



# NORME CAFFÈ

# ЗАВТРАКИ

до 12:00 **Английский завтрак** 540

Глазунья из двух яиц, колбаски, красная фасоль, бекон  
285/65 г, 750 ккал, Б40 / Ж45 / У46

## Завтрак-конструктор из яиц

**Глазунья из двух яиц** 180

**Глазунья из трёх яиц** 200

**Классический омлет** 300

**Омлет из белков** 300

**Скрэмбл** 300

ДОБАВЬТЕ	ещё яйцо	+ 100
	томаты	+ 50
	моцареллу	+ 90
	шампиньоны	+ 70
	куриное филе	+ 70
	авокадо	+ 90
	шпинат	+ 70
	слабосолёный лосось	+ 220
	креветки на гриле	+ 270
	тост «Здоровый микс»	+ 60

Два яйца — 80 г, 245 ккал, Б9 / Ж21 / У5;

Три яйца — 120 г, 300 ккал, Б13 / Ж24 / У8;

Классический омлет — 200 г, 333 ккал, Б22 / Ж25 / У4;

Только белки — 130 г, 179 ккал, Б17 / Ж11 / У3

Скрэмбл — 200 г, 398 ккал, Б21 / Ж34 / У3

NEW **Картофельные драники с лососем** 580

140 г, 434 ккал, Б12 / Ж34 / У20

**Домашние блинчики** 290

Выберите топинг: сметану, сгущёнку, мёд или варенье

150/50 г, 327 ккал, Б11 / Ж11 / У47

NEW **Хрустящий тост с ветчиной и сыром** 280

170 г, 314 ккал, Б8 / Ж8 / У55

	<b>Сырники из органического творога с деревенской сметаной и вишней</b>	440
	210 г, 465 ккал, Б26 / Ж23 / У38	
NEW	<b>Взбитый творог с бананом и клубникой</b>	380
	220 г, 288 ккал, Б20 / Ж12 / У25	
NEW	<b>Творожная запеканка</b>	290
	Выберите топинг: сметану, сгущёнку, мёд или варенье	
	250/50 г, 492 ккал, Б20 / Ж29 / У37	
	<b>Геркулесовая каша с цветочным мёдом</b>	260
ДОБАВЬТЕ	лесные или грецкие орехи	+ 80
	сухофрукты	+ 60
	банан	+ 60
	ягоды	+ 120
	цветочный мёд	+ 80
	малиновое варенье	+ 60
ЕЩЁ МОЖНО	сварить на растительном молоке	+ 70
	База без добавок – 250 г, 331 ккал, Б4 / Ж11 / У54	
	<b>Рисовая каша на кокосовом молоке с вишней</b>	330
	250 г, 430 ккал, Б9 / Ж14 / У67	
NEW	<b>Сладкие французские тосты с топингом</b>	260
	Выберите топинг: сгущёнку, мёд или варенье	
ДОБАВЬТЕ	сгущёнки	+ 60
БОЛЬШЕ	цветочного мёда	+ 80
	малинового варенья	+ 60
	вишнёвого варенья	+ 60
	150/30 г, 773 ккал, Б14 / Ж36 / У88	

# САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

	<b>Большой зелёный боул под соусом унаги</b>	640
ДОБАВЬТЕ	слабосолёный лосось креветки на гриле	+ 220 + 270
	С авокадо, шпинатом, цукини, эдамаме и кейлом 260 г, 283 ккал, Б8 / Ж19 / У20	
	<b>Салат из свежих овощей и зелени с соусом песто</b>	460
ДОБАВЬТЕ	слабосолёный лосось креветки на гриле	+ 220 + 270
	База без добавок – 200 г, 255 ккал, Б4 / Ж22 / У10	
NEW	<b>Корн с копчёной уткой, пряной грушей и клубникой с дор-блю</b>	640
	190 г, 340 ккал, Б13 / Ж24 / У18	
	<b>Цезарь с курицей / креветками</b>	490 / 680
	С курицей – 170 г, 487 ккал, Б29 / Ж35 / У14; С креветками – 160 г, 469 ккал, Б21 / Ж37 / У13	
	<b>Греческий салат с фетой и оливками</b>	510
	180 г, 266 ккал, Б10 / Ж22 / У7	
	<b>Поке с лососем, авокадо, эдамаме — с рисом / киноа</b>	720
	С рисом – 180 г, 250 ккал, Б14 / Ж10 / У26; С киноа – 180 г, 259 ккал, Б15 / Ж11 / У25	
NEW	<b>Тёплый салат с куриной печенью в сливочном соусе</b>	480
	160 г, 289 ккал, Б20 / Ж21 / У5	

# СУПЫ

NEW	<b>Гаспачо с базиликовым мармеладом и моцареллой</b>	330
	ДОБАВЬТЕ <b>креветки на гриле</b> + 270	
	База без добавок – 265 г, 115 ккал, Б5 / Ж3 / У17	
	<b>Борщ с говядиной и черносливом со сметаной</b>	430
	250/50 г, 274 ккал, Б11 / Ж14 / У26	
NEW	<b>Суп-лапша с копчёной уткой, шпинатом и яйцом</b>	360
	350 г, 160 ккал, Б8 / Ж8 / У14	
NEW	<b>Суп-лапша с куриным филе, шпинатом и яйцом</b>	280
	350 г, 118 ккал, Б8 / Ж2 / У17	
	<b>Том-ям с курицей</b>	390
	250/50 г, 249 ккал, Б16 / Ж13 / У17;	
	<b>Том-ям с креветками</b>	590
	250/50 г, 273 ккал, Б22 / Ж13 / У17	

# ГОРЯЧЕЕ

	<b>Котлеты из птицы с сыром дор-блю с картофельным пюре</b>	640
	125/100 г, 441 ккал, Б35 / Ж22 / У26	
	<b>Куриное филе су-вид в бульоне с овощами</b>	420
	175 г, 215 ккал, Б38 / Ж3 / У9	
	<b>Куриная грудка-карри с рисом / гречкой</b>	490
	С рисом – 130/130/30 г, 455 ккал, Б59 / Ж7 / У40; С гречкой – 130/130/30 г, 459 ккал, Б62 / Ж6 / У39	
	<b>Филе индейки с пряным киноа и вялеными томатами</b>	660
	250 г, 507 ккал, Б37 / Ж28 / У24	
	<b>Цыплёнок в горчичном соусе с брокколи и бэйби картофелем</b>	580
	330 г, 662 ккал, Б32 / Ж46 / У30	
NEW	<b>Чикенбургер с картофельными дольками</b>	470
	210/90/25 г, 640 ккал, Б28 / Ж40 / У41	
NEW	<b>Кесадилья с курицей и овощами</b>	490
	230/30/30/5 г, 572 ккал, Б18 / Ж34 / У49	
NEW	<b>Кесадилья с овощами</b>	450
	230/30/30/ г, 470 ккал, Б35 / Ж15 / У50	
	<b>Бефстроганов из говядины с картофельным пюре</b>	680
	130/150 г, 579 ккал, Б28 / Ж39 / У29	
	<b>Филе судака на подушке из шпината с томатной сальсой</b>	690
	150 г, 331 ккал, Б28 / Ж23 / У3	

**NEW Фетучини с лососем и брокколи в сливочном соусе** 780

280 г, 478 ккал, Б15 / Ж22 / У55

**Карбонара** 420

250 г, 785 ккал, Б18 / Ж54 / У54

### **Гречневая лапша**

**Просто с овощами** 410

**С куриным филе и овощами** 460

**С говядиной и овощам** 650

**С креветками и овощами** 670

Лапша с овощами – 250 г, 417 ккал, Б14 / Ж9 / У70

Лапша с курицей – 250 г, 429 ккал, Б29 / Ж13 / У49

Лапша с говядиной – 260 г, 396 ккал, Б23 / Ж12 / У49;

Лапша с креветками – 250 г, 382 ккал, Б24 / Ж10 / У49

### **Гарниры**

**Рис** 180

**Гречка** 180

**Кионо** 200

**Шпинат жареный / на пару** 260

**Овощи на гриле** 290

**Брокколи на пару** 290

Рис – 120 г, 202 ккал, Б5 / Ж6 / У32;

Гречка – 150 г, 227 ккал, Б9 / Ж3 / У41;

Кионо – 120 г, 163 ккал, Б7 / Ж3 / У27;

Овощи на гриле – 160 г, 124 ккал, Б5 / Ж8 / У8;

Шпинат жареный – 70 г, 190 ккал, Б2 / Ж18 / У5;

Шпинат на пару – 70 г, 20 ккал, Б2 / Ж0 / У3;

Брокколи на пару – 100 г, 48 ккал, Б4 / Ж0 / У7;

# ВОДА И СОКИ

**Nestle, вода без газа** 150  
500 мл

**Petroglygh, Алтай, вода без газа** 180 / 290  
375 мл / 750 мл

**Petroglygh, Алтай, вода с газом** 220  
375 мл

**Кокосовая вода** 290  
330 мл

**Комбуча** 290 / 360  
300 / 500 мл

**Детокс-соки и смузи Norme Detox**  
Соки – 300 мл, смузи – 400 мл

**Мистер Сельдерей** 380  
Сельдерей, яблоко и свежая зелень

**Пищеварительный** 380  
Свекла, морковь, яблоко, имбирь, лимон

**Защищающий** 420  
яблоко, апельсин, физалис, имбирь

**Арнольд** 420  
Кокосовое молоко, банан, яблоко, апельсин

**Зелёный** 420  
Шпинат, банан и сельдерей, кокосовое молоко

**Ягодный** 420  
Асаи, голубика, черная смородина, банан, кокосовое молоко

**Цитрусово-ореховый** 420  
Цитрусовый с бананом и миксом лесных орехов

**Слимшейк** 420  
Творог, банан, молоко, сублимированная свекла

## **Свежевыжатые соки**

Стоимость за 100 мл

<b>Апельсиновый</b>	130
<b>Грейпфрутовый</b>	130
<b>яблочный</b>	130
<b>Морковный</b>	100
<b>Сельдереевый</b>	160
<b>Ананасовый</b>	250

## **ЧАЙНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

<b>Чёрный</b> «Английский завтрак», «Ассам», «Горные травы», «Бергамот»	290
<b>Зелёный</b> «Классическая Сенча», «Жасмин»	290
<b>Ягодный</b> «Клубничный», «Красные фрукты»	290
<b>Молочный улун</b>	360
<b>Ромашковый</b>	360
<b>Мятный</b>	360
<b>Гречишный</b>	360

Стоимость за 400 мл

# КОФЕ КЛАССА SPECIALTY

## Кофейная классика

Эспрессо	220
Американо	220
Капучино	240 / 320
Стандартный или большой	
Латте	340
Флет уайт	320

## Авторские напитки

Ванильный раф	360
Раф с халвой	360
Мятный мокко	360
Маття латте	360
Классический / мятный / с лимонграссом	

ДОБАВЬТЕ	дополнительный шот эспрессо	+ 70
	альтернативное молоко	+ 70
	кокосовое / миндальное / соевое	

Напитки готовим на бленде 100% арабики натуральной обработки.  
Обжарка собственная, средняя. Во вкусе лёгкая кислотность, в аромате –  
тёмные ягоды и шоколад.

# СЕЗОННЫЕ НАПИТКИ

По желанию приготовим горячими или холодными, 500 мл

Чёрная смородина с мелиссой	380
Хвойный чай с брусникой	380
Маракуйя, персик, розмарин	380
Облепиха со свежим розмарином	380
Сибирская клюква с апельсином	380

# ПОЛЕЗНОЕ СЛАДКОЕ

<b>Конфеты Norme Detox</b>	70
На выбор: фруктово-имбирное печенье, лукум с финиками и кешью или лукум с курагой и кедровыми орешками	
<b>Филе ананаса</b>	390
200 г	
<b>Свежие фрукты</b>	
Стоимость за 100 г	
<b>Зелёное яблоко</b>	50
<b>Банан</b>	50
<b>Апельсин</b>	60
<b>Грейпфрут</b>	60

# БАТОНЧИКИ

<b>Протеиновый шоколад</b>	510
Protein Snickers, Mars, M&M's, Bounty	
<b>Chikalab батончик</b>	310
<b>Chikalab печенье</b>	310
<b>Chikalab шоколад</b>	430
<b>Warrior Crunch Bar</b>	480
<b>Snack Fabriq</b>	200
<b>Layers батончик</b>	310
<b>SOJ батончик</b>	260
<b>R.A.W. LIFE батончик</b>	260
<b>R.A.W. LIFE конфета</b>	120

## ПЕРЕД ТРЕНИРОВКОЙ

**Предтрен-комплекс** 220  
18 г

**QNT Elite NO+** 390  
Предтренировочный комплекс.  
Оксид азота на основе L-аргинина  
80 мл

**L-Carnitine** 290 / 320 / 380  
2500 / 3000 / 4500  
25 мл

**BCAA в порошке** 260  
5 г

**Nutrend BCAA Shot** 360  
60 мл

**Nutrend L-Carnitine** 360  
3000  
60 мл

## ПРОТЕИНОВЫЕ ПРОДУКТЫ 012

**Протеиновые вафли** 280  
Выберите вкус:  
клубника с йогуртом, малина с йогуртом, арахис,  
фундук с шоколадом, миндаль с шоколадом, кокос с миндалём  
50 г

**Мороженое** 280  
Выберите вкус: манго-маракуйя, кокос, клубника

## ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ

<b>VP BCAA / L-Carnitine / Collagen Water</b> 0,33 л	290
<b>O12 BCAA / L-Carnitine</b> 0,5 л	320
<b>Nutrend L-Carnitine</b> 0,75 л	390
<b>Care Water</b> 0,4 л	360
<b>QNT BCAA 8000</b> 0,75 л	390
<b>Oshee Isotonic</b> 0,75 л	360

## ПРОТЕИН, ГЕЙНЕРЫ И КОКТЕЙЛИ

<b>4+ISO</b> Премиальный протеин / изолят 35 г	290
<b>QNT / Optimum Nutrition</b> Сывороточный / растительный изолят 35 г	290
<b>QNT / Optimum Nutrition</b> Гейнер 75 г	330
<b>Коктейли</b> Готовим на воде / молоке / растительном «молоке»	
<b>Премиум-протеин / изолят</b>	380 / 440 / 500
<b>Изолят</b>	330 / 390 / 450
<b>Гейнер</b>	330 / 390 / 450

# ДЕТСКОЕ МЕНЮ

## ЗАВТРАКИ

**яйца-скрэмбл с хрустящими тостами** 230

ДОБАВЬТЕ    томаты                                    + 60  
                  ветчину                                        + 60  
                  сыр    + 60

**Сырники с топингами** 440

Выберите топинг: сметану, мёд,  
малиновое варенье, сгущёнку

**Домашние блинчики с топингами** 240

Выберите топинг: сметану, мёд,  
малиновое варенье или сгущёнку

## САЛАТ

**Овощной салат  
с растительным маслом / сметаной** 290

## СУП

**NEW Суп-лапша с куриным филе и яйцом** 280

## ГОРЯЧЕЕ

**Чикенбургер  
с картофельными дольками** 470

**Куриные котлетки на пару / на гриле** 370  
Выберите гарнир: гречка или картофельное пюре

**Мини-пельмени с куриным фаршем** 300

**Куриные стрипсы** 420  
Выберите соус: сырный или кетчуп

**Макароны с сыром** 240

**Карбонара** 420

## ГАРНИРЫ

**Картофельные дольки** 170

**Картофельное пюре** 170

**Гречка / рис** 180

## НАПИТКИ

**Молочный коктейль** 240  
Выберите вкус: клубничный, шоколадный,  
ванильный или банановый

**Какао с маршмеллоу** 240

**Молочный коктейль  
«Бабл Гам» с маршмеллоу** 260