# Завтраки ВЕСЬ ДЕНЬ

Морковный фреш в подарок с 10 до 12 часов

### NEW Асаи боул с домашней гранолой

Смузи из Асаи, домашняя гранола, сезонные ягоды
350 гр.
**600 руб.**

### СКРЭМБЛ с Авокадо и Бездрожжевым или Гречневым хлебом на выбор

Тофу, цукини, красный лук, томаты, слайсы авокадо. Подается с хрустящим тостом из бездрожжевого хлеба или попросите официанта подать с Гречневым хлебом.

419 ккал, БЖУ 19/16/50

270/80 гр

**600 руб.**

### СЫРНИКИ С КОКОСОВОЙ СГУЩЕНКОЙ / КЛЕНОВЫМ СИРОПОМ / ГОЛУБЫМ КЕШЬЮ-КРЕМОМ.

Тофу, ваниль, сироп топинамбура, свежие ягоды, соус на выбор.

361 ккал, БЖУ 12/14/46
308 ккал, БЖУ 12/9/46
391 ккал, БЖУ 15/21/35

170/50 гр

**600 руб.**

### АВОКАДО ТОСТ НА Б/Д ХЛЕБЕ

Хрустящий тост на бездрожжевом хлебе, соус песто, авокадо, микс салат, долька лайма и чили.

571 ккал, БЖУ 11/40/42

220 гр

**600 руб.**

### АВОКАДО ТОСТ НА Б/Д ГРЕЧНЕВОМ ХЛЕБЕ

Хрустящий тост на безглютеновом гречневом хлебе, соус песто, авокадо, микс салат, долька лайма и чили.

493 ккал, БЖУ 9/41/23
512 ккал, БЖУ 11/41/25

220 гр

**600 руб.**

### АВОКАДО ТОСТ НА Б/Д БОРОДИНСКОМ ХЛЕБЕ

Хрустящий тост на бездрожжевом хлебе , соус песто, авокадо, микс салат, долька лайма и чили.

559 ккал, БЖУ 11/39/42

220 гр

**600 руб.**

### ВАФЛИ ИЗ БАТАТА С ГРИБАМИ И ШПИНАТОМ

Батат, пшеничная мука, кокосовое молоко, вешенки гриль, шпинат, кешью сметана, хрен.

678 ккал, БЖУ 17/34/76
240 гр

**600 руб.**

### ВАФЛИ ИЗ БАТАТА С ХУРМОЙ И КОКОСОВОЙ СГУЩЕНКОЙ

Батат, пшеничная мука, кокосовое молоко и масло, хурма, пекан, сироп топинамбура, базилик.

250 гр

**600 руб.**

### ПШЕННАЯ КАША С ХУРМОЙ И ОБЛЕПИХОЙ

Пшенная каша на кокосовом молоке, ванильный крем, хурма, облепиха, базилик.

350 гр

**550 руб**

### ОВСЯНКА С ЯБЛОКОМ И ФУНДУКОМ

Овсяные хлопья, кокосовое молоко, карамелизированные яблоки и фундук.

428 ккал, БЖУ 8/23/47

350 гр

**550 руб.**

### БЛИНЫ Б\Г С БАНАНОМ И НУТЕЛЛОЙ

БЛИНЫ НА ОСНОВЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЙ МУКИ , КОКОСОВОГО МОЛОКА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ САХАРА! С БАНАНОМ И НУТЕЛЛОЙ.

437 ккал, БЖУ 7/15/68,3

235 гр

**550руб.**

### БЛИНЫ Б\Г С "КРАСНОЙ ИКРОЙ", КЕШЬЮ СМЕТАНОЙ И МИКРОЗЕЛЕНЬЮ

БЛИНЫ НА ОСНОВЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЙ МУКИ, КОКОСОВОГО МОЛОКА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА. БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ САХАРА. ПОДАЮТСЯ СО СМЕТАНОЙ ИЗ КЕШЬЮ, "КРАСНОЙ ИКРОЙ" И МИКРОЗЕЛЕНЬЮ ГОРОХА

190 гр

**500 руб**

**БЛИНЫ Б\Г С "ЧЕРНОЙ ИКРОЙ", КЕШЬЮ СМЕТАНОЙ И МИКРОЗЕЛЕНЬЮ**

БЛИНЫ НА ОСНОВЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЙ МУКИ, КОКОСОВОГО МОЛОКА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА. БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ САХАРА. ПОДАЮТСЯ СО СМЕТАНОЙ ИЗ КЕШЬЮ, "ЧЕРНОЙ ИКРОЙ" И МИКРОЗЕЛЕНЬЮ ГОРОХА

190 гр

**500 руб**

## Специальное меню от бренд-шефа Максима Короткова

**КРЕМ-СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ**

Цветная капуста, лук, морковь, картофель, корень сельдерея, дукка, кокосовое молоко , белое вино, чеснок,тимьян,трюфельное масло.

170 ккал, БЖУ 4/12/11

**300 гр.**
**450 руб.**

**БОУЛ С КИНОА АВОКАДО И ВАКАМЕ**

Киноа микс, авокадо слайсы ,морковь, вакаме, эдамаме, огурец, редис, микс зелени, терияке, Имбирь. кинза, "Фуритаке" водоросли с кунжутом.

327 ккал, БЖУ 9/17/35

**350 гр.**
**690 руб.**

**СТЕЙК ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ с соусом Ромеско**

Цветная капуста, оливковое масло, болгарский перец, киноа,миндаль,лук, чеснок, микс зелени.
В цветной капусте содержится большое количество витамина С, а также она улучшает работу печени и повышаем иммунитет.
Подойдёт как дополнение блюдо или легкий перекус.

В сочетании с рисовым боулом подойдет для повышения уровня железа.

368 ккал, БЖУ 9/24/29

250 гр.

**600 РУБ**

## ЗАКУСКИ

**РОЛЛЫ С КИНОА И БАКЛАЖАНОМ**

**ВЕСЕННИЙ САЛАТ**

**ЦЕЗАРЬ С АРТИШОКАМИ И ТОФУ**

Ферментированный кешью сыр, баклажан - терияке, авокадо, киноа, кинза, кунжут.

514 ккал, БЖУ 17/30/45

230/50/30/10 гр

**630 руб.**

Микс зелени, томаты сладкие, цукини, огурец, редис, горчичное масло , микс семян.

270 ккал, БЖУ 17/30/45

280 гр

**600 руб.**

Романо, копченый тофу, томаты черри, маринованные артишоки, веган сыр, соус цезарь, гренки.

464 ккал, БЖУ 11/38/20

210 гр

**650 руб.**

### СПРИНГ-РОЛЛ С МАНГО И АВОКАДО

Рисовая бумага, шпинат, морковь, цукини, авокадо, манго, мята, домашний СПРИНГ соус на основе ананаса и орехов кешью.

372 ккал, БЖУ 9/14/52

175/50 гр

**690 руб.**

### ХУМУС С ТОМАТАМИ, ОЛИВКАМИ ХАЛКИДИКИ И КАЛАМАТА

Нежный хумус из нута и кунжута. Подается с вялеными томатами, миксом оливок и свежим базиликом, с двумя кусочками поджаренного бездрожжевого хлеба / вы так же можете попросить подать с Гречневым хлебом или с лепешками кукурузными (сообщите официанту ваш выбор)

578 ккал, БЖУ 16/32/56

270 гр

**600 руб.**

### ТАКО С ЧЕЧЕВИЦЕЙ

Домашняя лепешка тако (кукурузная и пшеничная мука), зеленая чечевица, халапеньо, авокадо, томаты, кинза, лайм.
Подается с остреньким соусом на основе орехов кешью и шрирачи.

533 ккал, БЖУ 16/24/62

250/50 гр

**600 руб.**

### МУХАМАРА С ЛЕПЕШКОЙ С ЗАТАРОМ

Печеный болгарский перец, кедровый и грецкий орехи, оливковое масло, чили, кумин, черный перец, паприка копченая. Подается с свежеиспеченной горячей бездрожжевой, пшеничной лепешкой.

220 гр.

**600 руб.**

### БАБАГАНУШ С ЛЕПЕШКОЙ С ЗАТАРОМ

Печеный баклажан, тахини, оливковое масло, сок лимона, кинза, кумин, чеснок, гранат, затар. Подается с свежеиспеченной горячей бездрожжевой, пшеничной лепешкой.

260 гр.

**600 руб.**

### ЛЕПЕШКА С ЗАТАРОМ

Свежеиспеченная горячая пшеничная, бездрожжевая лепешка с оливковом маслом и приправами: кунжут, кумин, кориандр, тмин черный, орегано, тимьян, чабер.

150 гр.

**200 руб.**

## ОСНОВНОЕ МЕНЮ

### СУП РАМЕН ОВОЩНОЙ

Овощной бульон, тофу в водорослях нори, спирали из моркови и цуккини, томаты, шпинат, грибы шиитаки, лук, кинза, лайм и чили.

222 ккал, БЖУ 12/9/23

420 гр

**680 руб.**

### СУП РАМЕН С ЛАПШОЙ

Овощной бульон, тофу в нори, томаты, шпинат, грибы шиитаки, лук, кинза, японская веганская лапша пшеничная , Кимчи и чили, кунжут, арахисовая паста, мисо паста.

252 ккал, БЖУ 12/9/23

490 гр

**750 руб.**

### СУП ТОМ-ЯМ

Овощной бульон, кокосовое молоко, чили перец, чеснок, имбирь, шиитаке, кинза, вешенки, лемонграсс. Подается с белым рисом жасмин и долькой лайма.

336 ккал, БЖУ 11/15/38

430/60 гр

**720 руб.**

### БАТАТ С НУТОМ

Печеный батат, микс салата, чили, лайм, шпинат, нут, соевый соус, воздушный нежный соус на основе орехов кешью.

425 ккал, БЖУ 14/19/48

315 гр

**690 руб.**

### БАТАТ С ГРИБАМИ

Печеный батат, вешенки, соевый соус, воздушный недный сырный соус на основе орехов кешью, микс салата, чили, лайм.

386 ккал, БЖУ 13/19/42

315 гр

**690 руб.**

### РИСОВЫЙ БОУЛ

Микс из бурого риса, грибов шиитаке, бобов эдамамэ, тофу, арахисового соуса, лука порея, микса зелени, кимчи.

414 ккал, БЖУ 20/16/47

310 гр

**690 руб.**

### ЦИНИЧНЫЙ РОЛЛ

Лепешка из пшеничной муки, соус чипотле, котлета

### БУРРИТО С ЧЕРНОЙ ФАСОЛЬЮ и ГУАКАМОЛЕ

мультибобовая, корейская морковь, томаты свежие, салат Романо, соленые огурцы. Микс салат, оливковое масло, микс семян.

350 гр.

**690 руб**

Тортилья из пшеничной муки, черная фасоль, огурцы, томаты, салат романо, лук порей, томатный соус, домашний майонез, чеснок, халапеньо. Подается с гуакамоле и чили.

524 ккал, БЖУ 18/18/71

290/50 гр

**690 руб.**

## БУРГЕРЫ

### БУРГЕР С МУЛЬТИБОБОВОЙ КОТЛЕТОЙ

Мультибобовая котлета, соус чипотле, соус песто, томаты, красный лук, домашняя булочка с кунжутом, романо, халапеньо, соленый огурец. Подается с салатом микс.

715 ккал, БЖУ 21/43/62

300 гр

**600 руб.**

### ЦИНИЧНЫЙ ВЕГАН БУРГЕР

Котлета из **растительного "мяса"**, домашняя булочка с кунжутом, салат романо, халапеньо, кешью сыр, BBQ соус, томаты, лук красный, соленый огурец. Подается с салатом микс.

614 ккал, БЖУ 28/34/50

310 гр

**720 руб**

### ВЕГАН БУРГЕР BEYOND MEAT

Котлета **BEYOND MEAT** из растительного "мяса", домашняя булочка с кунжутом, салат романо, халапеньо, кешью сыр, BBQ соус, томаты, лук красный, соленый огурец. Подается с салатом микс

614 ккал, БЖУ 28/34/50

310 гр

**1 290 руб**

## ПИЦЦА

ДОСТУПНО С 12:00

### ПИЦЦА С БАКЛАЖАНОМ И ТОФУ (30 СМ)

Бездрожжевое тесто (мука пшеничная, мука цельнозерновая с высоким содержанием белка, закваска), томатный соус, баклажаны, черри, тофу копченый, веган сыр на основе кешью, базилик, песто (кешью, семена тыквы, петрушка, базилик, масло олив., подсолнечное, соль, сок лимона).

### ПИЦЦА С ГРИБАМИ и РУККОЛОЙ (30 СМ)

Бездрожжевое тесто (мука пшеничная, мука цельнозерновая с высоким содержанием белка, закваска), руккола, грибы шампиньоны, томаты вяленые, красный лук, кешью сыр, белый соус (мука в/с, масло подсолнечное, молоко соевое, мускатный орех, перец, соль).

### ПИЦЦА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МЯСОМ И СОУСОМ РОМЕСКО (30СМ)

Бездрожжевое тесто (мука пшеничная, мука цельнозерновая с высоким содержанием белка, закваска), томатный соус, растительное мясо, соус ромеско, соленые огурцы, халапеньо, красный лук, базилик, оливковое масло.

930 ккал, БЖУ 26/43/109

550 гр

**800 руб.**

1128 ккал, БЖУ 25/65/110

500 гр

**800 руб.**

904 ккал, БЖУ 53/19/130

450 гр

**800 руб.**

## ХЛЕБ

ПЕЧЕМ САМИ

### ХЛЕБ БЕЗДРОЖЖЕВОЙ 500 ГР

Мука пшеничная, кокосовое молоко, сироп топинамбура, грецкий орех, семена льна и кунжута.

500 гр: 1247 ккал, БЖУ 32/23/227

**290 руб.**

### ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ 500 ГР

Пшено, зеленая гречка, сироп топинамбура, семена тыквы и льна, кунжут.

578 ккал, БЖУ 15/19/88

**350 руб.**

### ХЛЕБ «БОРОДИНСКИЙ» 500 ГР

Солод, ржаная мука, пшеничная мука, тростниковый сахар, закваска, кориандр, тмин.

993 ккал, БЖУ 29/6/207

**250 руб.**

## ДЕСЕРТЫ

БЕЗ ГЛЮТЕНА И БЕЗ САХАРА

### ПИРОЖНОЕ "ЧЕРНЫЙ ЛЕС" Б/Г

Мука без глютена, какао, какао-масло, шоколад темный, рисовое молоко, вишня, сироп топинамбура, кокосовые сливки, кокосовый сахар, веган крем чиз на основе кешью

538 ккал, БЖУ 5/33/53

150 гр

**590 руб.**

### ТАРТАЛЕТКА КЛУБНИЧНАЯ Б/Г

Песочная тарталетка на основе безглютеновой и миндальной муки, веганского "сливочного масла", пудры мальтита. Ванильное кремю на соевом молоке. Мусс из соевого протеина, клубничного пюре, инулина, агар-агара, кокосового и какао масла.

395 ккал, БЖУ 3/20/52

130 гр

**550 руб.**

### ПАННА-КОТА МАНГО-МАРАКУЙЯ

Кокосовое молоко, кокосовые сливки, эритрит (сахорозаменитель), инулин. Манго, маракуйя. Украшаем свежей малиной и мятой.

145 ккал, БЖУ 1,3/8,8/15,2

140гр

**430р**

### ТИРАМИСУ

Крем на кокосовом молоке с сиропом топинамбура и ванилью. Безглютеновые коржи с кокосовым сахаром на рисовом молоке, пропитанные кофе.

340 ккал,БЖУ 3/19/39
120г

**500руб**

### ПИРОЖНОЕ "ФУНДУЧНЫЙ СНИКЕРС"

Безглютеновый шоколадный бисквит на кокосовом сахаре, шоколадный ганаш на кокосовом молоке ,веган молочном шоколаде на мальтите и кешью, фундук, соленая карамель на сиропе топинамбура, шоколадная глазурь из молочного шоколада с дробленым фундуком.

80 гр

**550 руб**

### ЛАЙМ-МЯТА RAW

Овсяные безглютеновые хлопья, кокосовая стружка, финики, кешью, лайм, лимон, мята, кокосовое масло.Украшается свежими ягодами.

439 ккал, БЖУ 6/30/35
120 г

**500 р**

### МАНГО-МАРАКУЙЯ RAW

Финики, курага, коксовый урбеч и мука, сироп топинамбура,кокосовое масло, кешью, манго, маракуйя. Украшается кокосовым ганашем и свежими ягодами.

388 ккал, БЖУ 7/30/23

120 гр

**500 руб.**

### "МЕДОВИК" Б/Г

Мука безглютеновая, кокосовый сахар, сироп топинамбура, кокосовое молоко, кокосовое масло, инулин, ваниль.

501 ккал, БЖУ 3/29/57
120 гр.

**550 руб.**

### ТОРТ МИНДАЛЬНЫЙ Б/Г

Аквафаба , сироп топинамбура, миндальная и рисовая мука, дробленый миндаль, миндальная паста собственного приготовления, кокосовые сливки, миндальные лепестки.

**Готовим по выходным.**

924 ккал, БЖУ 18/76/43
160 гр

**590 руб.**

### ЧЕРЕМУХОВЫЙ ТОРТ С ГОЛУБИКОЙ Б/Г

Б\г черемуховые коржи на кокосовом сахаре, крем-чиз из кешью, свежая голубика. Покрыт шоколадной глазурью на тростниковом сахаре.

**Готовим по выходным.**

611 ккал, БЖУ 7/42/51
130 гр.

**550 руб.**

### ЭКЛЕРЫ

Корпуса эклеров готовим из нутовой и рисовой муки, тапиоки, сиропа топинамбура, рисового молока.

**Ванильный**: кешью, кокосовое и какао масло, миндальное молоко, сироп топинамбура, ваниль, какао, сухое кокосовое молоко. 70гр
**Карамельный:** кешью, кокосовый сахар, кокосовое масло. 80гр
**Фисташковый**: фисташковая паста, панела (натуральный тростниковый сахар), масло кокосовое и виноградной косточки. 80гр

**1 шт - 460 руб.**

### ЧИЗКЕЙК "ТОПЛЕНОЕ МОЛОКО"

Тофу, крем-чиз на основе кешью, сироп топинамбура, соевое молоко, рисовая мука, лимонный сок, ванильная паста, сухое кокосовое молоко. Подается с ванильным кремом и свежими ягодами.

Готовим по выходным.

90 ккал, БЖУ 1/5/9
140 гр

**500 руб.**

### "Баунти"

Кокосовая стружка, кокосовая мука, кокосовое молоко, кокосовый урбеч, сухое кокосовое молоко, инулин, сироп топинамбура, ваниль, какао тертое, какао масло.

40гр
**190р**

### ЭСКИМО "МАГНАТ"

Ванильный ганаш, кокосовая карамель, молочный веган шоколад с миндалем. Подается холодным.

429 ккал, БЖУ 1/33/30
90 гр

**500 руб.**

### КОНФЕТА "ЦИНИЧНОЕ FERRERO"

Шоколадно-фундучное пралине, цельный фундук, хрустящий слой, в молочном шоколаде с дробленым фундуком.

15 гр.

**150 руб.**

### КОНФЕТА "ЦИНИЧНОЕ РАФАЭЛЛО"

Молочно-кокосовая начинка, внутри цельный орех миндаля, покрыта белым веганским шоколадом с кокосовой стружкой.

15 гр.

**130р.**

### ШОКОЛАД

Какао масло, какао тертое, сироп топинамбура. Наполнение:малина, фисташка,грецкий орех, миндаль, вишня, клубника, апельсин, клюква, тыквенные семечки, кунжут, кешью.

100 гр

**430 руб.**

### ШОКОЛАД АССОРТИ

Какао масло, какао тертое, сироп топинамбура. Наполнение:малина, фисташка,грецкий орех, миндаль, вишня, клубника, апельсин, клюква, тыквенные семечки, кунжут, кешью.

100 гр

**430 руб**

## ДЕСЕРТЫ

## БЕЗ БЕЛОГО САХАРА

### ТРУБОЧКА БЕЗ ГЛЮТЕНА С КОКОСОВОЙ СГУЩЕНКОЙ

Безглютеновая мука, сахар тростниковый, рисовое и кокосовое молоко, кокосовое и какао масло.

80 гр

**390 руб.**

### МАКАРОН МИНИ В АССОРТИМЕНТЕ

Основание для макарун из миндальной муки, картофельного белка, сахарной пудры из тростникового сахара.
Вкусы : Шоколадный \ Ваниль

30 - 35 гр.

**220 руб.**

## ПОЛЕЗНЫЕ НАПИТКИ

### ШОТ "ИММУННЫЙ "

Апельсин, имбирь, лимон, куркума. Разработан специально для укрепления иммунитета и сияния кожи.

100 мл

**390 руб.**

### ШОТ "ГРИН"

Шпинат, зеленое яблоко, лимон, мята. Разработан специально для повышения энергии, замедляет старение, восполняет магний, кальций и железо.

100 мл

**390 руб.**

### ФРЕШ СЕЛЬДЕРЕЙ

300 мл

**390 руб.**

### ФРЕШ АПЕЛЬСИН

300 мл

**420 руб.**

**микс апельсин- грейфрут**

**300 мл**

**420 руб**

### ФРЕШ МОРКОВНЫЙ

300 мл

### ФРЕШ ГРЕЙПФРУТ

300 мл

### ФРЕШ ЗЕЛЕНОЕ ЯБЛОКО

300 мл

### ФРЕШ-МИКС

Вы можете заказать **микс фреш** из

**350 руб.**

**390 руб.**

**390 руб.**

**двух ингредиентов**: апельсин-грейпфрут, сельдерей-яблоко и др.

300 мл

**390 руб. / 420 руб**

### СМУЗИ "ТРОПИЧЕСКИЙ"

Смузи на основе ананаса, банана, манго, кокосового молока и льда. Разработан специально для повышения иммунитета и легкости пищеварения. Богат витаминами группы С и В

300 мл

**450 руб**

### СМУЗИ "СУПЕР ЗЕЛЕНЫЙ"

Шпинат, авокадо, клубника, апельсин, миндальное молоко, лед. Разработан специально для омоложения организма, снижения уровня холестерина и для всех желающих похудеть.

300 мл

**450 руб**

### СМУЗИ "ВИШНЕВЫЙ ПРОТЕИН"

Вишня, конопляный протеин, фундучная паста, банан и рисовое молоко

300 мл

**450 руб**

## МОРОЖЕНОЕ

ПОРЦИЯ - 50 ГР (ПОДАЕТСЯ С ВАФЛЯМИ)

### ШОКОЛАДНОЕ МОРОЖЕНОЕ

Финик, банан, какое, миндаль, сироп топинамбура, кокосовое молоко, ваниль

**250 р.**

### ВАНИЛЬНОЕ МОРОЖЕНОЕ

Кешью, сироп топинамбура, кокосовое молоко, кокосовое масло, ваниль

**250 р.**

### ЛАВАНДОВОЕ МОРОЖЕНОЕ

Груша, сироп топинамбура, лаванда, цветок клитории, кокосовое молоко

**250 руб.**

### АВОКАДО-ЛАЙМ МОРОЖЕНОЕ

Авокадо, кокосовое молоко, сироп топинамбура, кокосовое масло, лайм, мята

**250 руб.**

### МАНГО-ЧИЛИ МОРОЖЕНОЕ

Манго, чили, сироп топинамбура, банан, ваниль, кокосовые сливки

**250 руб.**

### МИСО-КАРАМЕЛЬ МОРОЖЕНОЕ

Кокосовое молоко, сироп топинамбура, кешью, мисо паста

**250 руб.**

### СГУЩЕННОЕ "МОЛОКО"-ГРЕЦКИЙ ОРЕХ

Мороженое на основе кешью, кокосового молока, тростникового сахара, грецкого ореха, ванильного экстракта.

**250 руб**

## ТОРТЫ

ПРЕДЗАКАЗ ЗА 48 ЧАСОВ

### Рождественский кекс Б/Г (1.3 КГ) за 48 часов!

Мука безглютеновая, миндальная мука, курага, изюм, сушеная клюква, фисташка, молоко кокосовое, сироп топинамбура. масло кокосовое и

### ЧЕРНЫЙ ЛЕС Б/Г БЕЗ САХАРА (1.85КГ)

Мука б/г, какое, какао-масло, рисовое молоко, вишня, сироп топинамбура, кокосовые сливки, кокосовый сахар, крем- чиз веганский на основе орехов кешью. Украшается свежими ягодами.

### ЧИЗКЕЙК Б/Г БЕЗ САХАРА (1.3 КГ)

Рисовая, миндальная и кукурузная мука, кокосовое масло, сироп топинамбура, тофу, крем - чиз веганский на основе орехов кешью, сок лимона, кокосовые сливки. Украшается свежими ягодами.

подсолнечное,апельсиновый фреш, ваниль, цукаты лимонные и апельсиновые.
Меренга - аквафаба, сироп топинамбура.
**б/ж/у/ КК 50/140/640/3990**
**1300 гр.**
**4 200 руб.**

1850 гр.
**4 200 руб.**

1300 гр.
**4 200 руб.**

### «МЕДОВИК» БЕЗ САХАРА И ГЛЮТЕНА (1.5 КГ)

Мука б/г, сироп топинамбура, кокосовый сахар, мальтит, кешью урбеч.
Растительные масла: кокосовое, подсолнечное, какао. Украшается свежими ягодами.

1200 гр.
**4 000 руб.**

### «НАПОЛЕОН» БЕЗ САХАРА (1.3КГ)

Пшеничная мука, кокосовое масло, сироп топинамбура, клубника, яблочный пектин, кокосовые сливки. Украшается свежими ягодами.

1300 гр.
**4 500 руб.**

### ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ БЕЗ САХАРА (1.85 КГ)

Полбяная мука, кокосовый сахар, какао, рисовое молоко, яблочное пюре, эспрессо, кокосовое молоко, сироп топинамбура, арахис, шоколадная глазурь, кокосовые сливки. Украшается свежими ягодами.

1850 гр.
**4 500 руб.**

### ТОРТ КРАСНЫЙ БАРХАТ Б/Г (1.85 КГ)

Мука безглютеновая, пудра красного риса, тростниковый сахар, молоко рисовое, масло подсолнечное, масло кокосовое, белый шоколад. Клубничная начинка из клубники и сиропа топинамбура, пропитан сиропом из топинамбура и рома. Украшается свежими ягодами.

1850 гр.
**4 800 руб.**

### Торт Миндальный Б\Г, БЕЗ САХАРА (1.3 КГ)

Аквафаба , сироп топинамбура, миндальная паста собственного приготовления, рисовая и миндальная мука, кокосовые сливки, миндальные лепестки.

1300 гр.
**4 200 руб.**

### ТОРТ ЧЕРЕМУХОВЫЙ Б/Г (1.3) КГ

БЕЗ ГЛЮТЕНОВЫЕ коржи с добавлением черемуховой муки, кокосовый сахар, крем-чиз кешью, свежая голубика в начинке цельными ягодами. Шоколадная глазурь .

1 300 гр.
**3 900 руб**

## ТОРТЫ RAW

ПРЕДЗАКАЗ ЗА 24 ЧАСА

### ЛАЙМ - МЯТА RAW

Миндальная мука, зеленая гречка, финики, кешью, коксовое масло, сироп топинамбура, лаванда, черника, сок лайма. Украшается свежими ягодами.

1000 гр.
**3 900 руб.**

### МАНГО-МАРАКУЙЯ RAW

Финики, курага, коксовый урбеч и мука, сироп топинамбура,кокосовое масло, кешью, манго, маракуйя. Украшается кокосовым ганашем, свежими ягодами, сушеным ананасом и мятой.

388 ккал, БЖУ 7/30/23
1000 гр.
**3 900 руб.**

НАЗАД В МЕНЮ

## ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ

### ЛИМОНАД ЛАВАНДОВЫЙ

холодный напиток ЛАВАНДОВЫЙ лимонад (готовим сами из эссенции лаванды, пудры цветков клитории, свежих апельсинов и лимонов)
**300 МЛ**
**390 РУБ**

### МАТЧА ТОНИК ЦИТРУС

Напиток на основе зеленой матчи, тоника и цитруса.
**300 МЛ**
**390 РУБ**

### ЛИМОНАД ЦИТРУСОВЫЙ

холодный напиток ЦИТРУСОВЫЙ лимонад (готовим из свежих апельсинов и лимонов)
**300 МЛ**
**390 РУБ**

**ЛАВАНДОВЫЙ ЛАТТЕ**

холодный напиток, в составе которого лавандовый сироп собственного производства, овсяное молоко, лед, эспрессо.

300 МЛ
**350 РУБ**

**МАТЧА БАМБЛ**

холодный детокс - напиток на основе апельсинового фрэша, матчи - премиум, льда.

**450 руб.**

**МАТЧА - МАНГО ЛАТТЕ**

Освежающий напиток на основе овсяного молока, пюре манго, матчи и льда.

**450 руб.**

**БАМБЛ КОФЕ**

Готовим на основе эспрессо и апельсинового фрэша.

300 мл.
**390 руб.**

## КЛАССИЧЕСКИЙ КОФЕ

**АМЕРИКАНО**

200 мл - **200 руб.**

**ФИЛЬТР**

200 мл - **220 руб.**
300 мл - **250 руб.**

**КАПУЧИНО**

Классическое 150 мл - **270 руб.**
Овсяное / рисовое 150 мл - **290 руб.**
Миндальное / кокосовое / соевое / фундучное / банановое молоко 150 мл - **320 руб.**
Молоко из грецкого ореха 150 мл - **350 руб.**

Классическое молоко 300 мл - **300 руб.**
Овсяное / рисовое 300 мл **- 320 руб.**
Миндальное / кокосовое / соевое / фундучное / банановое молоко 300 мл - **380 руб.**
Молоко из грецкого ореха 300 мл - **390 руб.**

### ЛАТТЕ

Классическое молоко 300 мл - **300 руб.**
Овсяное / рисовое 300 мл - **300 руб.**
Миндальное / кокосовое / соевое / фундучное молоко 300 мл - **350 руб.**
Молоко из грецкого ореха 300 мл - **400 руб.**
Банановое молоко 300 мл - **350 руб.**

### РАФ

Ванильный Раф 300 мл на классическом/ овсяном / рисовом - **350 руб.**
Цитрусовый Раф 300 мл на классическом/ овсяном / рисовом - **350 руб.**
Лавандовый Раф 300 мл на классическом/ овсяном / рисовом - **350 руб.**
на кокосовом/банановом/ фундучном /соевом / миндальном **-380 руб.**
на молоке грецкого ореха - **400 руб.**

### КАКАО

Классическое молоко 300 мл - **300 руб.**
Миндальное / кокосовое / фундучное / соевое 300 мл - **360 руб.**
Овсяное/ рисовое - **300 руб.**
Молоко из грецкого ореха 300 мл - 380 **руб.**
Банановое молоко 300 мл - **360 руб.**

### ЭСПРЕССО

60 мл - **200 руб.**

### ФЛЭТ УАЙТ

Классическое молоко 200 мл - **280 руб.**
Миндальное / кокосовое / овсяное / рисовое / соевое / фундучное молоко 200 мл - **300 руб.**
Молоко из грецкого ореха 200 мл - **330 руб.**
Банановое молоко 200 мл - **300 руб.**

### ВОРОНКА V60

сорт зерна можно выбрать.
240 мл - **300 руб.**

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПОРЦИЯ МОЛОКА

Кокосовое 50 мл - **60 руб.**
Миндальное 50 мл - **60 руб.**
Соевое 50 мл - **60 руб.**
Грецкий орех 50 мл - **60 руб.**

## ПОЛЕЗНЫЕ и СОГРЕВАЮЩИЕ НАПИТКИ

### МАСАЛА ЧАЙ

Согревающий и полезный напиток, готовим на грецком молоке и пряной смеси специй (черный перец, имбирь, кардамон, бадьян, гвоздика), посыпаем сублимированными ягодами.

**300 мл.**

**450 руб.**

### КУРКУМА ЛАТТЕ

Согревающий и полезный напиток, готовим на грецком или кокосовом молоке с добавлением куркумы.

**220 мл.**

**380 руб.**

### ГОРЯЧИЙ ШОКОЛАД (без сахара)

Шоколад без сахара, сироп топинамбура , молоко на выбор: Кокосовое, Фундучное, Овсяное, Грецкое

**180 мл.**

**350/360/390 руб.**

### Фруктовый чай МАЛИНА - БАЗИЛИК

Согревающий и полезный напиток, готовим из свежих протертых ягод малины и базилика, грейпфрутового фреша, сиропа топинамбура, в основе напитка липовый чай.

**500 мл.**

**450 руб.**

### ОБЛЕПИХОВЫЙ ЧАЙ

Согревающий чай на основе облепихи, апельсинового фреша, бадьяна, корицы и гвоздики.

**500 мл\ 450 руб**

## МАТЧА

### ГОЛУБАЯ МАТЧА

Классическое / кокосовое / миндальное / овсяное /

### ЗЕЛЕНАЯ МАТЧА

Классическое / кокосовое / миндальное / овсяное /

### ЛАТТЕ ЗЕЛЕНАЯ МАТЧА ICE холодная

латте на основе зеленой матчи - с холодным молоком

рисовое / соевое /фундучное молоко **220 мл - 300 руб.**
Молоко из грецкого ореха **220 мл - 350 руб.**

Классическое / кокосовое / миндальное / овсяное / рисовое / соевое /фундучное молоко **300 мл - 450 руб.**
Молоко из грецкого ореха **300 мл - 480 руб.**

рисовое / соевое /фундучное молоко **220 мл - 300 руб.**
Молоко из грецкого ореха **220 мл - 350 руб.**

Классическое / кокосовое / миндальное / овсяное / рисовое / соевое /фундучное молоко **300 мл - 450 руб.**
Молоко из грецкого ореха **300 мл - 480 руб.**

на ваш выбор - овсяное, кокосовое, рисовое, грецкое, миндальное, фундучное, лед.

**300 мл.**
на воде - **280 руб.**
на альтернативном молоке - **400 руб.**

### ЛАТТЕ СИНЯЯ МАТЧА холодная

латте на основе голубой матчи (цветы клитории), с холодным молоком на ваш выбор - овсяное, кокосовое, рисовое, грецкое, миндальное, фундучное, лед.

**300 мл.**
на воде - **280 руб.**
на альтернативном молоке - **400 руб.**