*1 690,00*

(Пита (мука пшеничная, вода, дрожжи, соль, сахар), шашлык из куриного бедра (курица, масло растительное, специи), помидоры узбекские, картофель фри (картофель, масло растительное), огурцы маринованные (огурцы, соль, уксус, специи), лук красный, кинза, лимон, дзадзики (каймак (молоко), сыр Кремете (молоко), огурцы, чеснок, масло оливковое, мята, орегано, перец, соль), соус восточный (масло растительное, яйцо, вода, чеснок, соль, зира, кориандр, перец красный, перец чёрный, фенхель, кардамон, корица), соус шашлычный (томаты очищенные, помидоры свежие, соус чили сладкий, основа харисса (перец, чеснок, специи), масло оливковое, кинза, чеснок, соевый соус (соя), сахар, соль, кориандр, перец красный), основа харисса (масло растительное, чеснок, лимонный сок, сахар, соль, зира, фенхель, кориандр, бадьян, корица, кардамон, куркума, перец красный), орегано, приправа VRINO, соль.

Аллергены: глютен, молоко, яйцо, соя, чеснок.

Гирос Сувлаки индейка	*385/50/25 г*	*1 490,00*

(индейка,соль пищевая,масло растительное,лук красный,лук репчатый,соус восточный,лимон,горчица дижонская,соус кимчи,кориандр,зира,перец болгарский,помидоры,салат айсберг,картофель фри,огурцы маринованные,кинза,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская хлопья,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр креметте,соус шашлычный,соус чили сладкий,чеснок,соус соевый,масло оливковое,кардамон,бадьян,семя фенхеля,куркума,орегано,корица,сахар,перец чили

Не хранить)
В 100 г: белки - 8,5 г, жиры - 14,6 г, углеводы - 13,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 218,1

Гирос Сувлаки креветка *340/50/25 г* *1 690,00*

(креветки,соус шрирача,соус восточный,масло растительное,чеснок,соль пищевая,яйцо куриное,семя фенхеля,кардамон,зира,кориандр,корица,масло зеленое,кинза,укроп,масло оливковое,соус шашлычный,томаты очищенные,соус чили сладкий,кинза,помидоры,соус соевый,салат айсберг,картофель,орегано,огурцы маринованные,лук красный,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,мука пшеничная,соль морская хлопья,дзадзики,каймак,сливки,мята,сыр креметте,харисса ,бадьян,куркума,сахар,перец болгарский,перец чили

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,6 г, жиры - 16,9 г, углеводы - 14,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 249,1

Гирос Сувлаки курица *340/50/25 г* *1 590,00*

(бедро куриное,масло растительное,помидоры,салат айсберг,картофель фри,орегано,соус шрирача,огурцы маринованые,лук красный,кинза,пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,соль пищевая,сахар,лимон,перец чили,перец болгарский,перец красный турецкий,соус восточный,соус шашлычный,соус чили сладкий,соус соевый,масло оливковое,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр креметте

Не хранить)
В 100 г: белки - 13,0 г, жиры - 23,7 г, углеводы - 14,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 323,4

Гирос Сувлаки ягнёнок *340/50/25 г* *1 650,00*

(ягненок без кости,курдюк бараний,лук репчатый,зира,кориандр,помидоры,салат айсберг,огурцы маринованные,лук красный,кинза,пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,харисса,кардамон,бадьян,семя фенхеля,куркума,чеснок,корица,соль пищевая,сахар,лимон,перец чили,перец болгарский,перец красный турецкий,соус шрирача,картофель фри,орегано,соус восточный,соус шашлычный,соус чили сладкий,соус соевый,масло оливковое,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр креметте

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,7 г, жиры - 19,9 г, углеводы - 14,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 267,2

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА Г

Баклажан печёный, креветка, греческий йогурт *340 г* *1 490,00*

(баклажан,соус чили сладкий,йогурт греческий,креветки,масло сливочное,масло сливочное,соус ким чи,соус соевый,чеснок,перец чили,соус понзу,соус мирин,стружка тунца,сок апельсина,сок лимона,уксус рисовый,семя кунжут,орегано,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,соль пищевая,кинза

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,7 г, жиры - 4,9 г, углеводы - 10,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 112,1

*Детский шницель с картошкой фри** *235/50 г* *890,00*

(Куриное филе, мука пшеничная (глютен), яйцо (яйцо), сухари панировочные (глютен), масло растительное, соль, приправа VRINO, картофель, соус восточный (масло растительное, яйцо, вода, чеснок, соль, зира, кориандр, перец красный, перец чёрный, фенхель, кардамон, корица).

Аллергены: глютен, яйцо, чеснок)
В 100 г: белки - 13,6 г, жиры - 27,6 г, углеводы - 20,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 385,4

Клешня краба с чесночной эмульсией 100 г	*100/30/20 г*	*1 390,00*

В 100 г: белки - 14,0 г, жиры - 13,1 г, углеводы - 4,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 193,7

Креветки саганаки	*250 г*	*1 350,00*

(креветки,сыр фета,соус чили сладкий,орегано,вино,матбуха,перец болгарский,масло растительное,соль пищевая,сахар,перец чили,зира,орех мускатный,кориандр,томаты очищенные,соус соевый,масло оливковое,лук репчатый,чеснок,петрушка

Не хранить)
В 100 г: белки - 11,0 г, жиры - 7,3 г, углеводы - 6,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 137,1

Мидии в сливочном соусе	*400/150/1 шт*	*2 090,00*

(мидии,масло оливковое,чеснок,перец чили,соль пищевая,сливки,сахар,петрушка,масло зеленое,кинза,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,сыр пармезан,базилик зеленый,греческая пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,орегано,соль морская хлопья

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,6 г, жиры - 15,9 г, углеводы - 9,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 217,6

Мидии в томатном соусе	*400/200/1 шт*	*2 090,00*

(мидии,матбуха,перец болгарский,масло растительное,соль пищевая,сахар,перец чили свежий,зира,орех мускатный,кориандр,томаты очищенные,соус соевый,масло оливковое,лук репчатый,бульон куриный,перец душистый горошком,лавровый лист,базилик зеленый мини свежий,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская,масло зеленое,кинза свежая,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,чеснок

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,3 г, жиры - 8,4 г, углеводы - 10,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 153,8

Мусака	*450 г*	*1 590,00*

В 100 г: белки - 6,1 г, жиры - 12,3 г, углеводы - 11,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 182,6

Осьминог на компанию 100 г	*100/100 г*	*1 790,00*

В 100 г: белки - 17,0 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 8,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 178,2

Осьминог по-гречески	*100/200 г*	*3 200,00*

(осьминог отварной,лавровый лист,соль пищевая,морковь,укроп,сахар,матбуха,каперсы,помидоры черри,петрушка,тимьян,оливки каламон,вино,перец болгарский запеченный,масло растительное,перец чили,зира,орех мускатный,кориандр,соус соевый,масло оливковое,лук репчатый,чеснок,стебель сельдерея

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,3 г, жиры - 10,3 г, углеводы - 5,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 140,9

Сибас гриль	*1 шт/10/25 г*	*2 290,00*

(сибас,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,сахар,соус соевый,помидоры,перец болгарский,перец чили,масло зеленое,кинза.укроп,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,чеснок,гранат,лимон,базилик

Не хранить)
В 100 г: белки - 4,5 г, жиры - 5,2 г, углеводы - 0,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 68,4

Сибас ладолемоно *1 шт/150 г* *2 550,00*

(сибас,мидии,креветки,помидоры черри,каперсы,чеснок,оливки каламон,масло оливковое,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,соус азизе,соль пищевая,уксус винный,соус-крем бальзамический,томаты очищенные,помидоры,масло сливочное,вино

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,6 г, жиры - 13,4 г, углеводы - 1,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 165,5

Филе Сибаса с овощами *80/150/25 г* *1 790,00*

(сибас,авокадо,оливки каламон,каперсы,масло оливковое,соус азизе,соль пищевая,уксус винный,соус бальзамический,томаты очищенные,помидоры,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,кинза,сахар,сок лимона,соус соевый,перец болгарский,перец чили,масло зеленое,кинза,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,чеснок

Не хранить)
В 100 г: белки - 3,1 г, жиры - 10,0 г, углеводы - 3,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 114,5

Шницель куриный с соусом тар тар *200/150 г* *1 390,00*

(филе куриной грудки,мука пшеничная,яйцо куриное,сухари панировочные,цедра лимона,сливки,каперсы,огурцы маринованные,горчица дижонская,эстрагон,соус табаско, соус ворчестер,соль пищевая,лук-шалот,масло оливковое,сок из лимона

Не хранить)
В 100 г: белки - 19,1 г, жиры - 20,4 г, углеводы - 12,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 308,5

Ягненок на вертеле *3 290,00*

В 100 г: белки - 0,0 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 0,0

ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ Г

Батат фри орегано *140 г* *650,00*

(батат,соль пищевая,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 1,5 г, жиры - 39,7 г, углеводы - 21,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 452,2

Картофель фри орегано *140 г* *590,00*

(картофель,соль пищевая,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 2,8 г, жиры - 38,5 г, углеводы - 22,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 452,2

Попкорн из креветок с соусом сладкий чили *0,330 кг* *1 250,00*

В 100 г: белки - 9,8 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 13,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 116,7

*Халуми** *115 г* *790,00*

(Сыр Халуми (молоко), оливки Каламон, масло для халуми (мёд, грибы трюфеля), затар зелёный (тимьян, орегано, майоран, кунжут, соль), семя кунжута.

Аллергены: молоко, кунжут.

Не хранить)
В 100 г: белки - 15,9 г, жиры - 21,1 г, углеводы - 11,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 300,0

Цукини фри *170/50 г* *890,00*

(цукини,соль морская,молоко,орегано,мука пшеничная,крахмал кукурузный,горчичный соус

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,2 г, жиры - 23,0 г, углеводы - 33,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 360,3

ГРИЛЬ Г

*Балканский пряный кебаб** *г* *1 590,00*

(Кебаб Адана: ягнёнок, баранина задок, курдюк бараний, лук репчатый, перец болгарский, перец чили, кинза, укроп/петрушка, перец красный турецкий, соль, перец чёрный, кориандр, зира, масло растительное.
Соус шашлычный: томаты очищенные, помидоры свежие, соус чили сладкий, основа харисса, масло оливковое, кинза, чеснок, соевый соус (соя), сахар, соль, кориандр, перец красный.
Основа харисса: масло растительное, чеснок, сок лимона, сахар, соль, зира, фенхель, кориандр, бадьян, корица, кардамон, куркума, перец красный, перец чили вяленый, перец болгарский вяленый, томаты вяленые.
Дзадзики: каймак (молоко), сыр Кремете (молоко), огурцы, чеснок, масло оливковое, мята, орегано, перец чёрный, перец красный, соль.
Дополнительно: пита (мука пшеничная, вода, дрожжи, соль, сахар, молоко (молоко), яйцо (яйцо), масло растительное), гранат, лимон, орегано.

Каре ягнёнка *200/50/50/25 г* *3 200,00*

(Каре ягненка,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,кинза,сахар,сок лимона,соус соевый амой,помидоры,перец болгарский,перец чили,масло зеленое,кинза,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,чеснок,соус шашлычный,гранат,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кремете

Не хранить)
В 100 г: белки - 17,6 г, жиры - 24,0 г, углеводы - 9,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 322,4

Кебаб креветка *140/50/50/20 г* *1 690,00*

(креветки,жир говяжий,масло сливочное,кардамон,кориандр,бадьян,фенхель,зира,куркума,орегано,корица,кинза,сахар,сок лимона,соус соевый,помидоры,перец болгарский,перец чили,соус шашлычный,гранат,греческая пита,соль морская,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кремете

Не хранить)
В 100 г: белки - 10,7 г, жиры - 30,7 г, углеводы - 11,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 366,4

Кебаб курица *130/50/50/20 г* *1 390,00*

(бедро куриное,жир говяжий,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,кинза,кинза,кинза,сахар,сок лимона,соус соевый,помидоры,перец болгарский,перец чили,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская,соус дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кременте,масло зеленое,кинза,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,чеснок,соус шашлычный,гранат

Не хранить)
В 100 г: белки - 18,0 г, жиры - 31,2 г, углеводы - 12,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 404,7

Кебаб ягнёнок	*130/50/50/20 г*	*1 590,00*

(ягненок,курдюк бараний,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,сахар,сок лимонный,соус соевый,помидоры,перец болгарский,перец чили,греческая пита,дзадзики,каймак,кинза,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,чеснок,соус шашлычный,зерна граната,хлопья морской соли

Не хранить)
В 100 г: белки - 11,6 г, жиры - 19,3 г, углеводы - 13,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 273,4

Лопатка баранья	*1 шт/30/25 г*	*5 300,00*

(ягненок лопатка,перец чили,чеснок,перец красный турецкий крупномолотый,соус демиглас,масло сливочное,соль,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,фенхель,зира,куркума,корица,сахар,лимон,перец болгарский,помидор,масло растительное,масло зеленое,кинза,масло оливковое,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 20,6 г, жиры - 24,4 г, углеводы - 1,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 308,1

Лосось с молодым горошком и спаржей в соусе биск	*120/80 г*	*2 190,00*

(Лосось (рыба), соус чёрный перец (соус база чёрный перец, соус устричный (моллюски, соя), соевый соус Киккоман (соя, пшеница), сахар, вода, крахмал картофельный, сливки (молоко)), цедра лайма, перец чёрный.

Аллергены: рыба, моллюски, соя, глютен, молоко.
Не хранить)
В 100 г: белки - 17,2 г, жиры - 26,8 г, углеводы - 4,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 328,6

Рибай с соусом черный перец	*350/60 г*	*6 200,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 28,0 г, жиры - 22,3 г, углеводы - 6,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 338,8

Сувлаки индейка	*240/50/50/20 г*	*1 450,00*

(индейка,масло растительное,лук красный,лук репчатый,чеснок,горчица дижонская,соус кимчи,кориандр,перец красный турецкий крупномолотый,зира,перец болгарский,томаты очищенные,соус чили сладкий,помидоры,соус соевый,масло оливковое,кардамон,бадьян,семя фенхеля,куркума,корица,орегано,кинза,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кременте,зерна граната,сок лимона

Не хранить)
В 100 г: белки - 18,8 г, жиры - 8,7 г, углеводы - 10,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 196,6

Сувлаки картофель	*180/25 г*	*690,00*

(картофель черри,,курдюк бараний,масло зеленое,кинза,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,чеснок,харисса со специями,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,сахар,сок лимона,соус соевый,помидоры,перец болгарский,перец чили,соус шашлычный

Не хранить)
В 100 г: белки - 1,6 г, жиры - 17,3 г, углеводы - 13,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 218,0

Сувлаки креветка *130/50/25 г* *1 290,00*

(креветки,кардамон,кориандр,бадьян,семена фенхеля,кумин,куркума,чеснок,соус чили сладкий,помидоры,соус соевый,соль пищевая,сахар,масло оливковое,перец чили вяленый,перец чили,перец болгарский вяленый,перец болгарский,помидоры вяленые,помидоры,перец красный турецкий крупномолотый,масло растительное,лимоны,кинза,орегано,зерна граната,корица

Не хранить)
В 100 г: белки - 14,3 г, жиры - 7,9 г, углеводы - 3,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 142,4

Сувлаки курица *150/50/50/20 г* *1 390,00*

(бедро куриное,соль пищевая,лук репчатый,масло растительное,томаты очищенные,соус чили сладкий,кинза,помидоры,кориандр,соус соевый,сахар,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,кардамон,бадьян,семена фенхеля,зира,куркума,корица,сок лимона,гранат,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская хлопьями,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр креметте,шашлычный соус

Не хранить)
В 100 г: белки - 24,6 г, жиры - 22,5 г, углеводы - 11,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 348,3

Сувлаки лосось *130/50/25 г* *2 100,00*

(филе лосося,кардамон,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,соль пищевая,сахар,сок лимона,перец чили вяленый,перец болгарский,помидоры,перец красный турецкий крупномолотый,масло растительное,масло зеленое,кинза,укроп,,масло оливковое,лимон,томаты очищенные,соус чили сладкий,кориандр,соус соевый,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 12,6 г, жиры - 10,7 г, углеводы - 3,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 161,1

Сувлаки цукини *220 г* *690,00*

В 100 г: белки - 1,5 г, жиры - 10,9 г, углеводы - 7,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 133,4

Сувлаки шампиньоны *170/50/25 г* *690,00*

(грибы шампиньоны,соус харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семена фенхеля,зира,куркума,орегано,соус чили сладкий,корица,кинза,сахар,сок лимона,соус соевый,помидоры,перец болгарский,перец чили,соус шашлычный,зерна граната,зеленое масло

Не хранить)
В 100 г: белки - 3,0 г, жиры - 6,5 г, углеводы - 5,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 93,3

Сувлаки ягнёнок *150/50/50/20 г* *1 590,00*

(задок ягненка без кости,соль пищевая,лук репчатый,масло растительное,томаты очищенные,соус чили сладкий,кинза,помидоры,кориандр,соус соевый,сахар,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,кардамон,бадьян,семена фенхеля,зира,куркума,корица,сок лимона,гранат,греческая пита,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,мука пшеничная,соль морская хлопьями,дзадзики,огурцы,каймак,сливки,мята,сыр кремете

Не хранить)
В 100 г: белки - 14,9 г, жиры - 17,5 г, углеводы - 11,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 261,8

ДЕСЕРТЫ Г

Банановый брауни с соленой карамелью	*200 г*	*790,00*
В 100 г: белки - 4,3 г, жиры - 20,6 г, углеводы - 43,6 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 377,0		
Глазированный сырок ванильный	*0,100 кг*	*590,00*
В 100 г: белки - 3,7 г, жиры - 9,3 г, углеводы - 12,6 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 148,8		
Глазированный сырок с вареной сгущенкой	*0,100 кг*	*590,00*
В 100 г: белки - 3,6 г, жиры - 9,0 г, углеводы - 13,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 149,6		
Греческий чизкейк с цитрусами и эстрагоном	*160 г*	*750,00*

(тесто фило,масло сливочное,сахар-песок,орех фисташки,сыр кремете,яйцо куриное,сливки,ваниль стручковая,ванилин кристаллический,мука пшеничная,соус апельсиновый,крахмал кукурузный,апельсины свежие,грейпфруты свежие,гель нейтральный,эстрагон

Не хранить)
В 100 г: белки - 8,0 г, жиры - 22,7 г, углеводы - 29,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 355,9

Орешки со сгущёнкой и орехами 1 шт	*20 г*	*120,00*
В 100 г: белки - 8,0 г, жиры - 23,8 г, углеводы - 45,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 429,3		
Пахлава	*50 г*	*590,00*
В 100 г: белки - 11,1 г, жиры - 34,0 г, углеводы - 57,1 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 578,3		
Пирожное Картошка	*0,060 кг*	*390,00*
В 100 г: белки - 6,7 г, жиры - 22,0 г, углеводы - 33,7 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 359,4		
Профитроли	*180 г*	*790,00*
В 100 г: белки - 5,6 г, жиры - 17,5 г, углеводы - 33,7 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 314,9		
Тирамису	*0,150*	*750,00*
(Не хранить) В 100 г: белки - 5,5 г, жиры - 24,4 г, углеводы - 37,2 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 390,4		
Торт Чёрный лес	*210 г*	*750,00*
В 100 г: белки - 3,0 г, жиры - 11,1 г, углеводы - 32,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 242,2		

Три лече	*140 г*	*690,00*

В 100 г: белки - 6,0 г, жиры - 16,8 г, углеводы - 30,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 296,4

Фисташка малина	*130 г*	*790,00*

В 100 г: белки - 6,1 г, жиры - 32,1 г, углеводы - 31,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 439,2

Шоколадный торт	*0,070 кг*	*650,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 9,3 г, жиры - 36,8 г, углеводы - 40,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 528,6

Яблочный тарт татен	*250/50 г*	*650,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 12,8 г, жиры - 24,1 г, углеводы - 76,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 572,4

Добавки к завтракам Г

Авокадо 50 г	*50 г*	*190,00*

В 100 г: белки - 2,0 г, жиры - 14,6 г, углеводы - 1,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 146,6

Ветчина из индейки 35 г	*35 г*	*290,00*

В 100 г: белки - 15,0 г, жиры - 50,0 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 510,0

Голубика к каше 50 г	*50 г*	*450,00*

В 100 г: белки - 16,6 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 70,9

Краб камчатский 35 г	*35 г*	*750,00*

В 100 г: белки - 12,6 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 52,3

Креветки 50 г	*50 г*	*450,00*

В 100 г: белки - 21,9 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 92,1

Лисички свежие 50 г	*50 г*	*490,00*

В 100 г: белки - 2,7 г, жиры - 1,2 г, углеводы - 8,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 55,7

Лосось с/с к завтракам 50 г	*50 г*	*550,00*

В 100 г: белки - 21,0 г, жиры - 14,0 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 210,0

Малина к каше 50 г	*50 г*	*450,00*

В 100 г: белки - 0,8 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 9,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 39,2

Мед цветочный 50 г	*50 г*	*90,00*

В 100 г: белки - 0,8 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 80,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 320,0

Микс салатов 15 г	*15 г*	*150,00*

В 100 г: белки - 1,4 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 2,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 17,0

Орех пекан 10 г	*10 г*	*150,00*

В 100 г: белки - 9,2 г, жиры - 72,0 г, углеводы - 4,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 702,0		
Пармезан к завтракам 15 г	*15 г*	*200,00*
В 100 г: белки - 36,0 г, жиры - 26,0 г, углеводы - 3,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 390,0		
Свежие Томаты 50 г	*50 г*	*150,00*
В 100 г: белки - 0,9 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 2,7 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 16,2		
Свежий огурец 50 г	*50 г*	*120,00*
В 100 г: белки - 0,8 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 3,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 15,2		
Сгущеное молоко к блинам 50 г	*50 г*	*150,00*
В 100 г: белки - 8,0 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 56,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 332,5		
Сливочное масло 15 г	*15 г*	*90,00*
В 100 г: белки - 0,6 г, жиры - 82,5 г, углеводы - 0,9 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 748,5		
Сметана к завтракам 50 г	*50 г*	*100,00*
В 100 г: белки - 2,3 г, жиры - 30,0 г, углеводы - 3,1 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 291,6		
Страчателла к завтракам 60 г	*60 г*	*290,00*
В 100 г: белки - 10,0 г, жиры - 21,0 г, углеводы - 2,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 237,0		
Трюфель чёрный 1 г	*1 г*	*250,00*
В 100 г: белки - 5,9 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 5,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 49,3		
Фета 60 г	*60 г*	*190,00*
В 100 г: белки - 22,1 г, жиры - 19,2 г, углеводы - 0,4 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 262,8		
Яйцо пашот 1 шт	*1 штг*	*90,00*
В 100 г: белки - 12,8 г, жиры - 11,8 г, углеводы - 1,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 161,4		
ДОПЫ Г		
Варенье из айвы 100 г	*100 г*	*290,00*
В 100 г: белки - 0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 70,4 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 284,9		
Варенье из голубики 100 г	*100 г*	*390,00*
В 100 г: белки - 14,7 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 15,2 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 123,3		
Варенье из черешни 100 г	*100 г*	*290,00*
В 100 г: белки - 0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 70,4 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 284,9		
Гигантские оливки 60 г	*100 г*	*400,00*
В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 16,5 г, углеводы - 4,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 170,5		

Гранат 1 шт	*230 г*	*450,00*

В 100 г: белки - 0,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 14,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 66,2

Гранаты свежие 100 г	*100 г*	*220,00*

В 100 г: белки - 0,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 14,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 66,2

Грецкий орех 10 г	*10 г*	*150,00*

В 100 г: белки - 13,8 г, жиры - 61,3 г, углеводы - 10,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 647,7

Зелёный чили 50 г	*50 г*	*190,00*

В 100 г: белки - 2,0 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 47,8

Зёрна грананта 50 г	*50 г*	*390,00*

В 100 г: белки - 0,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 14,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 66,2

Изюм 100 г	*100 г*	*490,00*

В 100 г: белки - 2,3 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 65,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 276,9

Кинза 10 г	*10 г*	*50,00*

В 100 г: белки - 2,1 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 1,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 20,5

Краб 50 г	*50 г*	*1 150,00*

В 100 г: белки - 18,0 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 74,7

Креветки 100 г	*100 г*	*590,00*

В 100 г: белки - 21,9 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 92,1

Курага 100 г	*100 г*	*490,00*

В 100 г: белки - 3,4 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 62,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 268,5

Лисички свежие 80 г	*80 г*	*550,00*

В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 0,8 г, углеводы - 0,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 15,2

Лосось 50 г	*50 г*	*490,00*

В 100 г: белки - 21,0 г, жиры - 14,0 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 210,0

Лук красный	*15 г*	*50,00*

(Лук красный
Употребить в течении 8-10 часов)
В 100 г: белки - 1,4 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 8,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 40,2

Лук маринованный 15 г	*15 г*	*90,00*

В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 6,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 33,8

Лук репчатый 15 г	*15 г*	*50,00*

В 100 г: белки - 1,6 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 8,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 40,8

Маринованный красный перец 100 г	*100 г*	*500,00*

В 100 г: белки - 1,3 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 5,2 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 26,9		
Масло сливочное 15 г	*15 г*	*90,00*
В 100 г: белки - 0,6 г, жиры - 82,5 г, углеводы - 0,9 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 748,5		
Мидии 40 г	*40 г*	*500,00*
В 100 г: белки - 11,5 г, жиры - 2,0 г, углеводы - 3,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 77,2		
Морковь свежая 50 г	*15 г*	*90,00*
В 100 г: белки - 1,3 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 7,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 34,1		
Огурцы маринованные 15 г	*15 г*	*90,00*
В 100 г: белки - 2,8 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 1,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 16,4		
Оливки Каламата 60 г	*60 г*	*400,00*
В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 16,5 г, углеводы - 4,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 170,5		
Пармезан 15 г	*15 г*	*200,00*
В 100 г: белки - 36,0 г, жиры - 26,0 г, углеводы - 3,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 390,0		
Перец острый желтый маринованный 15 г		*150,00*
В 100 г: белки - 0,9 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 4,4 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 23,0		
Перец острый зеленый маринованный стручок 30 г	*30 г*	*400,00*
В 100 г: белки - 2,0 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 4,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 24,0		
Перец пепперони 15 г	*15 г*	*250,00*
В 100 г: белки - 2,0 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 4,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 24,0		
Перец рамиро свежий 50 г	*50 г*	*150,00*
В 100 г: белки - 1,3 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 5,2 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 26,9		
Петрушка 10 г	*10 г*	*50,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 6,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 39,7		
Соус шрирача 50 г	*50 г*	*150,00*
В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 1,6 г, углеводы - 17,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 87,2		
Страчателла 100 г	*100 г*	*590,00*
В 100 г: белки - 10,0 г, жиры - 21,0 г, углеводы - 2,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 237,0		
Сухарики к супу 20 г	*20 г*	*90,00*
В 100 г: белки - 0,0 г, жиры - 81,7 г, углеводы - 0,0 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 735,6		

Укроп 10 г	*10 г*	*50,00*

В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 6,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 39,7

Финики 50 г	*50 г*	*290,00*

В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 69,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 291,3

Хамса 50 г	*50 г*	*350,00*

В 100 г: белки - 17,6 г, жиры - 29,2 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 333,2

Харисса со специями 50 г	*50 г*	*150,00*

(оливковое масло,кориандр,бадьян,зира,фенхель,куркума,чеснок,красный перец чили,лимонный сок,соль,сахар,вяленый перец чили,вяленый томат,болгарский перец

Не Хранить)
В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 21,9 г, углеводы - 8,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 234,5

Чернослив 100 г	*100 г*	*490,00*

В 100 г: белки - 2,3 г, жиры - 0,7 г, углеводы - 57,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 245,5

Чёрные оливки 60 г	*60 г*	*400,00*

В 100 г: белки - 1,2 г, жиры - 13,8 г, углеводы - 1,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 135,4

Чёрный трюфель 1 г	*1 г*	*250,00*

В 100 г: белки - 5,9 г, жиры - 0,5 г, углеводы - 5,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 49,3

Чеснок 10 г	*10 г*	*50,00*

В 100 г: белки - 6,5 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 21,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 110,8

ДОСТАВКА Г

Сет мясной Греческий	*2,190 кг*	*10 990,00*

(помидоры,огурцы,перец рамиро,апельсин,лимон,лайм,мацони,сливки,каймак,сыр фета,соус крем бальзамический,томаты очищенные,каперсы,перец чили,базилик,оливки,каламон,лук красный,орегано,мята,сыр креметте,горох нут,паста кунжутная,перец долма,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,перец болгарский,баклажан,орех мускатный,соус соевый,кинза,гранаты,дрожжи сухие,яйцо куриное,орех грецкий,мука пшеничная,ягненок задок без кости,индейка филе грудки,горчица дижонская,бедро куриное,цукини,сахар,соль пищевая,мука пшеничная,орех пекан

Не хранить)
В 100 г: белки - 8,6 г, жиры - 14,8 г, углеводы - 14,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 225,6

Сет рыбный средиземноморский	*1,700кг*	*10 990,00*

(шпинат,салат романо,кинза,петрушка,мята,эстрагон,базилик,помидоры,авокадо,соус ореховый,крабовое мясо,семя кунжут юдзу,перец рамиро,масло растительное,чеснок,перец чили,тимьян,майонез японский,сыр креметте,тунец консервированный,орегано,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,сибас,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица кора,лимоны,перец болгарский,креветки,соус соевый,гранаты,лосось филе,рис,шафран,масло сливочное,ванилин кристаллический,молоко сгущенное,корица молотая,орех грецкий,орех пекан
Не хранить)
В 100 г: белки - 8,1 г, жиры - 8,7 г, углеводы - 13,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 164,6

ЗАВТРАКИ Г

Блинчики пшеничные	*150/50 г*	*490,00*

(молоко,сахар,соль пищевая,яйцо куриное,масло растительное,масло сливочное,мука пшеничная,сливки,сметана

Не хранить)
В 100 г: белки - 4,2 г, жиры - 20,0 г, углеводы - 16,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 263,7

Зелёный салат с лососем / Завтрак	*200 г*	*950,00*

(салат романо,филе лосося,соль пищевая,сахар,авокадо,шпинат,кинза,петрушка,мята,эстрагон,базилик фиолетовый,базилик зеленый,соус из тунца,майонез японский,сыр кремметте,тунец консервированный,чеснок,сахарная пудра,соус цитронет,сок апельсина,сок лимона,лимоны,масло оливковое,сок лайма,перец кампот,семечки тыквенные,семена льна

Не хранить)
В 100 г: белки - 8,0 г, жиры - 10,8 г, углеводы - 2,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 138,0

Лепешка /яйцо пашот/ авокадо/ лосось	*270 г*	*1 150,00*

(помидоры,соус азизе,соль пищевая,уксус винный,сахар,соус бальзамический,томаты очищенные,масло оливковое,авокадо,филе лосося,яйцо куриное,соус голландский,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,масло сливочное,сок лимонный,затар зеленый сухой,перец красный турецкий крупномолотый,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,9 г, жиры - 17,1 г, углеводы - 12,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 234,2

Оладьи из цукини с дзадзыки	*180/50 г*	*690,00*

(цукини,соль пищевая,мука семола,крахмал кукурузный,мука рисовая,мука панировочная темпура,мука нутовая,укроп,лук зеленый,кинза,петрушка,цедра лимона,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,дзадзики,огурцы,чеснок,каймак,сливки,мята,орегано,сыр кремметте

Не хранить)
В 100 г: белки - 3,0 г, жиры - 10,5 г, углеводы - 17,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 174,3

Сет 1/ Бранч Афины	*860/2 шт*	*2 590,00*

(огурцы,чеснок,каймак,мята,орегано,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,сыр кремметте,соль пищевая,оливки каламон,баклажаны,масло растительное,соус наршараб,перец болгарский,чеснок,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица,сахар,сок лимона,перец чили,орех мускатный,томаты очищенные,соус соевый,лук репчатый,кинза,гранат,лайм,авокадо,сок апельсина,соус крем бальзамический,сыр фета,перчинки острые маринованные,греческая пита,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,соль морская хлопья,мацони

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,6 г, жиры - 14,9 г, углеводы - 14,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 212,9

Сет 2/ Завтрак Зевса	*700/2 шт*	*2 590,00*

(йогурт греческий,уксус винный,крем-бальзамик,помидоры,орегано,перец чили,нут отварной,паста кунжутная,перец долма,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,сок лимона,перец болгарский,оливки каламон,огурцы,перец рамиро,соус цитронет,сок апельсина,сок лайма,лябне,мацони,сливки,каймак,сыр фета,мед цветочный,фисташки,соус из тунца,майонез японский,сыр кремете,тунец консервированный,тимьян,яйцо куриное,шпинат,салат романо,кинза,мята,эстрагон,базилик,масло сливочное,мука пшеничная,дрожжи сухие

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,3 г, жиры - 12,6 г, углеводы - 12,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 193,7

Сырники с вареньем	*200/40 г*	*790,00*

(творог,яйцо куриное,мука рисовая,сахарная пудра,соль пищевая,ванилин концентрат,мука рисовая,масло растительное,масло сливочное,сахарная пудра,варенье,голубика,сахар,сок лимона
Не хранить)
В 100 г: белки - 16,5 г, жиры - 18,3 г, углеводы - 21,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 318,5

Творожная запеканка с ягодным фламбе	*130/50/50 г*	*690,00*

В 100 г: белки - 6,0 г, жиры - 11,1 г, углеводы - 15,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 185,6

Каши Г

Каша овсянная на альтернативном молоке	*300 г*	*450,00*

(овсяная крупа,растительное молоко,сахар,соль

Не хранить)
В 100 г: белки - 1,4 г, жиры - 1,1 г, углеводы - 11,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 60,8

Каша овсянная на воде	*300 г*	*450,00*

В 100 г: белки - 1,6 г, жиры - 0,8 г, углеводы - 11,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 60,6

Каша овсянная на молоке	*300 г*	*450,00*

(овсяные хлопья,сахар,соль,сливочное масло,молоко

Не хранить)
В 100 г: белки - 2,7 г, жиры - 6,0 г, углеводы - 13,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 119,0

Полента	*220/50г*	*490,00*

(бульон куриный,лук репчатый,чеснок,соль пищевая,мука кукурузная,сыр пармезан,сливки,масло сливочное,яйцо куриное
Не хранить)
В 100 г: белки - 8,8 г, жиры - 11,3 г, углеводы - 9,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 174,5

Полента с лисичками и сыром манчего	*320 г*	*990,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 11,5 г, жиры - 16,8 г, углеводы - 10,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 240,4

Томатная овсяная каша с индейкой	*200/50/50г*	*890,00*

(геркулес,соль пищевая,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок свежий,масло оливковое,лук-шалот,перец чили,соус азизе,уксус винный,соус крем бальзамический,томаты очищенные,помидоры,сыр пармезан,масло сливочное,индейка буженина,яйцо куриное,лук зеленый

Не хранить)
В 100 г: белки - 11,3 г, жиры - 26,2 г, углеводы - 9,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 319,5

МЕЗЕ Г

Ассорти мезе — *270 г* — *1 790,00*

(огурцы,чеснок,каймак,сливки,мята,орегано,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,сыр кремметте,перец чили,лимон,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица,перец болгарский,помидоры,перец красный турецкий,масло растительное,баклажаны,соус наршараб,сухарики,масло чили,орех мускатный,соус соевый,лук репчатый,кинза,соус азизе,уксус винный,гранат,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,орех грецкий,перчинки острые маринованные красные,оливки каламон,орех грецкий,сыр фета

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,2 г, жиры - 25,3 г, углеводы - 16,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 317,3

Греческие оливки и перцы — *220 г* — *1 590,00*

(оливки ночеллара,оливки сушеные,оливки вяленые,перчинки острые маринованные красные,перец острый стручковый зеленый,перец жгучий острый чили желтый,масло оливковое,оливки белла ди черинъола
Не хранить)
В 100 г: белки - 1,5 г, жиры - 17,4 г, углеводы - 3,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 177,2

Дзадзики — *100/10 г* — *590,00*

(огурцы,соль пищевая,чеснок,каймак,сливки,мята сушеная,орегано,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,сыр кремметте,оливки каламон
Не хранить)
В 100 г: белки - 3,1 г, жиры - 27,2 г, углеводы - 3,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 271,4

Запечённые баклажаны по-гречески — *110 г* — *590,00*

(баклажаны,соль,масло растительное,соус наршараб,перец болгарский,чеснок,масло оливковое,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица,лимон,перец чили,помидоры,перец красный турецкий крупномолотый,масло растительное,масло чили,орех мускатный,соус соевый амой,лук репчатый,кинза,уксус винный,бальзамический крем-соус,зерна граната

Не хранить)
В 100 г: белки - 1,3 г, жиры - 11,5 г, углеводы - 9,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 147,6

Каймак с мёдом и фисташками — *50/8 г* — *450,00*

В 100 г: белки - 3,0 г, жиры - 33,6 г, углеводы - 11,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 360,2

Лябне с оливками — *120 г* — *390,00*

(мацони,молоко,сливки,каймак,соль,оливки каламон,фисташки,мед цветочный,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,1 г, жиры - 30,3 г, углеводы - 13,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 346,7

Мелидзаносалата / Мутабаль — *135 г* — *650,00*

(баклажаны,соль пищевая,масло оливковое,сок лимона,перец красный турецкий крупномолотый,паста кунжутная тахини,каймак,перчинки острые маринованные красные,гранат

Не хранить)
В 100 г: белки - 2,8 г, жиры - 16,3 г, углеводы - 16,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 224,2

Мухаммара *100/40 г* *690,00*

(перец болгарский,сахар,мука пшеничная,соль,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,соус наршараб,зира,чеснок,орех грецкий,масло оливковое,перец красный турецкий крупномолотый,лимон,корица,кориандр,перчики острые маринованные красные,сыр фета

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,5 г, жиры - 17,2 г, углеводы - 13,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 231,4

Хумус *150 г* *590,00*

(горох нут,соль,кислота лимонная,паста кунжутная тахин,лимон,перец долма,перец чили,оливки каламон,масло оливковое,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,перец болгарский,помидоры

не хранить)
В 100 г: белки - 11,0 г, жиры - 12,2 г, углеводы - 22,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 243,0

Хумус с розовой креветкой *180 г* *890,00*

(креветки,нут,соль,кислота лимонная,паста кунжутная тахини,лимон,перец долма,перец чили,оливки каламон,масло оливковое,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица,перец болгарский,помидоры

Не хранить)
В 100 г: белки - 16,9 г, жиры - 12,1 г, углеводы - 13,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 231,1

ПАСТА Г

Казаречче с морепродуктами *450 г* *1 590,00*

(паста казаречче,мидии,кальмар командорский,креветки,бульон куриный,соль пищевая,перец душистый горошком,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,масло сливочное,соус ким чи,соус соевый,петрушка,перец чили,мука пшеничная,масло оливковое

Не хранить)
В 100 г: белки - 13,0 г, жиры - 13,6 г, углеводы - 10,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 217,0

Орзо с морепродуктами и пармезаном *285 г* *1 490,00*

(паста орзо,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,масло растительное,лук-шалот,масло сливочное,томаты очищенные,перец чили,масло растительное,паприка сладкая,креветки,сыр пармезан,петрушка,кальмар командорский,харисса,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица,соль пищевая,сахар,сок лимона,перец чили,перец болгарский,помидоры,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое

Не хранить)
В 100 г: белки - 15,5 г, жиры - 12,1 г, углеводы - 23,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 266,3

Паппарделле с лососем и маслом чили *320/10 г* *1 590,00*

(паста паппарделли,филе лосося,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,соус азизе,уксус винный,сахар,соус крем бальзамический,томаты очищенные,помидоры,масло сливочное,соус кимчи,соус соевый,шпинат,соль пищевая,цедра лимона,сыр пармезан

Не хранить)
В 100 г: белки - 10,4 г, жиры - 17,1 г, углеводы - 13,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 249,6

Паста для детей	*220 г*	*590,00*

В 100 г: белки - 8,5 г, жиры - 16,2 г, углеводы - 22,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 269,5

Паста казаречче с говяжьими щечками	*300 гр*	*1 790,00*

(паста казаречче,щечки говяжьи тушеные,масло растительное,лук репчатый,морковь,сельдерей стебель,чеснок,помидоры,перец чили,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,бадьян,лавровый лист,тимьян свежий,чернослив,масло сливочное,масло сливочное,петрушка,сыр пармезан

Не хранить)
В 100 г: белки - 18,0 г, жиры - 22,0 г, углеводы - 15,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 337,2

Паста с крабом	*330 г*	*1 690,00*

В 100 г: белки - 11,6 г, жиры - 18,6 г, углеводы - 19,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 291,5

Паста фузилли с крабом и креветками	*230 гр*	*1 790,00*

(паста фузилли,креветки,крабовое мясо,масло сливочное,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,чеснок,петрушка,масло оливковое,мука пшеничная,перец чили,лук шалот

Не хранить)
В 100 г: белки - 11,1 г, жиры - 11,0 г, углеводы - 14,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 202,6

Ригатони болоньезе	*335 г*	*1 390,00*

(паста ригатони,брискет говяжий,морковь,стебель сельдерея,лук репчатый,масло оливковое,лук-шалот,орегано,базилик зеленый,перец красный турецкий,томаты,чеснок,соль пищевая,сахар,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,тимьян,розмарин,масло сливочное,сыр пармезан,петрушка,соус демигласс

Не хранить)
В 100 г: белки - 10,3 г, жиры - 10,9 г, углеводы - 23,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 232,1

Спагетти с аргентинскими креветками	*380 г*	*1 490,00*

(паста спагетти,масло оливковое,креветки,томаты,лук-шалот,сельдерей,чеснок,сливки,масло растительное,соль пищевая,сахар,морковь,масло сливочное,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,базилик зеленый,перец красный турецкий крупномолотый,чеснок

Не хранить)
В 100 г: белки - 10,9 г, жиры - 11,8 г, углеводы - 24,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 246,4

Спагетти с мидиями	*350 г*	*950,00*

(паста спагетти,масло оливковое,лук-шалот,чеснок,перец чили,мидии,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,петрушка,сахар

Не хранить)
В 100 г: белки - 8,9 г, жиры - 19,4 г, углеводы - 27,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 318,9

Тальятелле с соусом песто,орехом пекан и страчателлой		*1 290,00*

(паста,базилик зеленый,орех кедровый,масло оливковое,соль пищевая,сахар,петрушка,чеснок,сыр пармезан,масло растительное,сок лимонный,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,орех пекан,сыр страчателла

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,0 г, жиры - 15,4 г, углеводы - 12,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 217,6

Тальятелле с трюфелем	*300 г*	*1 390,00*

(паста тальятелле,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,соль пищевая,шампиньоны,сыр пармезан,сахар,масло трюфельное,масло сливочное,масло оливковое,трюфель

Не хранить)
В 100 г: белки - 12,2 г, жиры - 20,9 г, углеводы - 36,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 382,3

ПЕЧЬ Г

Греческая пита	*85 г*	*320,00*

В 100 г: белки - 7,4 г, жиры - 8,9 г, углеводы - 39,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 268,2

Маца 1 шт	*28 г*	*190,00*

В 100 г: белки - 14,3 г, жиры - 2,0 г, углеводы - 107,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 521,6

Пита детская	*85 г*	*320,00*

В 100 г: белки - 7,4 г, жиры - 9,0 г, углеводы - 39,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 270,0

Полуфабрикаты Г

П/Ф Каре ягненка 1 кг	*1 кг*	*9 500,00*

В 100 г: белки - 15,9 г, жиры - 21,5 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 257,1

П/Ф Люля кебаб из креветок 1 кг	*1 кг*	*8 500,00*

В 100 г: белки - 12,1 г, жиры - 23,7 г, углеводы - 0,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 262,4

П/Ф Люля кебаб из курицы 1 кг	*1 кг*	*2 100,00*

В 100 г: белки - 19,4 г, жиры - 31,0 г, углеводы - 0,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 359,5

П/Ф Люля кебаб из ягненка 1 кг	*1 кг*	*4 900,00*

В 100 г: белки - 11,4 г, жиры - 11,7 г, углеводы - 1,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 155,4

П/Ф Шашлык из куриного бедра 1 кг	*1 кг*	*2 900,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 27,2 г, жиры - 23,5 г, углеводы - 0,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 322,2

П/Ф Шашлык из филе грудки индейки в маринаде 1 кг	*1 кг*	*3 100,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 19,0 г, жиры - 3,0 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 103,0

П/Ф Шашлык из ягненка в маринаде 1 кг *1 кг* *5 700,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 15,6 г, жиры - 16,3 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 209,1

Праздничные наборы Г

Ассорти гарниров *1,840 кг* *7 500,00*

(рис,бульон куриный,лавровый лист,чеснок,шафран,масло сливочное,соль пищевая,сахар,лук репчатый,грибы шампиньоны,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица,перец чили,перец болгарский,помидоры,перец красный турецкий крупномолотый,кинза,гранаты,соус чили сладкий,соус соевый,лимон,баклажаны,перец рамиро,картофель черри,курдюк бараний,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 4,0 г, жиры - 9,9 г, углеводы - 13,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 158,4

Ассорти мезе и закусок *2,710 кг* *13 490,00*

(баклажаны,соус наршараб,перец болгарский,чеснок,масло оливковое,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица кора,перец чили,помидоры,орех мускатный,соус соевый,кинза,уксус винный,гранаты,огурцы,каймак,мята,орегано,сыр креметте,орех фисташки,мед цветочный,паста кунжутная,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,тунец консервированный,сыр фета,оливки ночеллара,оливки сушеные,оливки вяленые,перец острый стручковый,горох нут,кислота лимонная,перец долма,перец рамиро,тимьян

Не хранить)
В 100 г: белки - 4,8 г, жиры - 15,0 г, углеводы - 9,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 192,5

Большое ассорти мяса на мангале *3,360 кг* *25 900,00*

(филе грудки индейки,лук репчатый,масло растительное,томаты очищенные,соус чили сладкий,кинза,чеснок,помидоры,кориандр,соус соевый,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,чеснок,корица кора,лимон,перец чили,перец болгарский,орегано,гранаты,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,огурцы,каймак,мята,сыр креметте,ягненок задок без кости,курдюк бараний,мука пшеничная,бедро куриное,ягненок лопатка на кости,соус деми гласс,масло сливочное

Не хранить)
В 100 г: белки - 19,3 г, жиры - 21,1 г, углеводы - 7,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 294,9

Большое ассорти рыбы и морепродуктов *3,360 кг* *25 900,00*

(креветки,перец болгарский,масло растительное,перец чили,зира,орех мускатный,кориандр,томаты очищенные,соус соевый,лук репчатый,чеснок,сыр фета,орегано,вино,осьминог,сельдерей стебель,морковь,каперсы,помидоры,тимьян,оливки каламон,сибас,кардамон,бадьян,семя фенхеля,куркума,корица кора,лимон,кинза,жир говяжий,гранаты,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,мука пшеничная,дзадзики,огурцы,каймак,мята,сыр креметте,баклажаны,йогурт греческий,масло сливочное,соус ким чи,соус мирин,стружка тунца,апельсин,уксус рисовый,семя кунжут,лосось филе

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,2 г, жиры - 10,6 г, углеводы - 6,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 159,3

Лопатки с гарниром *2,810 кг* *13 990,00*

(ягненок лопатки на кости,перец чили,чеснок,масло сливочное,перец красный турецкий крупномолотый,соус деми гласс,кардамон,кориандр,бадьян,семя фенхеля,зира,куркума,корица кора,сок лимона,перец болгарский,помидоры,кинза,орегано,рис шафран,бульон куриный,лук репчатый,шафран,сувлаки картофель,картофель черри,курдюк бараний,гранаты,сувлаки шампиньоны,грибы шампиньоны

Не хранить)
В 100 г: белки - 13,7 г, жиры - 18,4 г, углеводы - 9,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 259,3

САЛАТЫ Г

Зелёный салат	*200 г*	*790,00*

(бобы эдамаме,шпинат,салат романо,кинза,петрушка,мята,эстрагон,базилик фиолетовый,базилик зеленый,авокадо,цукини,соль,сок апельсиновый,лимон,сахар,масло оливковое,лайм,паста кунжутная тахини,семечки тыквенные,семя кунжута

Не хранить)
В 100 г: белки - 3,3 г, жиры - 15,7 г, углеводы - 5,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 175,0

Салат Греческий большой	*600 г*	*1 750,00*

(помидоры,огурцы,перец рамиро,соус цитронет,сок апельсина,сок лимона,сахар,соль пищевая,масло оливковое,сок лайма,перец kampot,соль пищевая,лябне,мацони,сливки,каймак,сыр фета,соус азизе,уксус винный,соус крем бальзамический,томаты очищенные,каперсы на ветке,перец чили,базилик зеленый,оливки каламон,каперсы,лук красный,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,3 г, жиры - 9,2 г, углеводы - 3,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 119,2

Салат Греческий маленький	*300 г*	*1 100,00*

(помидоры,огурцы,перец рамиро,оус цитронет,сок апельсина,сок лимона,сахар,соль пищевая,масло оливковое,сок лайма,перец kampot,соль пищевая,лябне,мацони,сливки,каймак,сыр фета,соус азизе,уксус винный,соус крем бальзамический,томаты очищенные,каперсы на ветке,перец чили,базилик зеленый,оливки каламон,каперсы,лук красный,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,8 г, жиры - 11,4 г, углеводы - 4,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 143,2

Салат из сладких томатов со страчателлой	*270/50 г*	*1 290,00*

(помидоры,лук красный,базилик фиолетовый,эстрагон,соус азизе,соль,уксус винный,сахар,масло оливковое,сыр страчателла,орегано,соус-крем бальзамический

Не хранить)
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 5,5 г, углеводы - 5,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 79,8

Салат с крабом	*230 г*	*1 850,00*

(шпинат,салат романо,кинза,петрушка,мята,эстрагон,базилик,помидоры,авокадо,соус ореховый,соль,крабовое мясо,кунжут юдзу

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,1 г, жиры - 3,8 г, углеводы - 3,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 70,3

Салат с кремом из тунца	*250 г*	*1 150,00*

(картофель черри,шпинат,салат романо,кинза,петрушка,мята,эстрагон,базилик фиолетовый,базилик зеленый,помидоры,майонез японский,сыр кремметте,соль,тунец консервированный,чеснок,масло оливковое,яйцо куриное

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,9 г, жиры - 8,3 г, углеводы - 5,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 120,0

Салат с тарамасалатой, крабом и икрой	*270 г*	*2 590,00*

В 100 г: белки - 10,3 г, жиры - 15,8 г, углеводы - 9,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 219,2

Салат Цезарь	*200/25 г*	*950,00*

(куриная грудка филе,соль,чеснок,тимьян,масло растительное,салат романо,помидоры черри,соус табаджан,яйцо куриное,горчица дижонская,соус ворчестер,каперсы,паста из анчоусов,уксус винный,соус табаско,сок лимона,сыр пармезан,сухарики,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,яйцо куриное,кинза,перец красный турецкий крупномолотый

Не хранить)
В 100 г: белки - 8,9 г, жиры - 22,5 г, углеводы - 6,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 265,1

СВЕЖИЕ ФРУКТЫ И ЯГОДЫ Г

Абрикос свежий 200 г.	*250 г*	*690,00*

В 100 г: белки - 0,0 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 0,0

Арбуз 100 г	*100 г*	*150,00*

В 100 г: белки - 0,4 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 11,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 46,8

Дыня 100 г	*100 г*	*150,00*

В 100 г: белки - 0,2 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 7,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 33,3

Клубника свежая 150 г.	*150 г*	*690,00*

В 100 г: белки - 1,1 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 4,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 23,8

Черешня 100 г	*100 г*	*650,00*

В 100 г: белки - 1,1 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 10,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 50,4

СЕЗОННОЕ МЕНЮ Г

Казаречче с лисичками	*250 г*	*1 390,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 6,3 г, жиры - 15,8 г, углеводы - 13,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 221,6

Севиче из тунца с авокадо и заправкой из оливок каламата	*170 г*	*1 390,00*

(Не хранить)
В 100 г: белки - 12,8 г, жиры - 19,4 г, углеводы - 2,1 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 234,6

Скаллопине с лисичками и соусом из черного перца	*330 г*	*2 700,00*

(вырезка говядина,масло сливочное,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,грибы лисички,масло оливковое,соль пищевая,лук шалот,соус черный перец,кетчуп,соус понзу,соус рисовый,соус соевый,стружка тунца,сок апельсина,сок лимона,лимоны свежие,соус ворчестер,соус устричный,крахмал картофельный,сливки

Не хранить)
В 100 г: белки - 9,6 г, жиры - 19,1 г, углеводы - 6,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 237,5

Стейк из капусты в сметанном соусе с лисичками	*400 г*	*1 490,00*

(капуста белокачанная,соль пищевая,масло оливковое,масло сливочное,тимьян свежий,чеснок,масло сливочное,грибы лисички,соус ким чи,соус соевый,лук шалот,перец чили,сметана,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,петрушка,укроп

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,5 г, жиры - 44,3 г, углеводы - 8,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 462,1

СОУСЫ Г

Греческий йогурт 50 г	*50 г*	*150,00*

В 100 г: белки - 7,0 г, жиры - 2,0 г, углеводы - 11,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 91,2

Соус азизе 50 г	*50 г*	*190,00*

В 100 г: белки - 0,5 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 4,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 20,9

Соус восточный 50 г	*50 г*	*190,00*

(масло растительное,чеснок,соль пищевая,яйцо куриное,семя фенхеля,кардамон,зира,кориандр,перец красный турецкий
Не хранить)
В 100 г: белки - 1,8 г, жиры - 76,5 г, углеводы - 0,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 698,6

Соус горчичный 50 г	*50 г*	*190,00*

(Соус горчичный
Не хранить)
В 100 г: белки - 6,0 г, жиры - 0,0 г, углеводы - 8,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 58,0

Соус Деми гласс 50 г	*50 г*	*290,00*

В 100 г: белки - 11,3 г, жиры - 24,2 г, углеводы - 2,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 270,9

Соус наршараб 50 г	*50 г*	*190,00*

В 100 г: белки - 0,0 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 70,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 281,8

Соус томатный 50 г	*50 г*	*190,00*

(томаты очищенные,соус чили сладкий,кинза свежая ,чеснок,помидоры,кориандр,соус соевый,соль пищевая,сахар,масло оливковое,перец красный турецкий
основа харисса

Употребить в течении 8-10 часов)
В 100 г: белки - 0,5 г, жиры - 4,9 г, углеводы - 10,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 94,8

Соус Черный перец 50 г	*50 г*	*200,00*

В 100 г: белки - 1,4 г, жиры - 12,0 г, углеводы - 13,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 166,6

Трюфельное масло 10 г	*10 г*	*350,00*

В 100 г: белки - 0,0 г, жиры - 87,5 г, углеводы - 0,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 787,5

СУПЫ Г

Авголемоно	*300/80 г*	*790,00*

(морковь,лук репчатый,бульон куриный,перец горошек,лавровый лист,чеснок,соль,шафран,сахар,рис,яйцо,масло растительное,яичный желток,бедро куриное,филе куриной грудки,лук зеленый,масло сливочное,паста орзо,лук-шалот,сок лимона,укроп,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,6 г, жиры - 11,0 г, углеводы - 14,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 182,2

Крем-суп чечевичный	*250/30/20 г*	*850,00*

(морковь,картофель,бульон куриный,соль пищевая,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,чечевица,масло сливочное,помидоры,зира,сельдерей стебель,сухарики из питы,сахар,мука пшеничная,молоко,дрожжи сухие,масло растительное,яйцо куриное,лябне,мацони,каймак,масло зеленое,кинза,петрушка,перец красный турецкий крупномолотый,масло оливковое,масло чили,мята,лимон

Не хранить)
В 100 г: белки - 4,4 г, жиры - 24,8 г, углеводы - 12,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 290,6

Куриный суп с лапшой	*310/60/15 г*	*750,00*

(куриный бульон,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,чеснок,лапша домашняя,яйцо куриное,мука пшеничная,масло растительное,морковь,яйцо перепелиное,куриная грудка,укроп

Не хранить)
В 100 г: белки - 1,9 г, жиры - 0,9 г, углеводы - 5,0 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 35,4

Суп с морепродуктами	*270/130 г*	*1 390,00*

(чеснок,соль пищевая,сахар,томаты очищенные,масло растительное,паприка сладкая,орегано,бульон куриный,перец душистый горошек,лавровый лист,лук репчатый,мидии,дорадо,кальмар командорский,креветки,масло оливковое,орегано,лук-шалот

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,9 г, жиры - 7,7 г, углеводы - 4,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 111,4

Торты Целые Г

Целая Пахлава 40 шт	*1 кг*	*11 800,00*

В 100 г: белки - 222,2 г, жиры - 679,1 г, углеводы - 1 141,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 11 566,8

Целый Банановый брауни с соленой карамелью 3 кг	*3 кг*	*11 850,00*

В 100 г: белки - 4,3 г, жиры - 20,6 г, углеводы - 43,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 377,0

Целый Морковный торт 2,250 кг	*2,250 г*	*11 850,00*

В 100 г: белки - 5,2 г, жиры - 23,4 г, углеводы - 29,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 348,4

Целый Профитроли 3,6 кг	*3,6 кг*	*16 500,00*

В 100 г: белки - 5,6 г, жиры - 17,5 г, углеводы - 33,7 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 314,9

Целый Тирамису 1,250 кг	*1,250 кг*	*9 500,00*

В 100 г: белки - 5,5 г, жиры - 24,4 г, углеводы - 37,2 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 390,4

Целый торт Фисташка малина 2,1 кг	*2,1 кг*	*13 750,00*

В 100 г: белки - 6,1 г, жиры - 32,1 г, углеводы - 31,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 439,2

Целый торт Чёрный лес 3,150 кг	*3,150 кг*	*11 850,00*

В 100 г: белки - 3,0 г, жиры - 11,1 г, углеводы - 32,5 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 242,2

Целый Три лече 2,4 кг	*2,4 кг*	*11 850,00*

В 100 г: белки - 6,0 г, жиры - 16,8 г, углеводы - 30,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 296,4

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ Г

Греческая фета с оливками	*100/30 г*	*690,00*

В 100 г: белки - 15,9 г, жиры - 19,6 г, углеводы - 1,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 247,7

Овощное ассорти	*420 г*	*1 500,00*

В 100 г: белки - 1,1 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 3,6 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 20,1

Перцы с кремом из тунца	*180 г*	*890,00*

(перец рамиро,масло растительное,соль,сахар,чеснок,перец чили,тимьян,майонез японский,сыр креметте,тунец консервированный,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 5,7 г, жиры - 5,6 г, углеводы - 4,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 92,0

Перцы с кремом из Фета	*120/70 г*	*890,00*

(перец рамиро,масло растительное,соль,сахар,чеснок,перец чили,тимьян,сыр фета,мацони,молоко,сливки,каймак,кинза,мята,масло оливковое,орегано

Не хранить)
В 100 г: белки - 6,8 г, жиры - 6,6 г, углеводы - 3,9 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 102,2

Тар тар из говядины	*90/50 г*	*950,00*

(говяжья вырезка,соус табаджан,чеснок,яйцо куриное,горчица дижонская,соус вустерский,каперсы,масло растительное,паста из анчоусов,соль,уксус винный,соус табаско,сок лимона,сыр пармезан,масло оливковое,мед цветочный,горчица зернистая,лук крымский,уксус столовый,лук зеленый,яйцо перепелиное

Не хранить)
В 100 г: белки - 10,7 г, жиры - 21,8 г, углеводы - 3,3 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 252,4

Тар тар из лосося с авокадо	*120 г*	*950,00*

(филе лосося,авокадо,масло оливковое,сок лайма,соус мирин,соль,уксус винный,сахар,помидоры,соус понзу,соус соевый,стружка из тунца,сок апельсина,сок лимона,уксус рисовый,корень хрена,лук зеленый,соус-крем бальзамический

Не хранить)
В 100 г: белки - 11,3 г, жиры - 18,3 г, углеводы - 4,8 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 228,6

Тартар из гребешка и лосося	*150 г*	*1 390,00*

(лосось,гребешок,соль пищевая,соус понзу,соус соевый,соус цитронет,сок апельсина,сок лимона,сахар,масло оливковое,сок лайма,соус юдзу,авокадо,соус мирин,лук зеленый,цедра лимона

Не хранить)
В 100 г: белки - 7,5 г, жиры - 22,4 г, углеводы - 4,4 г
Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 249,4

ШАРИКИ МОРОЖЕНОГО Г

Мороженое ванильное	*50 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 4,2 г, жиры - 13,2 г, углеводы - 28,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 248,9		
Мороженое Сицилийская фисташка	*50 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 4,2 г, жиры - 13,2 г, углеводы - 28,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 248,9		
Мороженое соленая карамель	*50 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 4,2 г, жиры - 13,2 г, углеводы - 28,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 248,9		
Мороженое Халва	*50 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 4,2 г, жиры - 13,2 г, углеводы - 28,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 248,9		
Мороженое Шоколад	*50 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 4,2 г, жиры - 13,2 г, углеводы - 28,3 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 248,9		
Сорбет груша юдзу	*60 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 4,2 г, углеводы - 18,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 121,8		
Сорбет клубника базилик	*50 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 4,2 г, углеводы - 18,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 121,8		
Сорбет кокос	*60 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 4,2 г, углеводы - 18,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 121,8		
Сорбет лимон	*60 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 4,2 г, углеводы - 18,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 121,8		
Сорбет манго	*60 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 4,2 г, углеводы - 18,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 121,8		
Сорбет облепиха	*60 г*	*350,00*
В 100 г: белки - 2,5 г, жиры - 4,2 г, углеводы - 18,5 г Энергетическая ценность на 100 г, ккал: 121,8		

Утверждаю Митюкова Алена Игоревна