

fit appetit лобачевского

**Блюда
и напитки**

fitappetit.ru

fit appétit лобачевского

**Работаем с 8:30 до 20 часов в будни
и с 9:30 до 20 часов в выходные**

Кухня принимает последний заказ
за 15 минут до закрытия.

Доставка в палату: +7 915 223-12-23

Принимаем заказы на доставку до 19:00. Если у вас особая диета,
при выборе блюд проконсультируйтесь с лечащим врачом.
Стоимость доставки — 100 рублей.
Оплата наличными. Доставляем от 15 минут.

@fitappetit

Подпишитесь на наш канал в Telegram.

Доставка питания SOLO

Закажите премиальный рацион здорового
питания на целый день — SoloFood.ru

fitappetit.ru

Завтраки

Овсяная каша: на воде или на молоке **280**

Добавьте к каше: курагу (+ 60), грецкие орехи (+ 110), кедровые орешки (+ 110), изюм (+ 60); варенье: клубничное, малиновое или вишнёвое (+ 60)

База без добавок — 250 г, 476 ккал, Б10 / Ж16 / У73

Хрустящие тосты с ветчиной и сыром **280**

170 г, 613 ккал, Б24 / Ж41 / У37

Картофельные драники с лососем и творожным сыром **460**

140 г, 434 ккал, Б12 / Ж34 / У20

NEW Яблочные драники с творожным сыром и карамелью **280**

200/40 г, 698 ккал, Б6 / Ж38 / У83

NEW Творожная запеканка с запечённой грушей **360**

270 г, 505 ккал, Б28 / Ж19 / У54

Органический творог **260**

Добавьте к творогу: грецкие орехи (+ 110), кедровые орешки (+ 110), варенье: клубничное, малиновое или вишневое (+ 60), сметану (+ 60)

База без добавок — 150 г, 215 ккал, Б24 / Ж11 / У5

Глазунья из двух или трёх яиц **110 / 140**

Добавьте к глазунье: ветчину из индейки (+ 60), сыр гауда (+ 80), шампиньоны (+ 60), помидоры (+ 60), болгарский перец (+ 60), бекон (+ 80)

Два яйца — 80 г, 208 ккал, Б15 / Ж16 / У1; Три яйца — 120 г, 299 ккал, Б22 / Ж23 / У1

NEW Яйцо Бенедикт с беконом / лососем **460 / 650**

С беконом — 200 г, 624 ккал, Б28 / Ж47 / У28; С лососем — 200 г, 526 ккал, Б23 / Ж36 / У27

Закрытый омлет с курицей, томатами и сыром **420**

220/30 г, 550 ккал, Б43 / Ж38 / У9

NEW Норвежский омлет с лососем и творожным сыром **580**

260 г, 561 ккал, Б31 / Ж46 / У6

NEW Домашние блинчики **180**

Добавьте варенье: клубничное, малиновое, вишневое (+ 60) или сметану (+ 60)

База без добавок — 150 г, 566 ккал, Б16 / Ж18 / У85

Добавки: Курага — 10 г, 20 ккал, Б0 / Ж0 / У5; Грецкие орехи — 30 г, 198 ккал, Б5 / Ж18 / У4; Кедровые орехи — 20 г, 144 ккал, Б5 / Ж12 / У4; Изюм — 10 г, 28 ккал, Б0 / Ж0 / У7; Сметана — 30 г, 62 ккал, Б1 / Ж6 / У1; Клубничное варенье — 30 г, 76 ккал, Б0 / Ж0 / У19; Малиновое варенье — 30 г, 64 ккал, Б0 / Ж0 / У16; Вишневое варенье — 30 г, 92 ккал, Б0 / Ж0 / У23; Ветчина из индейки — 30 г, 79 ккал, Б4 / Ж7 / У0; Моцарелла — 30 г, 91 ккал, Б7 / Ж7 / У0; Шампиньоны — 30 г, 4 ккал, Б1 / Ж0 / У0; Помидоры — 30 г, 7 ккал, Б0 / Ж0 / У2; Болгарский перец — 30 г, 7 ккал, Б0 / Ж0 / У2; Бекон — 30 г, 115 ккал, Б4 / Ж11 / У0

Салаты и закуски

	Цезарь с куриной грудкой на гриле	450
	175 г, 379 ккал, Б26 / Ж23 / У17	
	Цезарь с креветками	620
	165 г, 499 ккал, Б20 / Ж39 / У17	
	Греческий салат с фетой	350
	210 г, 288 ккал, Б11 / Ж24 / У7	
	Тёплый салат с говяжьей вырезкой с томлёными овощами	550
	150 г, 252 ккал, Б19 / Ж18 / У12	
NEW	Тёплый салат с куриной печенью	390
	В сливочном соусе	
	160 г, 289 ккал, Б20 / Ж21 / У5	
NEW	Салат с бакинскими томатами	390
	220/30 г, 245 ккал, Б0 / Ж10 / У14	
NEW	Салат с тунцом на гриле, картофелем черри	600
	С яйцом в хрустящей панировке	
	300 г, 425 ккал, Б34 / Ж23 / У19	
	Салат с кальмарами на гриле и авокадо	480
	150 г, 236 ккал, Б14 / Ж18 / У5	

Супы

	Борщ с говядиной и черносливом	320
	250/30 г, 363 ккал, Б11 / Ж23 / У28	
	Бульон с фрикадельками из птицы и яйцом	230
	250 г, 144 ккал, Б10 / Ж8 / У8	
NEW	Сливочный грибной крем-суп	320
	250/10 г, 395 ккал, Б9 / Ж33 / У16	
	Том-ям с курицей / креветками	350 / 530
	С курицей — 350 г, 303 ккал, Б16 / Ж19 / У17; С креветками — 350 г, 291 ккал, Б13 / Ж19 / У17	
NEW	Окрошка на квасе / кефире	220
	На квасе — 250/30 г, 308 ккал, Б12 / Ж20 / У19; На кефире — 270 г, 189 ккал, Б17 / Ж7 / У14	

Горячее

	Котлеты из птицы с овощами	420
	120/20/15 г, 249 ккал, Б27 / Ж13 / У6	
	Филе индейки на гриле с киноа и травами	490
	С овощами и сливочно-пряным соусом	
	140/150/30 г, 490 ккал, Б32 / Ж28 / У26	
	Бефстроганов из телятины с пюре и грибами	620
	130/150 г, 585 ккал, Б24 / Ж41 / У30	
	Говяжья вырезка с миксом салатов и кукурузой на гриле	860
	С перечным соусом	
	130/60/20 г, 295 ккал, Б34 / Ж11 / У15	
NEW	Куриные шашлычки на гриле	490
	Со средиземноморской pitой и зелёным салатом	
	270/50 г, 567 ккал, Б32 / Ж33 / У37	
	Стейк атлантического лосося: на гриле или на пару	1200
	100/25 г, 428 ккал, Б26 / Ж36 / У0	
	Рыбные котлеты из трески и судака	520
	С картофельным пюре, шпинатом и сливочно-кокосовым соусом	
	225 г, 462 ккал, Б25 / Ж32 / У18	
NEW	Томлёная треска в томатном соусе «Аква Пацца»	720
	240/50 г, 468 ккал, Б29 / Ж26 / У30	
NEW	Спагетти карбонара	420
	250 г, 595 ккал, Б29 / Ж30 / У52	
	Спагетти с цыпленком и соусом песто	460
	330 г, 503 ккал, Б30 / Ж19 / У53	
	Вок на выбор: гречневая лапша, удон или рис	
	На выбор: с куриным филе (360), с овощами (330), с креветками (530), с говядиной (490)	
	С куриным филе — 260 г, 578 ккал, Б27 / Ж26 / У59; С овощами — 260 г, 463 ккал, Б11 / Ж19 / У62; С креветками — 260 г, 566 ккал, Б22 / Ж22 / У70; С говядиной — 260 г, 507 ккал, Б24 / Ж15 / У69	
	Гарниры	
	Рис (130), гречка (130), картофельное пюре (180), овощи на гриле (260), брокколи на пару (250), обжаренный картофель черри (200)	

Вода, лимонады, соки

Минеральная вода без газа	120 / 190
0,5 / 1 л	
Минеральная вода «Боржоми»	220
0,5 л	
Coca Cola, Sprite, Fanta, Schweppes	220
0,33 л	
Schweppes	250
0,25 л	
Соки Pago	
Выберите вкус: апельсин (180), томат (180), ананас (180), яблоко (180), персик (180), вишня (220), клюква (220)	
0,2 л	
Свежевыжатые соки	
На выбор: апельсиновый (260), грейпфрутовый (260), яблочный (260), морковный (220), сельдереевый (290)	
Стоимость за 200 мл	

Кофе класса specialty

Эспрессо	160
Доппио	200
Американо	200
Капучино	200
Можно заказать двойной капучино (320)	
Латте	220
Можно заказать двойной латте (320)	
Раф	350
Флет уайт	250

COFFEE Напитки готовим на бленде 100% арабики натуральной обработки из Эфиопии (Сидамо) и Бразилии (Суль-ди-Минас). Обжарка собственная, средняя. Во вкусе лёгкая кислотность, в аромате — тёмные ягоды и шоколад.

Чай

Эрл Грей Чёрный чай, ароматизированный маслом бергамота	230
Черный Ассам Высокогорный крупнолистовой сорт чая	230
Благородная сенча Классический японский зелёный чай для укрепления иммунитета	230
Алтайский чай с чабрецом Обладает ярким вкусом и сильным противовоспалительным действием	230
Чай с жасмином Зелёный чай со свежим вкусом и ароматом жасмина	230
Молочный улун Обладает приятным вкусом и насыщенным ароматом	230
Ягодный черный чай Микс ягод с черным чаем	230
Пряный чай с корицей и мятой	230
Пакетированный в чашке	60

Сладкое

Вся свежая выпечка и десерты выставлены в витрине.