

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 170

Добавьте к каше: курагу (30), грецкие орехи (80), кедровые орешки (100), изюм (30); варенье: клубничное, малиновое или вишневое (30)

База без добавок — 250 г, 465 ккал, Б10 / Ж16 / У73

Хрустящие тосты с ветчиной и сыром 210

170 г, 613 ккал, Б24 / Ж41 / У37

Цельнозерновой тост с беконом и яйцом пашот 240

140 г, 512 ккал, Б16 / Ж36 / У31

Круассан с лососем и творожным сыром 380

165 г, 434 ккал, Б16 / Ж30 / У25

Картофельные драники с лососем и творожным сыром 360

140 г, 434 ккал, Б12 / Ж34 / У20

Сырники с малиновым соусом и сметаной 260

140/30 г, 399 ккал, Б23 / Ж19 / У34

Творожная запеканка с изюмом 210

Добавьте к запеканке: сметану (40), варенье: клубничное, малиновое или вишневое (30)

150/30/30 г, 437 ккал, Б23 / Ж17 / У48

Органический творог 200

Добавьте к творогу: грецкие орехи (80), кедровые орешки (100), варенье: клубничное, малиновое или вишневое (30), сметану (40)

База без добавок — 150 г, 254 ккал, Б24 / Ж14 / У5

Глазунья из двух или трёх яиц 75 / 110

Добавьте к глазунье: ветчину из индейки (50), моцареллу (50), шампиньоны (50), помидоры (50), болгарский перец (40), бекон (70)

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 300

220/30 г, 550 ккал, Б43 / Ж38 / У9

Фритатта с лососем и овощами 290

100/10 г, 215 ккал, Б17 / Ж15 / У3

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	380
175 г, 379 ккал, Б26 / Ж23 / У17	
Цезарь с креветками	500
165 г, 499 ккал, Б20 / Ж39 / У17	
Греческий салат с фетой	290
210 г, 288 ккал, Б11 / Ж24 / У7	
Салат с авокадо, помидором и кальмаром на гриле	340
150 г, 238 ккал, Б14 / Ж18 / У5	
Салат с ростбифом и джемом из бекона	380
135 г, 395 ккал, Б16 / Ж27 / У22	

Супы

Борщ с говядиной и черносливом	190
250/30 г, 363 ккал, Б11 / Ж23 / У28	
Бульон с фрикадельками из птицы и яйцом	180
250 г, 144 ккал, Б10 / Ж8 / У8	
Суп из лосося, гребешка, креветок и кальмаров	400
305 г, 216 ккал, Б19 / Ж12 / У8	
Том-ям с курицей	260
250 г, 168 ккал, Б10 / Ж12 / У5	
Том-ям с морепродуктами	400
С морепродуктами — 250 г, 189 ккал, Б13 / Ж13 / У5	

Горячее

Филе цыпленка на гриле с булгуром и соусом карри 320

200 г, 356 ккал, Б24 / Ж20 / У20

Куриные котлетки с салатом, болгарским перцем и цукини 340

120/20/15 г, 295 ккал, Б25 / Ж19 / У6

Филе индейки на гриле с салатом и соусом песто 480

150/30/10 г, 437 ккал, Б32 / Ж33 / У3

Котлеты из мяса кролика с салатным миксом 520

120/100 г, 407 ккал, Б30 / Ж27 / У11

Лазанья по-строгановски 460

270 г, 582 ккал, Б37 / Ж34 / У32

Бефстроганов из телятины с пюре и грибами 460

130/150 г, 585 ккал, Б24 / Ж41 / У30

Кесадилья с мясом индейки и кукурузой с перцем чили 380

255/20 г, 597 ккал, Б28 / Ж33 / У47

Ролл с цыпленком и салатом айсберг с сырным соусом 200

170 г, 369 ккал, Б18 / Ж17 / У36

Стейк атлантического лосося: на гриле или на пару 690

100/25 г, 428 ккал, Б26 / Ж36 / У0

Жареные кальмары с бейби-картофелем и овощами 430

200/10 г, 223 ккал, Б20 / Ж11 / У11

Фетучини с морепродуктами 590

250 г, 368 ккал, Б23 / Ж8 / У51

Спагетти с цыпленком и песто 420

330 г, 803 ккал, Б31 / Ж51 / У55

Удон или гречневая лапша на воке

На выбор: с куриным филе (290), с овощами (260), с креветками (390), с говядиной (390)

С куриным филе — 300 г, 578 ккал, Б27 / Ж26 / У59; С овощами — 395 г, 463 ккал, Б11 / Ж19 / У62; С креветками — 300 г, 566 ккал, Б22 / Ж22 / У70; С говядиной — 200 г, 507 ккал, Б24 / Ж15 / У69

Гарниры

Рис (80), гречка (80), картофельное пюре (100), овощи на гриле (200), брокколи на пару (150), обжаренный картофель черри (130)

Лобачевского

Вода, лимонады, соки

Вода Jevеа 0,5 / 1 л	80 / 120
Минеральная вода «Боржоми» 0,5 л	150
Соса Cola, Sprite, Fanta, Schвeppes 0,33 л / 0,25 л	150
Безалкогольный глинтвейн	120
Соки Раго Выберите вкус: апельсин (120), томат (120), ананас (120), яблоко (120), персик (120), вишня (150), клюква (150) 0,2 л	
Свежевыжатые соки На выбор: апельсиновый (200), грейпфрутовый (220), яблочный (200), морковный (180), сельдеревый (230) Стоимость за 200 мл	

Кофе класса specialty

Эспрессо	150
Доппио	280
Американо	150
Капучино Можно заказать двойной капучино (300)	180
Латте Можно заказать двойной латте (300)	200
Гляссе	350
Раф	250
Флет уайт	220

Чай

Эрл Грей Черный чай, ароматизированный маслом бергамота	150
Черный Ассам Высокогорный крупнолистовой сорт чая	150
Благородная сенча Классический японский зеленый чай для укрепления иммунитета	150
Алтайский чай с чабрецом Обладает ярким вкусом и сильным противовоспалительным действием	150
Чай с жасмином Зеленый чай со свежим вкусом и ароматом жасмина	150
Молочный улун Обладает приятным вкусом и насыщенным ароматом	150
Ягодный черный чай Микс ягод с черным чаем	150
Пряный чай с корицей и мятой	100
Пакетированный в чашке	50

Сладкое

Вся свежая выпечка и десерты выставлены в витрине. Выбирайте живьем.