

# Вок кафе

---

---

Меню

# ЗАВТРАКИ

BREAKFAST

**Каша  
на молоке** | 200 гр  
128 ккал / 100 гр

(добавки: мёд, изюм, орехи / 40 г) 50 р

190 Р

**Омлет  
(3 яйца)** | 220 гр  
100 ккал / 100 гр

(добавки: ветчина, помидоры, сыр) 50 р

190 Р

**Сырники  
(3 шт)** | 150 гр  
230 ккал/100гр

(подается со сметаной, вареньем или  
сгущенным молоком на Ваш выбор)

190 Р

**Блины  
(3 шт)** | 140 гр  
185 ккал / 100гр

190 Р

**Творожная  
запеканка** | 150 гр  
168 ккал/100гр

(подается со сметаной, вареньем или  
сгущенным молоком на Ваш выбор)

190 Р

**Яичница  
(3 шт)** | 220 гр  
100 ккал / 100гр

(добавки: ветчина, помидоры, сыр) 50 р

190 Р



# САЛАТЫ

SALADS

**Авокадо  
с овощами**

190 гр  
200 ккал / 100 гр

320 P

**Авокадо  
с креветками**

190 гр  
190 ккал / 100 гр

420 P



**Греческий**

(свежие овощи, сыр фета, маслины,  
оливковое масло, красный лук)

200 гр  
152 ккал / 100 гр

290 P

**Фитнес**

(салат айсберг, огурец, помидор,  
куриное филе, сыр пармезан)

190 гр  
170 ккал / 100 гр

290 P

**Салат «Кайсо»**

(морские водоросли,  
ореховый соус)

100 гр  
71 ккал / 100 гр

210 P

**Цезарь с курицей**

200 гр  
109 ккал / 100 гр

520 Р

**Цезарь с семгой**

220 гр  
320 ккал / 100 гр

430 Р

**Цезарь с креветками**

220 гр  
62 ккал / 100 гр

430 Р

**Сыроед**

(капуста, свекла,  
огурцы, чернослив)

190 гр  
107 ккал / 100 гр

220 Р

**Овощной салат**

(огурцы, помидоры,  
болгарский перец,  
оливковое масло)

170 гр  
55 ккал / 100 гр

220 Р

**Белковый**

(салат романо,  
помидоры, огурцы,  
отварная говядина,  
перепелные яйца)

190 гр  
152 ккал / 100 гр

390 Р



# СУПЫ

SOUPS

**Лепша  
грибная** | 250 мл  
41 ккал / 100 гр

210 P

**Лепша  
куриная** | 250мл  
41 ккал / 100 гр

210 P

**Суп  
«Рамен»** | 400 мл  
54 ккал / 100 гр

(куриная грудка, лепша, брокколи,  
огарное яйцо, болгарский перец)

290 P



**Суп «Том Ям»** | 400 мл  
126,3 ккал / 100 гр

(кокосовое молоко, рис,  
креветки, осьминог, мидии,  
кальмары)

390 P

**Суп «Вакаме»** | 400 мл  
45 ккал / 100 гр

(водоросли вакаме, сонга,  
кунжут, соевый соус)

250 P

**Суп «Мисо»** | 250 мл  
112,2 ккал / 100 гр

(вакаме, сыр Тофу, Мисо  
паста, соевый соус)

200 P

**Куриный  
бульон  
с яйцом** | 250мл  
37 ккал / 100 гр

190 P

**Мясная  
солянка**

300 мл  
74 ккал / 100 гр

310 Р

**Крем суп из  
брокколи**

250мл  
90 ккал / 100 гр

290 Р



**Крем суп из  
тыквы**

250мл  
90 ккал / 100 гр

290 Р

**Крем суп из  
грибов**

250мл  
115 ккал / 100 гр

290 Р

**Крем суп из  
сельдерея**

250мл  
80 ккал / 100 гр

290 Р

# СЭНДВИЧИ И РОЛЛЫ

SANDWICHES AND ROLLS



**Сэндвич  
с курицей**

180 гр  
285 ккал / 100 гр

290 P

**Сэндвич  
с ветчиной**

180 гр  
290 ккал / 100 гр

290 P

**Сэндвич  
с семгой**

180 гр  
300 ккал / 100 гр

370 P



**Ролл  
«Цезарь»  
с курицей**

200 гр  
285 ккал / 100 гр

350 P

**Ролл  
с говядиной**

200 гр  
265 ккал / 100 гр

370 P

**Ролл  
с морепродуктами**

200 гр  
290 ккал / 100 гр

470 P

# ПАСТА

PASTA

Феттучини  
с курицей и  
брокколи

250 гр  
109 ккал / 100 гр

330 Р

Феттучини с  
семгой

250 гр  
150 ккал / 100 гр

450 Р

Феттучини с  
говядиной

250 гр  
120 ккал / 100 гр

350 Р

Паста  
«Нарвик»

270 гр  
120 ккал / 100 гр

(паста феттучини, семга, грибы, креветки,  
перец болгарский)



530 Р



**Детская  
паста**

(феттучине в сладком  
соусе с пармезаном)

200 гр  
120 ккал / 100 гр

220 Р

**Паста  
с овощами**

250 гр  
117 ккал / 100 гр

290 Р

**Паста  
карбонара**

250 гр  
170 ккал / 100 гр

330 Р

**Спагетти  
«Болоньезе»**

(спагетти с фаршем  
из говядины в  
специальном томатном  
соусе)

400 гр  
160 ккал / 100 гр

410 Р



# ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

HOT MEALS

Спаржа с  
куриным филе | 200 гр  
120 ккал / 100 гр

420 P



Курица «Cream» | 320 гр  
150 ккал / 100 гр

(куриное филе и брокколи в  
сливочном соусе)

530 P

Куриное филе

(отварное, или на пару)

150 гр  
113 ккал / 100 гр

250 P

**Дорада на пару**

цена за 100 гр  
177 ккал / 100 гр

209 P

**Дорада на грилле**

цена за 100 гр  
187 ккал / 100 гр

239 P

**Сибас на пару**

цена за 100 гр  
177 ккал / 100 гр

209 P

**Сибас на грилле**

цена за 100 гр  
187 ккал / 100 гр

239 P



**Стейк семги  
на пару**

150 гр  
197 ккал / 100 гр

430 P

**Стейк семги на  
грилле** | 110 гр  
220 ккал / 100 гр

430 P

**Кейк из семги**

240 гр  
220 ккал / 100 гр

(дублированное филе лосося  
приготовленное на гриле.  
Подается с овощами на  
грилле)



490 P

**Медальоны из  
говядины**

150 гр

200 ккал / 100 гр

(на гриле или на пару на Ваш  
выбор)



410 P

**Бефстроганов  
из говядины**

270 гр

200 ккал / 100 гр

410 P

# АЗИАТСКАЯ КУХНЯ

## «Вок с овощами»

(шампиньоны, лук порей, перец болгарский, капуста Пекинская, морковь)

400 гр  
73.8 ккал / 100 гр

350 P

## «Вок с курицей и овощами»

(нежирное куриное филе, вок овощи, вок соус)

400 гр  
196.9 ккал / 100 гр

420 P

## «Вок с яйцом и овощами»

(яйцо куриное, вок овощи, вок соус)

400 гр  
83.8 ккал / 100 гр



420 P

**«Вок с говядиной и овощами»**

400 гр  
222 ккал / 100 гр

(говяжье вырезка, вок овощи, вок соус)

490 Р.



**«Вок с креветкой и овощами»**

400 гр  
190 ккал / 100 гр

(креветки, вок овощи, вок соус)

490 Р.

**«Вок с лососем»**

400 гр  
200 ккал / 100 гр

(филе лосося, вок овощи, вок соус)

590 Р.



**«Вок с индейкой»**

400 гр  
186,9 ккал / 100 гр

(нежное мясо индейки, вок овощи, вок соус)

460 Р.

**Лапша на Ваш выбор**

- лапша Удон (пшеничная, плоская)
- лапша Соба (гречневая, круглая)
- лапша Шиннал (круглая)

**Соус на Ваш выбор**

- медово-горчицкий 50 гр.
- тайский чили острый 50 гр.
- кисло-сладкий 50 гр.

**«Вок с говядиной и овощами»**

400 гр  
222 ккал / 100 гр

(говяжья вырезка, вок овощи, вок соус)

490 P



**«Вок с креветкой и овощами»**

400 гр  
190 ккал / 100 гр

(креветки, вок овощи, вок соус)

490 P

**«Вок с лососем»**

400 гр  
200 ккал / 100 гр

(филе лосося, вок овощи, вок соус)

590 P



**«Вок с индейкой»**

400 гр  
186,9 ккал / 100 гр

(нежирное мясо индейки, вок овощи, вок соус)

460 P

---

**Лапша на Ваш выбор**

- лапша Удон (пшеничная, плоская)
- лапша Соба (гречневая, круглая)
- лапша вичная (круглая)

**Соус на Ваш выбор**

- медово-горчичный 50 гр.
- тайский чили острый 50 гр.
- кисло-сладкий 50 гр.



### «Тяхан Терияки»

300 гр  
160 ккал / 100 гр

(рис с овощами и куриной грудкой  
в соусе «Терияки», кунжутные  
семячки, зеленый лук)

290 Р

### «Тамаго Вок»

400 гр  
190 ккал / 100 гр

(нежирное куриное филе, рис с овощами,  
омлет, горчично-медовый соус,  
кунжутные семячки)

390 Р

### Куриное филе в соусе «Терияки» с авокадо и помидорами

360 гр  
177 ккал / 100 гр

360 Р

### «Кесадилья»

300 гр  
233.3 ккал / 100 гр

(нежирное куриное филе,  
сырная лепешка, сыр «Гауда», овощи,  
шампиньоны, соус «Чили», кунжутные  
семячки)

390 Р



# ГАРНИРЫ

SIDE DISH

Отварной  
рис

150 гр  
113 ккал / 100 гр

190 P



Отварная  
гречка

150 гр  
62 ккал / 100 гр

190 P

Рис с  
овощами

190 гр  
113 ккал / 100 гр

260 P

Овощи  
на пару

190 гр  
87 ккал / 100 гр

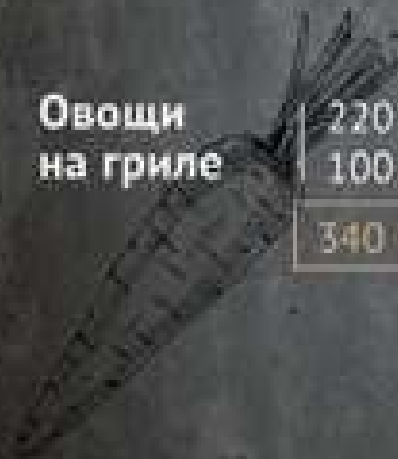
270 P



Овощи  
на гриле

220 гр  
100 ккал / 100 гр

340 P



Картофель  
по-деревенски

220 гр  
90 ккал / 100 гр

(с грибами, луком и зеленью)

310 P

Картофель  
фри

150 гр  
120 ккал / 100 гр



190 P

# КОФЕ

COFFEE

Американо | 120 МЛ

140 P

Эспрессо | 45 МЛ

140 P

Латте | 200 МЛ

210 P

Дабл эспрессо | 90 МЛ

220 P

Двойной латте | 400 МЛ

320 P

Каппучино | 150 МЛ

180 P

Двойной капучино | 300 МЛ

280 P

Латте с халвой | 400 МЛ

320 P

Банановый мокко | 200 МЛ

230 P

Ванильный раф | 200 МЛ | 260 P

400 МЛ | 360 P

Имбирно-пряничный Латте | 200 МЛ

260 P

Кофе Гляссе | 200 МЛ | 180 P

400 МЛ | 250 P

Молоко | 250 МЛ

70 P



# ЧАЙ

TEA

Заварной чай | 450 мл

220 P

Чай Althaus в  
пакетике | 250 мл

110 P

Марокканский  
чай | 500 мл

350 P

Ягодный чай | 500 мл

350 P

Облепиховый  
чай | 500 мл

350 P

Имбирный  
чай | 500 мл

350 P



# СВЕЖЕВЫЖАТЫЕ СОКИ

FRESH JUICES

Апельсиновый,  
Грейпфрутовый,  
Яблочный, | 200 мл

250 P

Морковный,  
Сельдереевый,  
Грушевый | 400 мл

450 P

Ананасовый | 200 мл

290 P

400 мл

490 P

