

Soups / Супы

Mushroom&Truffle Грибной крем-суп на молоке с луком, чесноком и трюфельным маслом, подается сухариками	265	4	8	11	135	Грибы: шампиньоны и шиитаке, трюфельное масло
Oh Baby Классическая окрошка на кефире с куриным филе, картофелем, яйцом, огурцом, редисом, зеленью, горчицей и лимонным соком	250	5	4	6	75	Яйцо
Thai Soup Тайский крем-суп из чечевицы с картофелем, луком, морковью, имбирем и кинзой на кокосовом молоке	250	2	4	6	73	Морковь
Peas&Bacon Гороховый крем-суп с картофелем, беконом, морковью, луком и хрустящими сухарикам	265	6	10	31	239	Морковь

Sandwiches / Сэндвичи

Mozzarella&Tomato Сэндвич с припеченной моцареллой, томатами, жареными тыквенными семечками, домашним песто, листьями салата в ржаном тосте	230	6	12	15	188	Кефир, помидор
Fred&Vitello Сэндвич с копченым ростбифом, томатами, базиликом, листьями салата и соусом вителло тоннато в зерновом тосте	210	2	21	16	287	Устричный соус, мисо-паста, шиитаке, помидор
Smokey Cesar Сэндвич с копченой курицей "су-вид", жареным беконом, томатами, яйцом, листьями салата и соусом цезарь в кукурузном тосте	230	10	17	17	252	Мёд, мускатный орех, помидор
Veal&Spinach Нежная телятина "су-вид" со шпинатом, грибами, луком и горчичным соусом в ржаном хлебе	200	9	5	17	140	Шампиньоны
Salmon Cream Нежный мусс со сливочным сыром и кусочками лосося, яйцо, огурец, листья салата в зерновом хлебе	200	9	6	18	170	Лосось, яйцо
Fred&BBQ Багет с припеченным куриным филе "су-вид", соленым огурцом, томатами, домашним соусом барбекю и горчичным соусом	230	11	7	20	190	Мёд, помидор
TURKEY&CHUTNEY Нежная индейка "су-вид" с пряным яблочным чатни в багете чабатта	220	14	5	34	236	Мёд
TUNA BAGUETTE Ржаной багет с консервированным тунцом, огурцом, яйцом, маслинами, листьями салата, дайконом и соусом фета	210	10	6	23	140	Тунец, яйцо
SALAMI SANDWICH Сэндвич с салями, огурцом, листьями салата и сливочным кремом в зерновом тосте	180	11	9	24	221	
PULLED PORK Сэндвич с тушеной в томатном соусе свининой, соленым огурцом и горчичным соусом в ржаном тосте	180	6	16	25	272	Помидор
White BBQ Ветчина, перец гриль, листья салата с белым соусом барбекю в ржаном тосте	180	5	9	18	180	Болгарский перец
HAM&OMELETTE Сэндвич с ветчиной, сыром, нежным омлетом с соусом вителло тоннато в зерновом тосте	190	14	13	22	178	Устричный соус, мисо-паста, шиитаке, яйцо
SEITAN&MUSHROOM Сэндвич с вегетарианской колбасой, грибами, луком и морковкой по-корейски со сметанным соусом и зеленью в зерновом тосте	190	6	13	23	238	Шампиньоны, морковь

Salads / Салаты

Ham&Farfalle Фарфалле с ветчиной, зеленым горошком, листьями салата и соусом тар-тар	170	8	19	32	334	
Grand Greek Большой греческий салат с фетой, томатами, огурцом, болгарским перцем, оливками и соусом бальзамик	250	4	9	3	90	Болгарский перец, помидор
Chicken&Fit Салат из томатов и огурцов с куриным филе "су-вид" и сметанным соусом	160	6	2	4	61	Помидор
Fred&Caprese Классический салат капрезе с моцареллой, томатами, базиликом и домашним соусом песто	180	6	13	3	147	Помидор, кефир
Chicken&Beans Салат из курицы "су-вид" с фасолью, кукурузой, огурцом, болгарским перцем, листьями салата и йогуртовым соусом	240	5	8	6	129	Болгарский перец
Tofu&Cauli Салат из запеченной цветной капусты с тофу, огурцом, морковью, листьями салата и азиатской заправкой	200	3	1	5	40	Мёд, морковь
Nisoise Salad Салат с консервированным тунцом, томатами, оливками, болгарским перцем, листьями салата, перепелиными яйцами с оливковым маслом	210	5	14	2	158	Тунец, яйцо, болгарский перец, помидор
Turkey Salad Нежная индейка "су-вид" с фетой, яйцом, соленым огурцом, томатами, запеченным сельдереем, листьями салата и яблочно-горчичным соусом	270	6	5	10	121	Яйцо, помидор, мёд, сельдерей
Fred&Cesar Салат Цезарь с курицей "су-вид", жареным беконом, пармезаном, перепелиным яйцом, томатами, листьями салата и йогуртовым соусом, подается с сухариками	260	11	14	7	199	Яйцо, помидор, мёд

Meals / Милы

CHICKEN&MUSHROOM Куриное филе с грибами и луком в сливочном соусе с отварной гречкой	320	7	6	20	124	Шампиньоны
BAVARIAN MEAL Баварские колбаски с рисом чимичурри, томатами и домашним соусом BBQ	330	8	6	15	148	Помидор
CHICKEN&RICE Куриные котлетки с лимонным рисом, фетой, морковью и томленной спаржевой фасолью	320	10	2	26	174	Морковь
SPICY MEAL Гречневая лапша с курицей "су-вид", томатами, морковкой по-корейски, кунжутом и острым соусом Шрирача	330	12	8	35	257	Помидор, кунжут, морковь
FETA KUSKUS Нежный кускус с курицей "су-вид", сыром фета, томатами, морковью, томленной спаржевой фасолью и йогуртовым соусом	340	8	10	3	127	Помидор, мёд, морковь
ITALIAN CASSEROLE Кассероль с кабачками, томатами, шпинатом и луком под сырной корочкой с листьями салата	320	7	7	3	102	Помидор, яйцо
CARBONARA MEAL Паста фарфалле со сливочным соусом, ветчиной, спаржевой фасолью, томатами, горгонзоллой и домашним песто	330	10	8	37	264	Помидор, устричный соус, кефир, мускатный орех, шиитаке
SHISHKEBAB MEAL Куриный шашлык с булгуром, томатами и йогуртовым соусом	330	10	4	7	81	Помидор

Desserts / Десерты

Napoleon&Pear Наполеон с нежным заварным кремом с томленной грушей	120	3	7	33	205	Яйцо
CARROT PIE Морковно-цитрусовый пирог с корицей и орехами	90	4	12	32	262	Корица, мускатный орех, яйцо, морковь, грецкий орех
Sweet&Flakes Творожный десерт с маком, изюмом и карамелизованными овсяными хлопьями	140	11	14	18	226	Яйцо
CHOCOLATE&BROWNIE Классический шоколадный брауни	90	7	22	44	409	Шоколад чёрный, яйцо, какао
LEMON MOUSSE Нежный лимонный мусс с шоколадным бисквитом	100	5	15	39	317	Яйцо
FRED&SNEEKERS Сливочный десерт на основе арахисовой пасты с карамелизованными овсяными хлопьями	105	8	25	39	415	Арахисовая паста
VELVET COCONUT Бисквит с нежным кремом рафаэлло и кокосовой стружкой	100	7	22	35	378	Яйцо