

ОСЕНЬ

POOL&GYM
ФИТНЕС КЛУБ

СЕЗОННОЕ МЕНЮ

2024

ЗАКУСКИ



ДРАНИКИ СО СМЕТАНОЙ

картофель, мука, яйцо куриное,
зеленый лук, чеснок, сметана

189 ₺

объем 200/30 гр
ккал 231



КАБАЧКОВЫЕ ОЛАДЬИ С СЫРОМ

кабачок, мука, яйцо куриное,
сыр гауда, чеснок, сметана

230 ₺

объем 210/30 гр
ккал 205

САЛАТЫ



ТЯЖЕЛЫЙ

палоччатый говяжий стейк, лук
репчатый, соевый соус, томаты черри,
кедровый орех, масло оливковое

240 ₺

объем 220 гр
ккал 170



САЛАТ С КУС-КУСОМ И ПЕЧЕНЫМ ПЕРЦЕМ

болгарский перец, лист салата,
лимонный сок, кабачок, кус-кус,
чеснок, масло оливковое

199 ₺

объем 180 гр
ккал 131

СУПЫ



КАРТОФЕЛЬНЫЙ КРЕМ-СУП

картофель, кабачок, лук репчатый,
морковь, чеснок, сливки, зелень, гренки

245 ₺

объем 200 гр
ккал 94



СЛИВОЧНЫЙ СУП С КУРИЦЕЙ И ГРИБАМИ

бульон куриный, филе куриное,
грибы опята, морковь, лук порей,
сливки, сливочное масло

280 ₺

объем 250 гр
ккал 93



ГОРЯЧЕЕ



КАРТОФЕЛЬ С ОПЯТАМИ НА СКОВОРОДКЕ

*картофель, грибы опята,
приправа грибная*

297 Р

объем 230 гр
ккал 316



ТОМЛЕНАЯ ГОВЯДИНА С ОВОЩАМИ В ЧЕСНОЧНО-ТОМАТНОМ СОУСЕ

*говядина, картофель, перец болгарский,
баклажан, чеснок, томатный соус,
морковь, приправа для мяса*

480 Р

объем 250 гр
ккал 144



ДЕСЕРТЫ

ТЫКВЕННЫЙ МИНИ ТАРТ

*мука пшеничная, сливочное масло, сахар,
яйцо куриное, соль, творожный сыр, тыква,
молоко, корица молотая, грецкие орехи*

328 Р

объем 100 гр
ккал 135



КЛЮКВЕННЫЙ ПИРОГ СО ШТРЕЙЗЕЛЬНОЙ КРОШКОЙ

*мука пшеничная, сливочное масло, сахар,
разрыхлитель, яйцо куриное, цедра лимона,
клюква, экстракт ванили, корица молотая*

230 Р

объем 180 гр
ккал 420



НАПИТКИ

КОКОСОВЫЙ МОККО С ВАНИЛЬЮ

*молоко кокосовое, эспрессо, макао, ванильный
сироп, тертый шоколад, взбитые сливки*

225 Р

объем 200 мл
ккал 355



СИБИРСКИЙ ЧАЙ С ЯБЛОКОМ И КЕДРОВЫМ ОРЕХОМ

*яблоко, кедровый орех, тимьян,
бадьян, яблочный сок*

130 Р

объем 500 мл
ккал 77