

# СЛОЁНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Классический круассан

Стоимость: 90р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйцо куриное, вода, сахар, соль, дрожжи.

Вес порции гр 70 кКал на порцию 284,3 Жиры 22,1 Белки 7,1 Углеводы 35,3

♥ без маргарина

Круассан с миндалём

Стоимость: 180р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, соль, дрожжи, миндальные лепестки, сахарная пудра, молотый миндаль, сахар, сливочное масло, молоко, яйцо, фундучное пралине, крахмал кукурузный, ваниль

Вес порции гр 130 кКал на порцию 369,3 Жиры 21,2 Белки 9,7 Углеводы 41,3

♥ без маргарина

Круассан с кокосовым кремом и зелёной матчей

Стоимость: 160р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, соль, дрожжи, сливки 33%, молоко, пюре кокоса, сахар, кокосовая стружка, кукурузный крахмал, яйцо куриное, сахарная пудра, чай матча, сок лимона, шпинат сублимированный

Вес порции гр 150 кКал на порцию 312,15 Жиры 19,1 Белки 15 Углеводы 42,1

♥ без маргарина

Круассан с шоколадным кремом

Стоимость: 120р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, бельгийский шоколад, вода, сахар, соль, дрожжи, ваниль, кукурузный крахмал.

Вес порции гр 130 кКал на порцию 394,8 Жиры 35,3 Белки 12,4 Углеводы 60,3

♥ без маргарина

### Круассан манго и маракуйя

Стоимость: 170р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйцо куриное, вода, сахар, соль, дрожжи, пюре манго, маракуйя, сахар, пектин, глазурь, куркума

Вес порции гр 150 кКал на порцию 367,6 Жиры 33,9 Белки 7,9 Углеводы 36,2

♥ без маргарина

### Круассан лимоном и меренгой

Стоимость: 140р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйцо куриное, вода, сахар, соль, дрожжи, сок лимона, цедра лимона, желатин

Вес порции гр 150 кКал на порцию 367,6 Жиры 33,9 Белки 7,9 Углеводы 36,2

♥ без маргарина

### Круассан с чёрной смородиной

Стоимость: 130р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйцо куриное, вода, сахар, соль, дрожжи, сок лимона, цедра апельсина, чёрная смородина, пектин

Вес порции гр 150 кКал на порцию 353,1 Жиры 27,1 Белки 5,6 Углеводы 29,5

♥ без маргарина

### Круассан с прованскими травами

Стоимость: 90р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, вода, сахар, соль, дрожжи, базилик, мята, розмарин, майоран, орегано, соль поваренная пищевая, тимьян, шалфей.

Вес порции г. 70 кКал на порцию 287,5 Жиры 22,1 Белки 7,1 Углеводы 35,3

♥ без маргарина

### Улитка с изюмом и кремом патисьер

Стоимость: 90р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, вода, сахар, соль, дрожжи, изюм, ваниль, кукурузный крахмал

Вес порции гр. 120 кКал на порцию 307,8 Жиры 28,7 Белки 10,2 Углеводы 53,4

♥ без маргарина

### Улитка с фундучным пралине и карамелью

Стоимость: 120р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, дрожжи, фундук жаренный, сахар, соль, масло виноградной косточки, сливки, желатин, морская соль

Вес порции гр. 170 кКал на порцию 392,45 Белки 34,3 Жиры 16,5 Углеводы 56,3

♥ без маргарина

### Кленовый пекан

Стоимость: 180р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйцо куриное, вода, сахар, соль, дрожжи, орех пекан, кленовый сироп, фундук

Вес порции гр. 150 кКал на порцию 328,1 Белки 27,1 Жиры 11,2 Углеводы 32,5

♥ без маргарина

## ДЕСЕРТЫ

### Маффин с бананом

Стоимость: 95р

Состав: Мука пшеничная, мука пшеничная цельнозерновая, разрыхлитель, соль, топленое масло, тростниковый сахар, яйца, кефир, пюре банана.

Вес порции гр 150 кКал на порцию 298,4 Белки 28,9 Жиры 7,5 Углеводы 44,1

♥ деревенское топленое масло

### Маффин с черникой

Стоимость: 95р

Состав: Мука пшеничная, мука пшеничная цельнозерновая, разрыхлитель, соль, топленое масло, тростниковый сахар, яйца, кефир, черника.

Вес порции гр 150 кКал на порцию 276,2 Белки 22,7 Жиры 7,2 Углеводы 43,9

♥ деревенское топленое масло

### Торт Наполеон

Стоимость: 95р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, вода, сахар, соль, дрожжи, ваниль, сгущенное молоко

Вес порции гр 150 кКал на порцию 278,5 Белки 29,9 Жиры 9,9 Углеводы 43,1

♥ без маргарина

### Ванильная тарталетка с физалисом

Стоимость: 155р

Состав: масло сливочное, сахарная пудра, миндальная мука, яйцо, молоко, мука пшеничная высшего сорта, белый шоколад, физалис

Вес порции гр 60 кКал на порцию 121,6 Белки 15,9 Жиры 5,9 Углеводы 19,3

♥ миндальная мука

### Шоколадная тарталетка с голубикой

Стоимость: 155р

Состав: масло сливочное, сахарная пудра, яйцо, мука пшеничная высшего сорта, какао raw, голубика, шоколад молочный, сливки 33%

Вес порции гр 70 кКал на порцию 133,2 Белки 19,7 Жиры 6,7 Углеводы 31,8

♥ raw какао

### Ягодный торт

Стоимость: 185р

Состав: мука пшеничная, масло сливочное, сахар, яйцо, сливки 33%, какао, желатин, пюре клубника, пюре малина, шоколад белый, молоко коровье, фисташки

Вес порции гр 117 кКал на порцию 189,2 Белки 19,9 Жиры 7,5 Углеводы 37,9

♥ натуральное ягодное пюре

### Шпинатный десерт с малиной и кремом чиз

Стоимость: 195р

Состав: шпинат, масло растительное, яйцо, сахар, мука пшеничная высшего сорта, ванильный экстракт, лимон, сливки 33%, сливочный сыр, пюре малины

Вес порции гр 159 кКал на порцию 174,5 Белки 21,2 Жиры 8,9 Углеводы 33,7

♥ шпинат

### Торт йогурт маракуйя

Стоимость: 265р

Состав: яйцо, кефир, сироп топинамбура, мука рисовая, кукурузный крахмал, сливки 33%, йогурт, желатин, пюре манго, пюре маракуя, пюре ананаса

Вес порции гр 135 кКал на порцию 211,4 Белки 31,9 Жиры 10,6 Углеводы 27,8

♥ gluten free, sugar free

### Брауни из авокадо

Стоимость: 235р

Состав: банан, авокадо, сахар тростниковый, сода, мука высшего сорта, шоколад темный, миндальная мука, какао порошок, какао масло, миндальные лепестки

Вес порции гр 121 кКал на порцию 310,2 Белки 39,8 Жиры 11,7 Углеводы 21,1

♥ vegan

### Сочник

Стоимость: 90р

Состав: мука в/с, мука ц/з, яйца, сахар, масло сливочное, творог, разрыхлитель, манка, сметана

Вес порции гр 120 кКал на порцию 238 Белки 14 Жиры 8 Углеводы 2,7

♥ деревенский творог

### Маковый торт

Стоимость: 190р

Состав: мак, грецкий орех, белок, тростниковый сахар, топленое масло, кэроб

Вес порции гр 150 кКал на порцию 296,95 Белки 37,8 Жиры 9,5 Углеводы 22,4

♥ gluten free

### Кусочек Бали

Стоимость: 360р

Состав: Миндаль, фундук, какао порошок, финики, масло кокосовое, пюре манго, молоко кокосовое, сироп топинамбура, орех кешью, пюре малины

Вес порции гр 250 кКал на порцию 298 Белки 28,1 Жиры 8,1 Углеводы 21,1

♥ vegan, gluten free, sugar free, raw

Карамельны чиз

Стоимость: 360р

Состав: Финики, стружка кокосовая, миндаль, масло кокосовое, соль, кешью, молоко кокосовое, лимон, сливки кокосовые, сахар кокосовый, ванилин

Вес порции гр 200 кКал на порцию 319 Белки 26,2 Жиры 9,2 Углеводы 25,33

♥ vegan, gluten free, raw

## ПЕЧЕНЬЯ

Овсяное печенье

Стоимость: 60р

Состав: Овсяные хлопья, сахар, разрыхлитель, лимонная цедра и сок, яблочное пюре, фундук, миндаль

Вес порции гр 60 кКал на порцию 75,95 Белки 5,6 Жиры 4,3 Углеводы 24,1

♥ vegan

Миндально-арахисовое печенье

Стоимость: 60р

Состав: Сливочное масло, сахар, цедра лимона, миндаль, арахис, мука в/с

Вес порции гр 60 кКал на порцию 91,85 Белки 15,9 Жиры 5,6 Углеводы 22,8

♥ арахисовая паста

## КОНФЕТЫ

Кокосовая ириска

Стоимость: 90р

Состав: сахар кокосовый, сироп глюкозы, сливки 33%, масло сливочное, соль

Вес порции гр 15 кКал на порцию 10,57 Белки 4,1 Жиры 2,3 Углеводы 10,2

♥ кокосовый сахар

### Халва в коробе

Стоимость: 150р

Состав: Семена подсолнечника, арахисовая паста, кокосовое масло, сироп топинамбура, кэроб

Вес порции гр 70 кКал на порцию 240 Белки 33,1 Жиры 9,4 Углеводы 16,3


 vegan

### Тыквенное рафаэлло

Стоимость: 110р

Состав: Тыквенные семечки, кокосовое масло, кокосовая стружка, кокосовая паста, сироп топинамбура, миндаль

Вес порции гр 60 кКал на порцию 205,15 Белки 31,4 Жиры 9,1 Углеводы 10,1


 raw, vegan

### Картошка

Стоимость: 150р

Состав: Миндаль, финики, какао, сироп топинамбура, кокосовое масло.

Вес порции гр 60 кКал на порцию 246,5 Белки 18,6 Жиры 7,6 Углеводы 23,2


 raw, vegan

### Батончик Рот фронт тёмный

Стоимость 150р

Состав: арахис, кешью, масло какао, тёртое какао, выпаренный тростниковый сок, цельнозерновая мука из зелёной гречки, рисовая мука, соль розовая гималайская, ваниль, мескит (порошок из плодов мескитового дерева)

Вес порции гр 35 Ккал на порцию 185,15 Белки 3,99 Жиры 10,745 Углеводы 17,6

 vegan, gluten free, raw

### Батончик Рот фронт светлый

Стоимость 150р

Состав: арахис, кешью, масло какао, выпаренный тростниковый сок, цельнозерновая мука из зелёной гречки, рисовая мука, соль розовая гималайская, ваниль

Вес порции гр 35 Ккал на порцию 188,6 Белки 3,4 Жиры 10,5 Углеводы 18,3

 vegan, gluten free, raw

## Батончик Сникерс

Стоимость 290р

Состав: выпаренный ячменный солод, жареный арахис, розовая гималайская соль, сироп топинамбура, тёртое какао, какао-масло, выпаренный тростниковый сок, кешью, цельнозерновая мука из зелёной гречки, ваниль

Вес порции гр 55 Ккал 129,6 Белки 5, 07 Жиры 9,03 Углеводы 12,7

 vegan, gluten free, raw

## Сникерс в белом шоколаде

Стоимость 295р

Состав: выпаренный ячменный солод, жареный арахис, розовая гималайская соль, сироп топинамбура, какао-масло, орех кешью, кокосовый сахар, рисовая мука, кешью, цельнозерновая мука из зелёной гречки, ваниль, кэрб

Вес порции гр 55 Ккал 131,3 Белки 6, 12 Жиры 9,6 Углеводы 13,1

 vegan, gluten free, raw

## Батончик Баунти

Стоимость 290р

Состав: выпаренный ячменный солод, кешью, кокосовая стружка, рисовое молоко, кокосовое масло, сироп топинамбура, тёртое какао, какао-масло, выпаренный тростниковый сок, кешью, цельнозерновая мука из зелёной гречки, ваниль

Вес порции гр 55 Ккал 119,3 Белки 6, 1 Жиры 8,06 Углеводы 11,7

 vegan, gluten free, raw

## Батончик малиновый баунти

Стоимость 295р

Состав: кокосовая стружка, рисовое молоко, кокосовое масло extra virgin, сироп топинамбура, какао-масло, тёртое какао, орех кешью, мука из зелёной гречки, малина сублимационной сушки, кокосовый сахар, ваниль

Вес порции гр 55 Ккал 115,1 Белки 6, 7 Жиры 8,78 Углеводы 12,1

 vegan, gluten free, raw



# МЯГКОЕ КОКОСОВОЕ МОРОЖЕНОЕ

Рожок 90р 120 гр | Креманка 150 гр 180р

Состав: сливки, кокосовое молоко, кокосовый сироп

Ккал на 100 гр 226,1 Белки 10,7 Жиры 19,06 Углеводы 27,7

Топинги:

Шоколад 30р

Карамель 30р

Кокосовая стружка 20р

Клубника 30р

Манго 50р

Питахайя 20р.

# КИШИ

Киш с лососем и пармезаном

Стоимость: 240р

Состав: лосось филе, брокколи, помидоры черри, сливки 33%, масло сливочное, сыр пармезан, сыр гауда, мука высшего сорта, миндальная пудра, яйцо куриное, соль

Вес порции гр 150 кКал на порцию 245,2 Белки 21,6 Жиры 8,7 Углеводы 12,8

Киш с курицей и овощами

Стоимость: 195р

Состав: масло сливочное, сыр пармезан, сыр тертый гауда, сливки 33%, мука пшеничная высшего сорта, миндальная пудра, яйцо, соль, брокколи, перец сладкий желтый, перец сладкий красный, курица, паприка

Вес порции гр 150 кКал на порцию 311,9 Белки 38,7 Жиры 17,1 Углеводы 15,8

Киш с овощным ассорти

Стоимость: 195р

Состав: масло сливочное, сыр пармезан, сыр тертый гауда, сливки 33%, мука пшеничная высшего сорта, миндальная пудра, яйцо, соль, брокколи, перец сладкий желтый, перец сладкий красный, кабачок, цветная капуста

Вес порции гр 150 кКал на порцию 226,1 Белки 20,5 Жиры 9,3 Углеводы 14,9

# СЭНДВИЧИ

Томатный круассан с сёмгой

Стоимость: 240р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, вода, сахар, соль, дрожжи, томатная паста, слабосоленая семга, свежий огурец, творожный сыр.

Вес порции гр 290 кКал на порцию 399,95 Белки 40,1 Жиры 22,4 Углеводы 49,2

Круассан с карбонадом и домашним майонезом

Стоимость: 190р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, вода, сахар, соль, дрожжи, горчица, соль, лимон, масло подсолнечное, карбонад, свежие томаты, укроп, пекинская капуста

Вес порции гр 290 кКал на порцию 471,2 Белки 45,4 Жиры 15,8 Углеводы 50,1

Томатный круассан с куриным филе

Стоимость: 190р

Состав: мука в/с пшеничная, сливочное масло, молоко, яйца, вода, сахар, соль, дрожжи, томаты сушеные, томатная паста, капуста пекинская, томаты, горчица, соль, лимон, масло подсолнечное, укроп, куриное филе

Вес порции гр 290 кКал на порцию 439,5 Белки 64,4 Жиры 23 Углеводы 51,9

## ЗАВТРАКИ

Овсяная каша со свежим бананом и домашней гранолой

Вес порции 200гр Ккал на порцию 183 Белки 4 Жиры 4,7 Углеводы 24,4

Рисовая каша со свежей клубникой

Вес порции 200гр Ккал на порцию 182,1 Белки 4,66 Жиры 5,66 Углеводы 30,30

Льняная каша с кумкватом и тыквенными семечками

Вес порции 200гр Ккал на порцию 122,4 Белки 6,43 Жиры 7,1 Углеводы 21,30

---

Стоимость

На воде 90Р

На растительном молоке кокосовом, миндальном, соевом, 170Р

Запечённые кокосовые сырники

Стоимость: 190р

Состав: Мука, молоко, стружка кокоса, творог, сахар, яйца, масло топленое

Вес порции гр 250 кКал на порцию 433 Белки 33 Жиры 17 Углеводы 36

♥ запечные

Чиа-пудинг

Стоимость: 260р

Состав: Кокосовое молоко, сироп топинамбура, фруктовое пюре.

Вес порции гр 170 кКал на порцию 170 Белки 8,8 Жиры 3,7 Углеводы 25,2

♥ vegan, gluten free, sugar free

Ленивая овсянка

Стоимость: 120р

Состав: овсяные хлопья, кокосовое молоко, банан, сироп топинамбура, голубика

Вес порции 210гр кКал на порцию 230 Белки 10,8 Жиры 8,7 Углеводы 29,2

## Домашняя гранола

На коровьем молоке 120р На кокосовом 170р На миндальном 170р На соевом 170р

Состав: Овсяные хлопья, семена тыквы, семена подсолнечника, фундук, грецкий орех, корица, соль, мёд, растительное масло, вишня сушёная

Вес гранолы 55р

## ЛАНЧИ

### Куриное филе со шпинатом

Стоимость: 290р

Состав: Куриное филе, булгур, шампиньоны, свежие листья шпината, кокосовые молоко, лимон, соевый соус, прованские травы, кунжут

Вес порции 300 гр кКал на порцию 270 Белки 32,14 Жиры 10,86 Углеводы 26,1

### Дикий рис с треской

Стоимость: 290р

Состав: Дикий рис, треска, прованские травы, зернистая горчица, дижонская горчица, сироп топинамбура, оливковое масло, соль, перец чёрный молотый, батат, брокколи

Вес порции: 300 гр кКал на порцию 221,22 Белки 37,76 Жиры 12,74 Углеводы 16,56

### Киноа с тофу

Стоимость: 290р

Состав: киноа, тофу, чеснок, соевый соус, апельсин, перец красный, перец желтый, баклажан, контейнер, кунжут, кукуруза мини пачаток

Вес порции 300 гр кКал на порцию 249,96 Белки 25,84 Жиры 5,64 Углеводы 17,66

### Овощные роллы с вялеными томатами

Стоимость: 230р

Состав: водоросли нори, томаты вяленые, соевый соус, кешью, оливковое масло, морковь, огурец, лимон, авокадо

Вес порции 185 гр кКал на порцию 203,27 Белки 29,71 Жиры 14,11 Углеводы 19,54

## САЛАТЫ

Салат с курицей и брокколи

Стоимость: 190р

Состав: Брокколи, курица, виноград, батат, укроп, домашний майонез (яйцо, горчица, соль, сахар, уксус, лимонный сок, растительное масло), посыпанный дробленным грецким орехом

Вес порции 250гр    кКал на порцию 145,01    Белки 26,6    Жиры 13,8    Углеводы 12,5

Греческий салат

Стоимость: 170р

Состав: Томаты, огурцы, маслины, сыр фета, оливковое масло, прованские травы, бальзамический соус

Вес порции 250гр    кКал на порцию 135,06    Белки 22,1    Жиры 10,4    Углеводы 11,1

# ЧАЙ

Стоимость: 70р чашка | 185р чайник

## Наглый фрукт

Гибискус, папайя, чёрная смородина, ягоды бузины, черника, малина, клубника

## Чабрец

Смесь индийского китайского чая с чабрецом

## Антистресс

Листья гинкго, чёрной смородины, валерьяны и ноготков, лимонная трава, кардамон, корень солодки, цветки мальвы.

## Сенча

Традиционный японский чай. Напиток обладает деликатным ароматом с ореховыми тонами

## Свежий ветер

Ромашка, розмарин, боярышник, барбарис, цветы липы, лепестки подсолнуха, цветы бузины, лист ореха, зверобой, душица, мята, мелисса

## Ассам

Сорт чёрного крупнолистового чая. Выращивается на северо-востоке Индии

## Зелёный жасмин

Зелёный чай с цветами жасмина. Приятный аромат свежих листочков чая, слегка горьковатый вкус и хорошие тонизирующие свойства.

## Эрл Грей

Чёрный чай с маслом и цедрой ароматного бергамота

## Гречишный чай

Чай с невероятным ароматом печеньки из татарской гречихи.

90р чашка | 239р чайник

## Бамбуковый чай

Бамбук богат калием и железом. Бамбук содержит фруктозу, а потому и без подслащивая прекрасно утоляет жажду. Бамбук богат аминокислотами, витамином С и Е, обладает всеми полезными свойствами зелёного чая и при этом не содержит кофеина.

90р чашка | 239р чайник

## МАТЧА

### Зелёная матча

250 мл | 330 мл | 400 мл

220р | 270р | 320р

### Голубая матча

250 мл | 330 мл | 400 мл

290р | 310р | 340р

## КОФЕ

### Американо

250 мл | 330 мл | 400 мл

95р | 115р | 130р

Капучино 250 мл | 330 мл | 400 мл

На коровьем молоке 130р | 160р | 190р

На кокосовом молоке 200р | 250р | 300р

На миндальном молоке 200р | 250р | 300р

На соевом молоке 190р | 240р | 290р

Латте 330 мл | 400мл

На коровьем молоке 170р | 210р

На кокосовом молоке 260р | 310р

На миндальном молоке 260р | 310р

На соевом молоке 250р | 300р



Эспрессо 30 мл | 60 мл  
80р | 110р

Раф 250 мл | 330 мл | 400 мл  
150р | 200р | 250р

Апельсиновый hot кофе 250 мл | 330 мл  
230р | 280р

Глясе 250 мл | 160р

Флэт Уайт 250 мл | 145р

Какао

На коровьем молоке и сливках  
250 мл | 330 мл | 400 мл  
180р | 230р | 280р

На растительном молоке  
250 мл | 330 мл | 400 мл  
220р | 260р | 310р

## ДОМАШНИЕ ЛИМОНАДЫ

Огуречный 330 мл | 180р  
Вишнёвый 330 мл | 180р  
Апероль 330 мл | 180р  
Кокосовый  
с клубникой 330 мл | 250р

## СЕЗОННЫЕ НАПИТКИ

Ледяная матча на кокосовом молоке

250 мл | 330 мл | 400 мл

Зелёная матча 240р | 290р | 340р

Голубая матча 310р | 330р | 360р

Апельсиновый ICE кофе 250 мл | 330 мл

230р | 280р

ICE Латте 330 мл | 400мл

На коровьем молоке 170р | 210р

На кокосовом молоке 260р | 310р

На миндальном молоке 260р | 310р

На соевом молоке 250р | 300р