



Всі показники вказані у розрахунку на 100
грам

Вара, г
Weight, g

Білки, г
Protein, g

Жири, г
Fat, g

Вуглеводи, г
Carbohydr., g

Ккал
Kcal

Можливі алергени
Allergens in product

Soups / Супи

MUSHROOM SOUP	Грибний крем-суп	250	1.99	2.71	2.38	41.89	Шампіньони, гриби шийтаке
PEA SUP	Крем-суп з сочевицею та горохом	240	3.04	3.9	9.09	84.22	Морква, Селера
CHICKEN CREAM	Крем-суп з куркою та овочами	250	4.66	2.94	4.36	63.54	Морква, Селера
PUMPKIN SOUP	Гарбузово-морквяний крем-суп	260	0.83	5.65	4.73	69.84	Морква, Гарбуз

Sandwiches / Сандвічі

MOZZARELLA&TOMATO	Сендвіч з підкопченою моцареллою, томатами, смаженим гарбузовим насінням та домашнім песто	235	6.02	12	15.42	188	Кефір, Томат
VEAL&SPINACH	Сендвіч з томленою телятиною, соусом з аджикою та в'яленими томатами у житньому хлібі	170	9.23	12.02	18.64	216.51	Аджика, Томат
SMOKEY CESAR	Сендвіч з копченою куркою "су-від", смаженим беконом, томатами, яйцем і соусом цезар	225	10.33	15.77	20.53	269.63	Мед, Мускатний горіх, Томат
CHICKEN GRILL BAGUETTE	Житній багет з куркою гриль, сиром та соусом BBQ	250	12.76	15.26	20.54	275	
SEITAN&MUSHROOM	Сендвіч з вегетаріанської ковбасою, грибами та морквою по-корейськи зі сметанним соусом із зеленню	190	11.48	21.06	26.51	342.27	Морква, Гриби
SALMON BAGUETTE	Житній багет з лососем гравлак та крем-сиром	180	11.85	8.67	23.83	223.81	
SALMON CREAM	Ніжний мус зі шматочками лосося, яйцем та огірком в зерновому хлібі	200	9.59	8.72	25.07	223.21	Яйце
SALAMI SANDWICH	Сендвіч з сальмі, огірком та вершковим кремом	180	11	9	24	221	
BREAD&FORSHMAK	Сендвич з класичним форшмаком	190	7.89	19.54	27.51	321.68	Яйце
PULLED PORK	Тушкована у томатному соусі свинина з солоним огірком та гірчичним соусом	185	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	180	14	13	22	178	Устричний соус, мисо-паста, шийтаке, Яйце
SEITAN&MUSHROOM	Сендвіч з вегетаріанської ковбасою, грибами та морквою по-корейськи зі сметанним соусом із зеленню	190	6	13	23	238	Шампіньони, Морква

Salads / Салати

FRED&BEETROOT	Салат з запеченого буряка з фетою, гарбузовим насінням і гірчично-медовим соусом	230	5	5	15	130	Мед
FRED VITAMIN	Овочевий салат з додаванням горіхів	170	0.76	0.33	12.26	55.28	
PEAR&DORBLU SALAD	Салат з в'яленою свининою, грушею та сиром Дорблю	150	6.47	11.58	3.45	142.38	
DUCK&CRANBERRY SALAND	Салат з філе качки та журавлиним соусом	150	5.3	2.59	12.06	93.21	
SALMON SALAND	Салат з лососем гравлак, авокадо та яблучним соусом	160	12.6	7.4	5.4	132.2	
FETA&PUMPKIN	Салат з печеного гарбуза та сиром Фета	170	3.98	13.49	8.07	169.9	
FRED&CESAR	Салат Цезар з куркою "су-від", смаженим беконом, пармезаном, перепелиним яйцем і йогуртовим соусом	220	11	14	7	199	Яйце, Томат, Мед

Meals / Міли

SEAFOOD PILAF	Плов з морепродуктами	260	4.35	0.56	24.16	117.72	морепродукти
COCONUT RICE&VEGETABLES	Ніжні овочі "Al-Dente" з кокосовим рисом	260	4.06	4.09	39.37	206.63	кокосове молоко
SALMON&COCONUT RICE	Ніжний лосось "су-від" з кокосовим рисом та овочами	300	9.32	9.94	28.13	235.69	кокосове молоко
JAMBALAYA MEAL	Кус-кус з індійським м'ясним рагу	300	6.3	2.29	17.97	121.9	карі
CHINA BEEF	Ростбіф з тушкованими овочами в азійському кисло-солодкому соусі	290	5.52	5.58	16.62	140.39	
CHICKEN TERIYAKI	Шматочки курячого філе з соусом теріякі та лапшою удон	270	11.06	6.49	33.56	239.58	
BBQ RIBS	Класичні реберця BBQ	330	5.71	23.94	5.55	261.18	
PORK&MEXICAN VEGETABLES	Шматочки смаженої свинини з мексиканськими овочами	290	8.94	9.56	22.16	208.46	
CARBONARA MEAL	Паста фарфалле з вершковим соусом, шинкою, морквою, спаржевою квасолею, томатами і горгонзолою	310	10	8	37	264	Томат, Устричний соус, кефір, Мускатний горіх, шийтаке
Тефтели с томатним соусом+спагеті	Тефтели з томатним соусом та спагеті	310	8.85	3.39	50.05	275	
Куриний шашлык + кус-кус	Курячий шашлик з кус-кусом та соусом чілі	210	8.66	4.08	20.01	155.52	
TORIKATSU	Куряче філе з рисом і соусом торікацу	290	10.49	4.58	16.98	152.18	
Домашня колбаска + гречка	Домашня ковбаска з цибулею та гречкою	290	14.28	8.3	11.85	139	
Mexican paella (vega)	Вегетаріанська паелья з овочами	290	2.6	3.58	11.74	85.8	
Отбивная + перловка	Куряча відбивна з перловою кашею	270	8.5	6.1	8.4	119	
Макарони по- флотски	Паста з соусом з двох видів м'яса	290	7.6	9.9	21.2	185	

Котлета домашня кус- кус	+	Куряча котлета з кус-кусом	290	10.56	1.95	16.45	129.45	
-----------------------------	---	----------------------------	-----	-------	------	-------	--------	--

Desserts / Десерти

NAPOLEON&PEAR	Наполеон з ніжним заварним кремом з пряною грушею в стаканчику	110	3.02	7.19	32.64	205.43	Яйце
HONEY FRED	Медовик з м'ятним грильняжем в стаканчику	100	3	11	40	274	Яйце, Мед, Горіх грецький
CARROT PIE	Морквяно-цитрусовий пиріг з горіхами в стаканчику	80	4	12	32	262	Кориця, Мускатний горіх, Яйце, Морква, Грецький горіх
THREE MILK	Ніжний бісквіт змішаний з трьома видами молока	140	8.09	7.17	21.16	185.93	Яйце
CURRENT CREAM	Мікс із грецького йогурту та рікоти з чорною смородиною, без цукру	110	6	4	15	117	Смородина
FRED&SNEEKERS	Вершковий десерт на основі арахісової пасти з карамелізованими вівсяними пластівцями	90	8.9	25.09	36.79	402.48	Арахісова паста

Breakfast / Сніданки

Кіш з шпинатом та рікотою	Кіш з шпинатом та рікоттою та сливочно-яєчною заливкою	140	8.9	7.7	26.4	206	
Круасан з солоним лососем	Круасан з слабосоленим лососем, огірком та вершковим кремом	130	9.49	22.07	25.18	339.59	
Круасан з шинкою і сиром	Круасан з шинкою, твердим сиром та сметанним соусом	125	9.85	27.4	28.17	407.01	
Сирна запіканка	Сирна запіканка з родзинками та сметаною	125	17.6	4.2	14.2	168	
Сирники з джемом	Сирники з фруктовим джемом	165	18.6	3.6	18.2	183	