

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.

fitappetit.ru

Завтраки

- Овсяная каша: на воде или на молоке** **280**
Добавьте 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
- пост Овсяная каша на кокосовом молоке с семенами чиа** **360**
300 г, 356 ккал, Б12 / Ж7 / У57
- пост Вареники с картофелем и хрустящим луком** **420**
170 г, 314 ккал, Б8 / Ж8 / У55
- Хрустящие тосты с ветчиной и сыром** **280**
170 г, 613 ккал, Б24 / Ж41 / У37
- Картофельные драники с лососем и творожным сыром** **580**
140 г, 434 ккал, Б12 / Ж34 / У20
- Сырники из органического творога** **280**
Добавьте сметану (+ 60), варенье: клубничное, малиновое или вишнёвое (+ 60), соус из спелого манго (+ 80)
База без добавок — 150 г, 282 ккал, Б22 / Ж12 / У22
- Органический творог** **260**
Добавьте грецкие орехи (+ 110), кедровые орешки (+ 110), сметану (+ 60), варенье: клубничное, малиновое или вишневое (+ 60); курагу (+60), изюм (+ 60)
База без добавок — 150 г, 215 ккал, Б24 / Ж11 / У5
- Глазунья из двух или трёх яиц** **110 / 150**
Добавьте 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
- Закрытый омлет с курицей, томатами и сыром** **450**
220/30 г, 550 ккал, Б43 / Ж38 / У9
- Домашние блинчики** **180**
Добавьте сметану (+ 60), варенье: клубничное, малиновое или вишнёвое (+ 60)
База без добавок — 150 г, 566 ккал, Б16 / Ж18 / У85

Салаты и закуски

	Цезарь с куриной грудкой на гриле	480
	175 г, 379 ккал, Б26 / Ж23 / У17	
	Цезарь с креветками	680
	165 г, 499 ккал, Б20 / Ж39 / У17	
	Греческий салат с фетой	350
	210 г, 288 ккал, Б11 / Ж24 / У7	
пост	Овощной салат из помидоров огурцов, авокадо, редиса	520
	Добавьте креветки на гриле (+ 260)	
	Салат без добавок — 160 г, 197 ккал, Б4 / Ж18 / У5	
	Тёплый салат с куриной печенью в сливочном соусе	450
	160 г, 289 ккал, Б20 / Ж21 / У5	
пост	Тайский салат из хрустящих баклажанов с кинзой	420
	160 г, 258 ккал, Б7 / Ж16 / У29	
пост	Салат с клубникой и авокадо с медовой заправкой	430
	175 г, 234 ккал, Б4 / Ж20 / У9	
	Салат с кальмарами на гриле и авокадо	520
	150 г, 236 ккал, Б14 / Ж18 / У5	

Супы

	Борщ с говядиной и сметаной	360
	250/50 г, 361 ккал, Б11 / Ж23 / У28	
NEW	Бульон из птицы с лапшой и яйцом	230
	250/30 г, 214 ккал, Б11 / Ж17 / У4	
	Сливочный грибной крем-суп	380
	250/10 г, 395 ккал, Б9 / Ж33 / У16	
	Тыквенный крем-суп с моцареллой	360
	250/25 г, 387 ккал, Б8 / Ж26 / У32	
	Том-ям с курицей / креветками	360 / 560
	С курицей — 350 г, 303 ккал, Б16 / Ж19 / У17; С креветками — 350 г, 291 ккал, Б13 / Ж19 / У17	
пост	Пряный суп-пюре из красной чечевицы	380
	300/10/10 г, 174 ккал, Б12 / Ж8 / 32	

Горячее

пост	Запечённый баклажан С соте из болгарского перца, цукини и шаминьонов, с песто 230 г, 252 ккал, Б1 / Ж18 / У14	380
пост	Картофель с луком, грибами и трюфельным маслом 229 г, 237 ккал, Б8 / Ж5 / У40	380
	Котлеты из птицы с овощами 120/20/15 г, 249 ккал, Б27 / Ж13 / У6	420
	Филе индейки на гриле с киноа и травами 140/150/30 г, 490 ккал, Б32 / Ж28 / У26	540
	Бефстроганов из телятины с пюре и грибами 130/150 г, 585 ккал, Б24 / Ж41 / У30	620
	Куриные шашлычки на гриле с pitой и зелёным салатом 270/50 г, 567 ккал, Б32 / Ж33 / У37	520
	Кесадилья с курицей и овощами Можно заказать только с овощами (480) С куриным филе и овощами — 230/30/30/5 г, 572 ккал, Б18 / Ж34 / У49; Только с овощами — 230/30/30 г, 470 ккал, Б35 / Ж15 / У50	520
	Стейк атлантического лосося: на гриле или на пару 100/25 г, 428 ккал, Б26 / Ж36 / У0	980
пост	Шпинатная паста с томатами и артишоками 275 г, 412 ккал, Б15 / Ж8 / У69	580
	Фетучини с креветками 320 г, 770 ккал, Б30 / Ж46 / У57	720
	Спагетти карбонара 250 г, 595 ккал, Б29 / Ж30 / У52	530
	Спагетти с цыпленком и соусом песто 330 г, 503 ккал, Б30 / Ж19 / У53	500
	Вок на выбор: гречневая лапша, удон или рис На выбор: только с овощами (330), с куриным филе (380), с креветками (580) С овощами — 260 г, 463 ккал, Б11 / Ж19 / У62; С куриным филе — 260 г, 578 ккал, Б27 / Ж26 / У59; С креветками — 260 г, 566 ккал, Б22 / Ж22 / У70	

Гарниры

Рис (150), гречка (150), картофельное пюре (180), овощи на гриле (260), брокколи на пару (220), обжаренный картофель черри (180)

Вода, лимонады, соки

Минеральная вода без газа 0,5 / 1 л	140 / 200
Минеральная вода «Боржоми» 0,5 л	220
Добрый: кола / манго / апельсин / лимон 0,33 л	180
Red Bull 0,25 л	260
Соки Il Primo Выберите вкус: томат, яблоко, вишня, апельсин, грейпфрут, мультивитамин, ананас 0,2 л	180
Свежевыжатые соки На выбор: апельсиновый (260), грейпфрутовый (290), яблочный (260), морковный (260), сельдереевый (290) Стоимость за 200 мл	

Кофе класса specialty

Кофейная классика

- Эспрессо: стандартный / доппио (160 / 200);
- Americano (200);
- Капучино: стандартный / большой (200 / 320);
- Латте: стандартный / большой (220 / 320);
- Флет уайт (220)

NEW Авторские напитки

- Ванильный раф (350);
- Раф с халвой (350);
- Мятный мокко (350)

Extra

- Дополнительный шот эспрессо в напиток (60);
- Кокосовое, миндальное или соевое «молоко» (60)

COFFEE Напитки готовим на бленде 100% арабики натуральной обработки. 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.