



Всі показники вказані у розрахунку на 100 грам

Вага, г  
Weight, g

Білки, г  
Protein, g

Жири, г  
Fat, g

Вуглеводи, г  
Carbohydr., g

Ккал  
Kcal

Можливі алергени  
Allergens in product

### Soups / Супи

|               |                                           |     |   |   |   |    |                |
|---------------|-------------------------------------------|-----|---|---|---|----|----------------|
| OH BABY       | Класична окрошка на кефірі з курячим філе | 250 | 4 | 3 | 4 | 62 | Кефір          |
| PEA SUP       | Крем-суп з сочевицею та горохом           | 250 | 4 | 1 | 6 | 47 | Морква, Селера |
| ZUCCINI SOUP  | Крем-суп з цукіні з вершками та сиром     | 250 | 6 | 2 | 2 | 48 | Морква, Вершки |
| GASPACHO      | Холодний суп з томатів                    | 250 | 2 | 2 | 2 | 39 | Томати, селера |
| EGGPLANT SOUP | Крем-суп з баклажанів з вершками          | 250 | 2 | 2 | 2 | 39 | Вершки         |

### Sandwiches / Сандвічі

|                   |                                                                                              |     |    |    |    |     |                                           |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|----|----|-----|-------------------------------------------|
| MOZZARELLA&TOMATO | Сендвіч з підкопченою моцарелою, томатами, смаженим гарбузовим насінням та домашнім песто    | 230 | 6  | 12 | 15 | 188 | Кеший, Томат                              |
| CHICKEN&SPINACH   | Сендвіч з куркою "су-від", томленим шпинатом, кукурудзою та гострим соусом у гречаному хлібі | 200 | 9  | 12 | 19 | 217 | Кукурудза                                 |
| SMOKEY CESAR      | Сендвіч з копченою куркою "су-від", смаженим беконом, томатами, яйцем і соусом цезар         | 230 | 10 | 17 | 17 | 252 | Мед, Мускатний горіх, Томат               |
| VEAL&SPINACH      | Нежная телятина "су-вид" со шпинатом и грибами в ржаном хлебе                                | 180 | 9  | 5  | 21 | 163 | Печериці                                  |
| FRED&BANMI        | Багет з домашнім курячим паштетом, шинкою, морквою, солоним огірком і гострим соусом         | 240 | 7  | 14 | 21 | 237 | Морква                                    |
| TUNA BAGUETTE     | Житній багет з консервованим тунцем, яйцем, маслами і соусом фета                            | 210 | 10 | 6  | 23 | 140 | Тунец, Яйце                               |
| MEXICAN SANDWICH  | Сендвіч на зерновому тості з куркою, йогуртом, спеціями з томатами та зеленню                | 170 | 4  | 2  | 26 | 126 | Йогурт                                    |
| SALAMI SANDWICH   | Сендвіч з сальмі, огірком та вершковим кремом                                                | 180 | 11 | 9  | 24 | 221 | Вершки                                    |
| APPLE&CHEESE      | Сендвіч на зерновому тості з крем сиром, горіхами та яблуком                                 | 180 | 9  | 10 | 22 | 217 | Мед, Мускатний горіх, Томат               |
| PULLED PORK       | Тушкована у томатному соусі свинина з солоним огірком та гірчичним соусом                    | 180 | 6  | 16 | 25 | 272 | Томат                                     |
| WHITE BBQ         | Шинка та перець гриль з білим соусом барбекю в житньому хлібі                                | 180 | 5  | 9  | 18 | 180 | Болгарський перець                        |
| HAM&OMELETTE      | Сендвіч з шинкою, сиром та ніжним омлетом в зерновому хлібі                                  | 190 | 14 | 13 | 22 | 178 | Устричний соус, мисо-паста, шнітаке, Яйце |
|                   |                                                                                              |     |    |    |    |     |                                           |

### Salads / Салати

|                 |                                                                                                    |     |    |    |    |     |                    |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|----|----|-----|--------------------|
| FRED&BEETROOT   | Салат з запеченого буряка з фетою, гарбузовим насінням і гірчично-медовим соусом                   | 240 | 5  | 5  | 15 | 130 | Мед                |
| MIX SALAD       | Мікс з моркви і різних видів капусти з фетою, волоським горіхом, чорною смородиною і гірчично-     | 170 | 5  | 7  | 14 | 135 | Гірчиця, мед       |
| FRED&OLIVIER    | Авторський салат Олів'є з куркою та кусом                                                          | 250 | 7  | 6  | 7  | 110 | Мед                |
| SUMMER SALAD    | Салат з огірків, редису і яйця зі сметанковим соусом                                               | 170 | 3  | 12 | 3  | 125 | Яйця, сметана      |
| GRAND GREEK     | Великий грецький салат з фетою, болгарським перцем, оливками і соусом бальзамик                    | 250 | 9  | 14 | 3  | 178 | Болгарський перець |
| FRED&CAPRESE    | Класичний салат капрезе з моцарелою, томатами і домашнім соусом песто                              | 170 | 6  | 5  | 10 | 121 | Моцарелла, горіхи  |
| FRED&CESAR      | Салат Цезар з куркою "су-від", смаженим беконом, пармезаном, перепелиним яйцем і йогуртовим соусом | 260 | 11 | 14 | 7  | 199 | Яйце, Томат, Мед   |
| TUNA SALAD      | Тунець, мікс салата, свіжі томати та огірок з гірчичним дрсінгом                                   | 250 | 5  | 14 | 2  | 158 | Яйце гірчиця       |
| ROASTBEEF SALAD | Салат з ростбіфом, грибами, томатами, кукурудзою і гострим соусом Sriracha                         | 160 | 11 | 14 | 7  | 180 | Томат, гриби       |

### Meals / Міли

|                  |                                                                                |     |    |   |    |     |                       |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----|----|---|----|-----|-----------------------|
| FISH&VEGETABLES  | Запечена телятина з овочами та булгуром                                        | 240 | 8  | 6 | 15 | 142 | Болгарський перець    |
| VEGETARIAN BOWL  | Боул з кус кусом, грибами, овочами та соусом песто                             | 290 | 4  | 6 | 15 | 131 | Шампіньони, кеший     |
| CHINA BEEF       | Ростбіф з тушкованими овочами в азійському кисло-солодкому соусі               | 250 | 6  | 5 | 11 | 116 | перець болгарський    |
| PASTA&VEGETABLES | Паста фарфалле з овочами, броколі, тофу та томатно-базиліковим соусом          | 300 | 6  | 2 | 30 | 160 | Томат                 |
| SPICY MEAL       | Гречана локшина з куркою "су-від", томатами, кунжутом і гострим соусом Шрірача | 330 | 12 | 8 | 35 | 257 | Томат, кунжут, Морква |
| CHILI CON CARNE  | Тушкована говядина з квасолею та паровим рисом                                 | 250 | 10 | 8 | 37 | 264 | Томат, Квасоля        |
| CHICKEN TERIYAKI | Шматочки курячого філе з соусом теріяки та лапшою удон                         | 280 | 8  | 9 | 24 | 208 | Перець болгарський    |
| CHICKEN&MUSHROOM | Куряче філе з грибами у вершковому соусі з відварною гречкою                   | 300 | 10 | 8 | 37 | 260 | Гриби                 |
| TORIKATSU        | Куряче філе з рисом і соусом торікацу                                          | 300 | 8  | 2 | 41 | 209 | Болгарський перець    |

### Desserts / Десерти

|                   |                                                                |     |   |    |    |     |                                                      |
|-------------------|----------------------------------------------------------------|-----|---|----|----|-----|------------------------------------------------------|
| NAPOLEON&PEAR     | Наполеон з ніжним заварним кремом з пряною грушею в стаканчику | 120 | 3 | 7  | 33 | 205 | Яйце                                                 |
| HONEY FRED        | Медовик з м'ятним грильжем в стаканчику                        | 110 | 3 | 11 | 40 | 274 | Яйце, Мед, Горіх грецький                            |
| CARROT PIE        | Морквяно-цитрусовий пиріг з горіхами в стаканчику              | 90  | 4 | 12 | 32 | 262 | Корич, Мускатний горіх, Яйце, Морква, Грецький горіх |
| LEMON MOUSSE      | Ніжний лимонний мус з шоколадним бісквітом                     | 100 | 4 | 10 | 14 | 159 | Яйце, какао                                          |
| CHOCOLATE&BROWNIE | Класичний шоколадний Брауні в стаканчику                       | 90  | 7 | 22 | 44 | 409 | Шоколад чорний, Яйце, какао                          |