

## Soups / Супы

<b>MUSHROOM SOUP</b> Грибной крем-суп с луком и сливками	250	4	3	4	62	Шампиньоны
<b>PEA SOUP</b> Чечевичный крем-суп с горохом, курицей, морковкой, сельдереем и луком	250	4	1	6	47	Морковь, сельдерей
<b>CHICKEN CREAM</b> Куриный крем-суп с морковью, сельдереем и луком	250	10	8	3	124	Морковь, сельдерей
<b>CHICKEN&amp;NOODLES</b> Куриный бульон с лапшой, морковью и зеленью	250	6	2	2	48	Морковь, сельдерей

## Sandwiches / Сэндвичи

<b>Mozzarella&amp;Tomato</b> Сэндвич с припеченной моцареллой, томатами, жареными тыквенными семечками, домашним песто, листьями салата в ржаном тосте	230	6	12	15	188	Кефир, помидор
<b>Fred&amp;Vitello</b> 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
<b>Smokey Cesar</b> 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
<b>Veal&amp;Spinach</b> Нежная телятина "су-вид" со шпинатом, грибами, луком и горчичным соусом в ржаном хлебе	200	9	5	17	140	Шампиньоны
<b>Salmon Cream</b> Нежный мусс со сливочным сыром и кусочками лосося, яйцо, огурец, листья салата в зерновом хлебе	200	9	6	18	170	Лосось, яйцо
<b>Fred&amp;BBQ</b> Багет с припеченным куриным филе "су-вид", соленым огурцом, томатами, домашним соусом барбекю и горчичным соусом	230	11	7	20	190	Мёд, помидор
<b>FRED&amp;BANMI</b> Багет с домашним куриным паштетом, ветчиной, морковкой, соленым огурцом, листьями салата, горчичным соусом и острым соусом Шрирача	240	7	14	21	237	Морковь
<b>TUNA BAGUETTE</b> Ржаной багет с консервированным тунцом, огурцом, яйцом, маслинами, листьями салата, дайконом и соусом фета	210	10	6	23	140	Тунец, яйцо
<b>SALAMI SANDWICH</b> Сэндвич с салями, огурцом, листьями салата и сливочным кремом в зерновом тосте	180	11	9	24	221	
<b>MISO&amp;PATE</b> Сэндвич с куриным паштетом, соленым огурцом, листьями салата и соусом мисо	190	5	11	17	191	Мисо-паста
<b>White BBQ</b> Ветчина, перец гриль, листья салата с белым соусом барбекю в ржаном тосте	180	5	9	18	180	Болгарский перец
<b>HAM&amp;OMELETTE</b> Сэндвич с ветчиной, сыром, нежным омлетом с соусом вителло тоннато в зерновом тосте	190	14	13	22	178	Устричный соус, мисо-паста, шиитаке, яйцо
<b>SEITAN&amp;MUSHROOM</b> 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

<b>FRED&amp;BEETROOT</b> Салат из запеченной свеклы с фетой, тыквенными семечками, листьями салата и горчично-медовым соусом	240	5	5	15	130	Мёд
<b>ASIAN&amp;CELERY</b> Натертые морковь, яблоко, огурец и сельдерей с тофу, кефиром, листьями салата и азиатской заправкой с кунжутом	270	3	12	3	125	Морковь, сельдерей, кефир, кунжут
<b>TOFU&amp;BEANS</b> Салат с жареным тофу, черной и зеленой фасолью, арахисом, кукурузой, листьями салата и соусом карри	240	6	4	7	87	Арахис
<b>Chicken&amp;Beans</b> Салат из курицы "су-вид" с фасолью, кукурузой, огурцом, болгарским перцем, листьями салата и йогуртовым соусом	240	5	8	6	129	Болгарский перец
<b>ROASTBEEF SALAD</b> Салат с ростбифом, грибами, луком, листьями салата, томатами, кукурузой и острым соусом Шрирача	230	6	4	10	101	Шампиньоны, помидор
<b>Nioise Salad</b> 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
<b>Turkey Salad</b> 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
<b>Fred&amp;Cesar</b> 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

<b>LULA-KEBAB MEAL</b> Куриный люля кебаб с отварной гречкой и домашней аджикой	290	8	6	15	142	Болгарский перец
<b>BAVARIAN MEAL</b> Баварские колбаски с рисом чимичурри, томатами и домашним соусом BBQ	330	8	6	15	148	Помидор
<b>CHICKEN&amp;RICE</b> Куриные котлетки с лимонным рисом, фетой, морковью и томленой спаржевой фасолью	320	10	2	26	174	Морковь
<b>SPICY MEAL</b> Гречневая лапша с курицей "су-вид", томатами, морковкой по-корейски, кунжутом и острым соусом Шрирача	330	12	8	35	257	Помидор, кунжут, морковь
<b>VEGETABLE STEW</b> Рагу из овощей (морковь, цветная капуста, сельдерей, лук, зеленый горошек, кукуруза, спаржевая фасоль) с нутом, чечевицей и зеленью	330	6	3	18	123	Морковь, сельдерей
<b>JAMBALAYA MEAL</b> Джамбалайя из курицы, бекона, копченых колбасок в сливочном соусе с карри, томатом, зеленым горошком, луком и кускусом	320	8	6	12	134	Помидор
<b>CARBONARA MEAL</b> 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
<b>KUNG-PAO CHICKEN</b> Курица Кунг Пао в ореховом соусе с лапшой удон, горошком и кунжутом	310	15	6	39	273	Мёд, кунжут, арахис
<b>SHISHKEBAB MEAL</b> Куриный шашлык с булгуром, томатами и йогуртовым соусом	330	10	4	7	81	Помидор

## Desserts / Десерты

<b>Napoleon&amp;Pear</b> Наполеон с нежным заварным кремом с томленой грушей	120	3	7	33	205	Яйцо
<b>CARROT PIE</b> Морковно-цитрусовый пирог с корицей и орехами	90	4	12	32	262	Корица, мускатный орех, яйцо, морковь, грецкий орех
<b>HONEY FRED</b> Медовик с мятным грильяжем в стаканчике	110	3	11	40	274	Яйцо, мёд, орех грецкий
<b>CHOCOLATE&amp;BROWNIE</b> Классический шоколадный брауни	90	7	22	44	409	Шоколад чёрный, яйцо, какао
<b>FRED&amp;NESQUICK</b> Нежный какао мусс с мятными взбитыми сливками	130	5	9	9	138	Шоколад чёрный
<b>FRED&amp;SNEEKERS</b> Сливочный десерт на основе арахисовой пасты с карамелизированными овсяными хлопьями	105	8	25	39	415	Арахисовая паста
<b>VELVET COCONUT</b> Бисквит с нежным кремом рафаэлло и кокосовой стружкой	100	7	22	35	378	Яйцо