

fit appetit лобачевского

**Блюда
и напитки**

fitappetit.ru

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 питания SOLO

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

Доставка в палату

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.

Телефон доставки — +7 915 223 12 23

Узнайте больше о fit appétit

Заходите на сайт: fitappetit.ru

Подпишитесь в инстаграме: [@fitappetit.ru](https://www.instagram.com/fitappetit.ru)

Завтраки

Овсяная каша: на воде или на молоке **230**

Добавьте к каше: курагу (+ 40), грецкие орехи (+ 80), кедровые орешки (+ 100), изюм (+ 40); варенье: клубничное, малиновое или вишнёвое (+ 40)

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

NEW Каша из киноа на кокосовом молоке **280**

250 г, 249 ккал, Б10 / Ж5 / У41

Хрустящие тосты с ветчиной и сыром **210**

170 г, 613 ккал, Б24 / Ж41 / У37

NEW Тост из ржаной булочки с ростбифом и жареным яйцом **340**

200 г, 291 ккал, Б19 / Ж11 / У29

Картофельные драники с лососем и творожным сыром **410**

140 г, 434 ккал, Б12 / Ж34 / У20

NEW Круассан с лососем и яйцом пашот **430**

165 г, 425 ккал, Б16 / Ж29 / У25

NEW Сырники из органического творога с манговым соусом **340**

140/25/15 г, 349 ккал, Б22 / Ж13 / У36

Органический творог **230**

Добавьте к творогу: грецкие орехи (+ 80), кедровые орешки (+ 100), варенье: клубничное, малиновое или вишневое (+40), сметану (+ 50)

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

Творожная запеканка с малиновым соусом и сметаной **280**

150/30/30 г, 690 ккал, Б23 / Ж17 / У48

Глазунья из двух или трёх яиц **90 / 130**

Добавьте к глазунье: ветчину из индейки (+ 60), моцареллу (+ 60), шампиньоны (+ 60), помидоры (+ 40), болгарский перец (+ 50), 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 **360**

220/30 г, 550 ккал, Б43 / Ж38 / У9

Домашние блинчики **170**

Добавьте варенье: клубничное, малиновое, вишневое (+ 40) или сметану (+ 50)

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

Лобачевского

Салаты и закуски

	Цезарь с куриной грудкой на гриле	420
	175 г, 379 ккал, Б26 / Ж23 / У17	
	Цезарь с креветками	550
	165 г, 499 ккал, Б20 / Ж39 / У17	
	Греческий салат с фетой	330
	210 г, 288 ккал, Б11 / Ж24 / У7	
NEW	Теплый салат с куриной печенью в сливочном соусе	360
	160 г, 289 ккал, Б20 / Ж21 / У5	
NEW	Хумус из красной чечевицы с авокадо и песто	390
	150 г, 250 ккал, Б6 / Ж22 / У7	
NEW	Салат с ростбифом и красной фасолью	360
	С домашним майонезом	
	150 г, 304 ккал, Б23 / Ж16 / У17	

Супы

	Борщ с говядиной и черносливом	260
	250/30 г, 363 ккал, Б11 / Ж23 / У28	
	Бульон с фрикадельками из птицы и яйцом	190
	250 г, 144 ккал, Б10 / Ж8 / У8	
NEW	Гуляш по-венгерски	280
	250/30 г, 231 ккал, Б10 / Ж15 / У14	
NEW	Том-ям с курицей / креветками	330 / 510
	С курицей — 350 г, 303 ккал, Б16 / Ж19 / У17; С креветками — 350 г, 291 ккал, Б13 / Ж19 / У17	
NEW	Японский бульон с лососем и соусом песто	480
	290 г, 216 ккал, Б19 / Ж12 / У8	

Горячее

- NEW** **Котлеты из птицы с овощами** **360**
120/20/15 г, 249 ккал, Б27 / Ж13 / У6
- NEW** **Филе индейки с пюре из брокколи и белыми грибами** **490**
100/100/15 г, 187 ккал, Б26 / Ж7 / У5
- NEW** **Кесадила с индейкой / говядиной** **390 / 490**
С индейкой — 255/20 г, 564 ккал, Б31 / Ж28 / У47; С говядиной— 235/20 г, 596 ккал, Б29 / Ж32 / У48
- Бефстроганов из телятины с пюре и грибами** **550**
130/150 г, 585 ккал, Б24 / Ж41 / У30
- NEW** **Говяжья вырезка с миксом салатов и кукурузой на гриле** **760**
С перечным соусом
130/60/20 г, 295 ккал, Б34 / Ж11 / У15
- Стейк атлантического лосося: на гриле или на пару** **900**
100/25 г, 428 ккал, Б26 / Ж36 / У0
- NEW** **Рыбные котлеты с пюре из корня сельдерея и свеклы** **490**
С кокосовым соусом
100/150/30 г, 330 ккал, Б24 / Ж14 / У27
- NEW** **Спагетти с цыпленком и соусом песто** **420**
330 г, 503 ккал, Б30 / Ж19 / У53
- Фетучини с лососем и брокколи в сливочном соусе** **680**
350 г, 671 ккал, Б26 / Ж39 / У54
- Вок на выбор: гречневая лапша, удон или рис**
На выбор: с куриным филе (330), с овощами (290), с креветками (480), с говядиной (420)
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 (100), гречка (100), картофельное пюре (100), овощи на гриле (250), брокколи на пару (200), обжаренный картофель черри (180)

Вода, лимонады, соки

Минеральная вода без газа	100 / 150
0,5 / 1 л	
Минеральная вода «Боржоми»	180
0,5 л	
Coca Cola, Sprite, Fanta, Schweppes	180
0,33 л / 0,25 л	
Соки Раго	
Выберите вкус: апельсин (150), томат (150), ананас (150), яблоко (150), персик (150), вишня (180), клюква (180)	
0,2 л	
Свежевыжатые соки	
На выбор: апельсиновый (200), грейпфрутовый (220), яблочный (200), морковный (180), сельдереевый (230)	
Стоимость за 200 мл	

Кофе класса specialty

Эспрессо	150
Доппио	190
Американо	150
Капучино	180
Можно заказать двойной капучино (300)	
Латте	200
Можно заказать двойной латте (300)	
Раф	300
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 Черный чай, ароматизированный маслом бергамота	180
Черный Ассам Высокогорный крупнолистовой сорт чая	180
Благородная сенча Классический японский зеленый чай для укрепления иммунитета	180
Алтайский чай с чабрецом Обладает ярким вкусом и сильным противовоспалительным действием	180
Чай с жасмином Зеленый чай со свежим вкусом и ароматом жасмина	180
Молочный улун Обладает приятным вкусом и насыщенным ароматом	200
Ягодный черный чай Микс ягод с черным чаем	180
Пряный чай с корицей и мятой	130
Пакетированный в чашке	60

Сладкое

Вся свежая выпечка и десерты выставлены в витрине.