



ЙОГА-МЕНЮ

ЗАВТРАК ДО 12.00

| | | |
|-------------------------------|-----------|-------|
| Овсяная каша на воде | 200 гр | 90 ₺ |
| Рисовая каша на молоке | 200 гр | 90 ₺ |
| Кукурузные хлопья с молоком | 200 гр | 100 ₺ |
| Сырники со сметаной | 120/30 гр | 190 ₺ |
| Яичница из двух яиц | 100 гр | 120 ₺ |
| Омлет | 150 гр | 180 ₺ |
| Макароны отварные | 150 гр | 90 ₺ |
| Блинчики со сгущенным молоком | 150 гр | 180 ₺ |
| Вареники с творогом | 200 гр | 200 ₺ |

ЗАКУСКИ И САЛАТЫ

| | | |
|---|--------|-------|
| Салат по-грузински с овощами и сыром | 200 гр | 280 ₺ |
| Салат из фермерских овощей с пряным маслом | 200 гр | 200 ₺ |
| Салат из молодой капусты с морковью и яблоком | 200 гр | 160 ₺ |
| Салат из молодой капусты с редисом и зеленым горошком | 200 гр | 160 ₺ |
| Салат из шпината с томатами и авокадо | 200 гр | 340 ₺ |
| Томаты с рукколой, бальзамиком и оливковым маслом | 200 гр | 390 ₺ |
| Шпинат с киноа, жареными вешенками и грецкими орехами | 200 гр | 390 ₺ |
| Табуле из булгура с мятой и свежими томатами | 200 гр | 350 ₺ |
| Кабачковая икра с маслом авокадо и овощными чипсами | 200 гр | 300 ₺ |

СУПЫ

| | | |
|-----------------------------------|--------|-------|
| Зеленый борщ с молодым щавелем | 250 гр | 210 ₺ |
| Холодный суп из огурцов на мацони | 250 гр | 210 ₺ |
| Минестроне овощной | 250 гр | 240 ₺ |
| Постная окрошка на квасе | 250 гр | 320 ₺ |
| Крем-суп из цуккини | 250 гр | 260 ₺ |

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

| | | |
|---|--------|-------|
| Ошпаренные голубцы из молодой капусты, авокадо и шпината | 250 гр | 320 ₺ |
| Спагетти с оливковым маслом, чесноком и помидорами черри | 250 гр | 250 ₺ |
| Цветная капуста карри с помидорами | 240 гр | 280 ₺ |
| Сырые фаршированные болгарские перцы с кукурузой и авокадо | 240 гр | 240 ₺ |
| Овощи карри с миксом из свежей зелени | 240 гр | 260 ₺ |
| Соте из печеных баклажанов с рисом и красной фасолью | 350 гр | 370 ₺ |
| Сырые помидоры, фаршированные маринованными грибами и зеленью | 230 гр | 280 ₺ |
| Картофель отварной по-кубански с укропом и душистым маслом | 270 гр | 210 ₺ |
| Жаренка из картофеля с лесными грибами | 150 гр | 340 ₺ |
| Томленый булгур с белыми грибами | 250 гр | 320 ₺ |
| Томленая гречневая каша с грибами | 250 гр | 380 ₺ |

СОУСЫ

| | | |
|---------------------------|--------|------|
| Дзадзики на основе мацони | 100 гр | 90 ₺ |
| Лимонный | 100 гр | 70 ₺ |
| Горчично-бальзамический | 100 гр | 80 ₺ |
| Острый томатный | 100 гр | 90 ₺ |

НАПИТКИ

| | | |
|---|---------------|-------------|
| Свежевыжатый сок апельсина/грейпфрута | 250 мл | 449 ₺ |
| Тархун / Грейпфрут-кинза / Клубника-базилик | 200 / 1000 мл | 219 / 659 ₺ |