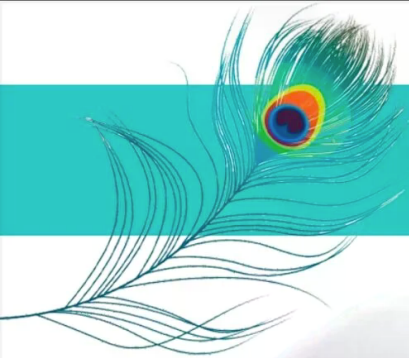




ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Narayana
ретрит-центр



Мисо суп

мисо паста, соевый соус, тофу,
рисовая лапша, лук зелёный, кунжут,
нори

350₽

300г



Вок

рисовая лапша, морковь, лук
репчатый, баклажан, кабачок, перец,
чеснок, соевый соус, кунжут

350₽

300г



Спагетти в сырном соусе и veg-сосисками

спагетти, сосиска вег., сыр, петрушка,
сладкая паприка, соль

350₽

250г



Спагетти в томатном соусе и veg-сосисками

спагетти, сосиска вег., кетчуп, петрушка,
сладкая паприка, соль

350₽

250г

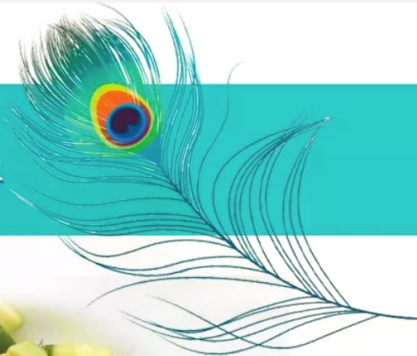
Лапша удон с сейтаном или соевый шницель, овощами и соусом терияки

лапша, перец, кабачок, баклажан,
морковь, специи, чеснок

350₽

250г





Вег «рыбка» в кляре
тофу, нори, кляр, соевый соус

350₽
5 шт



Салат с авакадо
овощной салат из сезонных овощей

300₽
300г



Роллы горячие **350₽**
Роллы овощные **300₽**
Роллы с тофу/авакадо **250₽**
Роллы с огурцом **200₽**

8 шт.

Пицца с сосисками

слоённое бездрожжевое тесто,
кетчуп, помидор, огурец солёный,
маслины, сосиска вег, сыр, перец красный

700₽
D25см





ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Narayana
ретрит-центр



Драники

картофель, манка, мука, чеснок,
соль, чёрный перец

350₽
300г



Фалафель с пюре

нут, лук, кинза, чёрный перец,
зира, кориандр, чеснок

400₽
300г



Сосиска в тесте

тесто слоёное бездрожжевое,
сосиска вег, кунжут

250₽
1 шт.



Шаурма с сосиской/тофу **400₽**

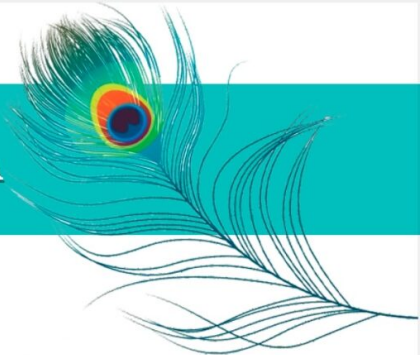
лаваш бездрожжевой, сосиска вег/тофу, 300г
капуста, огурец свежий, помидор,
морковка, солёный огурец, соус (семечки
подсолнуха/кешью, чёрная соль, горчица,
лимонный сок, вода)

Сэндвич

хлеб тостовый, сосиски вег, помидор,
огурец свежий, огурец маринованный,
пекинская капуста, соус (семечки
подсолнуха/кешью, чёрная
соль, горчица, лимонный
сок, вода)

400₽
300г





Картофель по-деревенски

картофель, масло растительное,
петрушка, укроп, соль

250₽
150г



Картофель фри

картофель, масло растительное,
соль, кетчуп

250₽
150г



Вареники с картошкой

картофель, тесто, масло
растительное, лук, соль пищевая,
перец чёрный молотый

350₽
200г



Хлеб из зелёной гречки

зелёная гречка, куркума, соль,
разрыхлитель, сода, вода, кориандр,
тыквенные семечки, кунжут, семечки
подсолнуха.

400₽
700г



ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Narayana
ретрит-центр



Драники

картофель, манка, мука, чеснок,
соль, чёрный перец

350₽
300г



Фалафель с пюре

нут, лук, кинза, чёрный перец,
зира, кориандр, чеснок

400₽
300г



Сосиска в тесте

тесто слоёное бездрожжевое,
сосиска вег, кунжут

250₽
1 шт.



Шаурма с сосиской/тофу **400₽**

лаваш бездрожжевой, сосиска вег/тофу, **300г**
капуста, огурец свежий, помидор,
морковка, солёный огурец, соус (семечки
подсолнуха/кестью, чёрная соль, горчица,
лимонный сок, вода)

Сэндвич

хлеб тостовый, сосиски вег, помидор,
огурец свежий, огурец маринованный,
пекинская капуста, соус (семечки
подсолнуха/кестью, чёрная
соль, горчица, лимонный
сок, вода)

400₽
300г





СЫРОЕДЧЕСКОЕ МЕНЮ

Narayana
ретрит-центр



Борщ с кешью-сметаной 350₽
свёкла, морковь, стебель сельдерея, перец, помидор, сок лимона, кориандр, капуста, кешью, соль, специи, вода **350г**



Тыквенный крем-суп 350₽
тыква, сок лимона, морковь, лук, чеснок, специи **350г**



Суп Гаспачо 350₽
помидоры, морковь, перец, лук, чеснок, перец острый, сок лимона, соль **350г**



Кабачковые спагетти 400₽
кабачки, кешью, майонез/соевый соус, чеснок, зелень **300г**



Салат с апельсином и авокадо
Авокадо, апельсин, свёкла, семечки тыквы, масло оливковое, листья пекинской капусты

400₽
350г



Льняная каша

лён, банан, яблоко, финики, курага, корица, вода

350₽
300гр



Каша из зелёной гречки

зелёная гречка, банан, финики, ягоды, корица, вода

350₽
300гр



Каша арахисовая

арахис, банан, ягоды, вода

350₽
300гр



Конфета

курага, финик, грецкий орех, кунжут

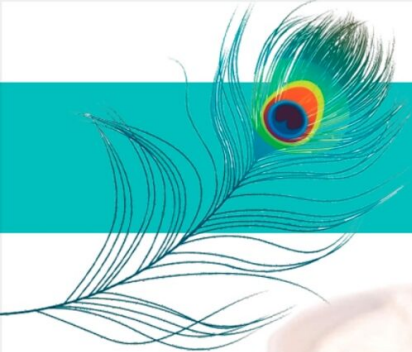
100₽
1шт



Фреш

яблоко/апельсин/морковь/ сельдерей или их сочетание на выбор

300₽
200мл



ДЕСЕРТЫ

Narayana
ретрит-центр



Сырники

творог/тофу, манка, кокосовая стружка, курага, чернослив, изюм, нутовая мука, ваниль

300₽
3 шт



Конфета творожная

100₽
1шт

творог, сахар, сгущёнка, ваниль, кокосовая стружка



Мороженое

клубничное, шоколадное, ванильное

100₽
1шарик



Конфета из печенья со сгущёнкой

100₽
1шт

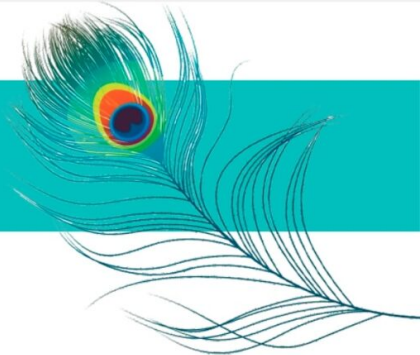
постное печенье, сгущёнка карамельная, кокосовая стружка



Конфета

курага, финик, грецкий орех, кунжут

100₽
1шт



Вафли с мороженым **350₽**

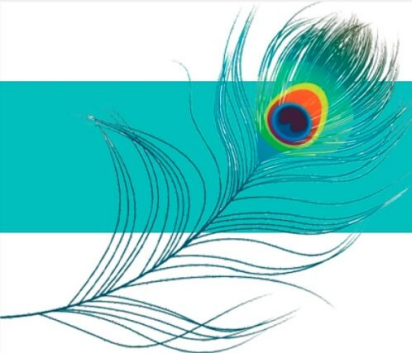
с карамельным топпингом



с клубничным топпингом



с шоколадным топпингом



ДЕТСКОЕ МЕНЮ

Narayani
ресторан-центр



Ролл с огурцом
отварной рис, огурец, нори

200₽
110г



Мини пицца
с сосиской

400₽
18 см.

бездрожжевое слоёное тесто, вег сосиски,
огурец солёный, помидор, томатная паста, сыр



«Рыбки» из тофу
тофу, нори, кляр

250₽
3шт



**Картофель фри/
по-деревенски**

250₽
150г

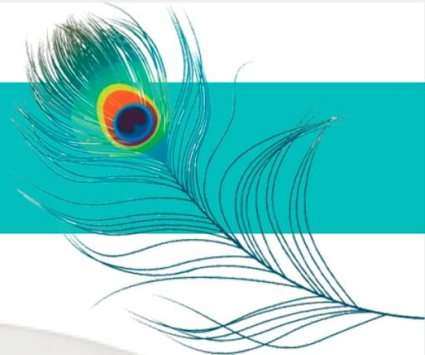
картофель, масло растительное, соль,
кетчуп

Вареники с картошкой

картофель, тесто, масло
растительное, лук, соль пищевая,
перец чёрный молотый

200₽
100г

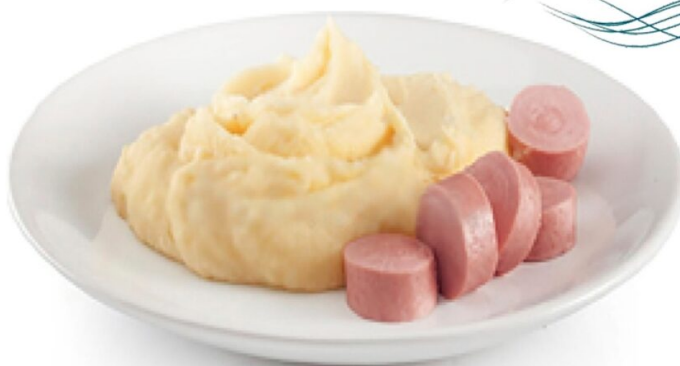




Супчик с вермишелькой 250₽

250гр

бульон овощной, картофель, морковь, горошек консервированный, вермишель



Пюре картофельное с сосиской 300₽

250гр

картофель, вег сосиска, зелень, масло по желанию



Овощной салатик 200₽

огурец, помидор

150г



Гречка
Картофель
Макароны
Рис

Гарниры 150₽

150г

Спагетти с сыром и сосиской 300₽

250гр

спагетти, вег сосиска, сыр



НАПИТКИ

Narayana
ретрит-центр



Молочный коктейль

мороженое, молоко, взбитые сливки **350Р**
300мл

Ягодный коктейль

бананы, кокосовое молоко, ягоды **350Р**
200мл

Смузи

бананы, яблоки, зелень или ягоды **350Р**
200мл



Фреш

яблоко/апельсин/морковь/
сельдерей или их сочетание на выбор **300Р**
200мл



Имбирный напиток чайник

корень имбиря, лимон, мёд, вода **400Р**
600мл



Травяной чай чайник

травы, вода **200Р**
600мл

Чай Масала маленький чайник

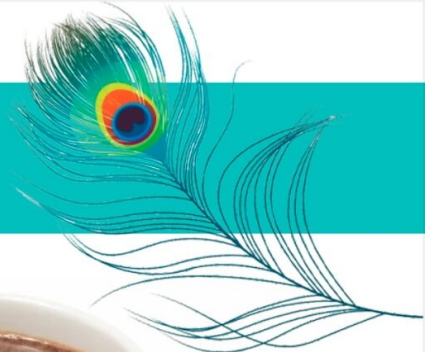
300Р
300мл

Чай Масала большой чайник

450Р
600мл

растительное/коровье молоко, вода,
чёрный чай, имбирь, куркума, гвоздика,
кардамон, мускатный орех, бадьян,
чёрный перец, корица





Чай «Витаминный взрыв»
маленький чайник

300₽
300мл

Чай «Витаминный взрыв»
большой чайник

450₽
600мл

облепиха, имбирь, мёд, лимон

Цикорий на воде

250₽
300мл

Цикорий на молоке

400₽
600мл

цикорий, растительное/коровье
молоко, сахар или мёд



Какао

какао-порошок, сахар,
растительное/коровье
молоко

200₽
200мл

300₽
300мл



Кофе «Эспрессо»

150₽ 200₽
40мл 80мл

Кофе «Американо»

200₽ 250₽
200мл 300мл

Кофе «Капучино»

250₽ 350₽
200мл 300мл



+DECAFFEINATO