

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, 476 ккал, Б10 / Ж16 / У73
- Хрустящие тосты с ветчиной и сыром** **200**
170 г, 613 ккал, Б24 / Ж41 / У37
- Цельнозерновой тост с беконом и яйцом пашот** **220**
140 г, 512 ккал, Б16 / Ж36 / У31
- Картофельные драники с лососем и творожным сыром** **370**
140 г, 434 ккал, Б12 / Ж34 / У20
- NEW Скрэмбл с лососем на тосте с творожным сыром** **390**
250 г, 605 ккал, Б35 / Ж29 / У51
- Сырники с малиновым соусом и сметаной** **270**
140/30 г, 399 ккал, Б23 / Ж19 / У34
- Органический творог** **210**
Добавьте к творогу: грецкие орехи (80), кедровые орешки (100), варенье: клубничное, малиновое или вишневое (30), сметану (40)
База без добавок — 150 г, 215 ккал, Б24 / Ж11 / У5
- Глазунья из двух или трёх яиц** **80 / 120**
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** **310**
220/30 г, 550 ккал, Б43 / Ж38 / У9
- NEW Какао-блинчики с творогом и цукатами** **240**
С карамельным соусом
205 г, 389 ккал, Б24 / Ж17 / У35
- Домашние блинчики** **150**
Добавьте к блинчикам: варенье: клубничное, малиновое или вишневое (30); сметану (40)
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	390
	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	
NEW	Салат «Бора-Бора» с креветками, авокадо и бальзамиком	500
	175 г, 279 ккал, Б14 / Ж23 / У4	
NEW	Теплый салат с куриной печенью	310
	160 г, 289 ккал, Б20 / Ж21 / У5	
NEW	Оливье с грибами и перепелиным яйцом	320
	С ГОВЯЖЬИМ ЯЗЫКОМ 200 г, 375 ккал, Б20 / Ж27 / У13	

Супы

	Борщ с говядиной и черносливом	200
	250/30 г, 363 ккал, Б11 / Ж23 / У28	
	Бульон с фрикадельками из птицы и яйцом	180
	250 г, 144 ккал, Б10 / Ж8 / У8	
NEW	Томатный суп-пюре с варено-копченой индейкой	280
	250 г, 179 ккал, Б8 / Ж11 / У12	
	Суп из лосося, креветок и кальмаров	400
	С соусом песто и грибами шиитаке 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

- NEW** **Филе индейки с малиновым соусом и печеным яблоком** **490**
160/50/20 г, 443 ккал, Б34 / Ж23 / У25
- Куриные котлетки с салатом, болгарским перцем и цукини** **320**
120/20/15 г, 295 ккал, Б25 / Ж19 / У6
- NEW** **Рулет из индейки в сливочном соусе** **360**
150/50 г, 551 ккал, Б34 / Ж43 / У7
- Кесадила с мясом индейки и кукурузой с перцем чили** **380**
255/20 г, 597 ккал, Б28 / Ж33 / У47
- NEW** **Говядина, томленая в соусе «Демиглас», с овощами** **590**
250 г, 501 ккал, Б38 / Ж29 / У22
- Бефстроганов из телятины с пюре и грибами** **450**
130/150 г, 585 ккал, Б24 / Ж41 / У30
- NEW** **Фахитос с говядиной** **390**
200 г, 374 ккал, Б26 / Ж10 / У45
- NEW** **Стейк из говяжьей вырезки с тайским соусом** **680**
165/40/20 г, 372 ккал, Б45 / Ж16 / У12
- Стейк атлантического лосося: на гриле или на пару** **720**
100/25 г, 428 ккал, Б26 / Ж36 / У0
- NEW** **Котлета из трески и киноа в мисо с картофельным пюре** **450**
120/100 г, 395 ккал, Б25 / Ж11 / У49
- NEW** **Тальятелле из шпината с лососем в сливочном соусе** **560**
350 г, 684 ккал, Б26 / Ж40 / У55
- 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 (420), 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 (100), гречка (100), картофельное пюре (100), овощи на гриле (220), брокколи на пару (150), обжаренный картофель черри (150)

Вода, лимонады, соки

Минеральная вода без газа 0,5 / 1 л	80 / 120
Минеральная вода «Боржоми» 0,5 л	150
Coca Cola, Sprite, Fanta, Schweppes 0,33 л / 0,25 л	150
Безалкогольный глинтвейн	120
Безалкогольный мохито Выберите вкус: классический или клубничный	190
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 Можно заказать доппио (280)	150
Американо	150
Капучино Можно заказать двойной капучино (300)	180
Латте Можно заказать двойной латте (300)	200
Раф	300
Флет уайт	250

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.