САЛАТЫ

Very Green Bowl 550

(киноа, листья салата, брокколи, свекла, яблоки, морковь, редис, огурцы, черри, руккола, семечки тыквы и подсолнуха, петрушка, соус песто, лимонный фреш)

240 г

Свежие овощи с творожным сыром 450

(авокадо, помидоры, огурцы, болгарский перец, творожный сыр, красный лук, оливковое масло, сушеные оливки)

280 г

Мит Боул 600

(ростбиф/курица в панировке, красная капуста, листья салата, цветная капуста, редис, морковь, семечки льна, подсолнуха и тыквы, соус сливочный)

200 г

Цезарь с куриной грудкой/креветками 550 /750

(куриная грудка/креветки, листья романо, помидоры, гренки, пармезан, соус цезарь)

200 г

Цезарь с лососем 750

(лосось, листья романо, помидоры, гренки, пармезан, соус цезарь)

240 г

Зеленый салат с лососем и киноа 750

(лосось, мини шпинат, авокадо, киноа, ростки сои, брокколи, огурцы, заправка цитронет)

250 г

Креветки с рукколой 750

(креветки, руккола, помидоры, пармезан, соус цитронет, бальзамик)

150 г

250 Брускетта помодоро

130 г

300 Брускетта с тыквой, козьим сыром, семенами льна и тыквы

120 г

350 Брускетта с грушей, грецким орехом, рикоттой и горгонзолой

120 г

400 Брускетта с пармской ветчиной

120 г

450 Брускетта с лососем и творожным сыром

120 г

900 Сырная тарелка

(пекорино, горгонзола, грана падано, скаморца, джем, мёд, виноград)

120 г

950 Мясная тарелка

(пармская ветчина, сыровяленая шейка коппа, мортаделла, салями чоризо, панне, вяленые томаты)

200 г

ЗАКУСКИ

Куриный паштет 200 г	600
Вителло тоннато 100 г	600
Томаты со страчателлой и песто 200 г	650
Крудо из лосося с авокадо 110 г	750
Тар-тар из говядины с кремом из горгонзолы 160 г	650
Тар-тар из тунца с гуакамоле 110 г	750

АКВАРИУМ

350	Вонголе за 100 г	в томатном соусе в сливочном соусе в сырном соусе в винном соусе
300	Морской ёж лимон, соевый соус, перепелиное яйцо	
350	Устрица (Россия)	

СУПЫ

400 Щавелевый

250 мл

400 Тыквенный крем со страчателлой

250 мл

400 Куриный с пастой тальолини и яйцом

300 мл

400 Томатный суп с киноа и кремом из пармезана

250 мл

800 Из морепродуктов

350 мл

200 Фокачча

260 г

250 Фокачча с пармезаном

260 г

250 Фокачча с красным луком

280 г

Яндекс Лавка 350 Фокачча с камамбером

380 г

ПИЦЦА
30см

500 **Маргарита**
(томатный соус, моцарелла, орегано, базилик, оливковое масло)
420 г

450 **Маринара**
(томатный соус, чеснок, орегано, оливки, лук шалот, оливковое масло)
370 г

650 **Страчателла**
(томатный соус, страчателла, чеснок, орегано, оливковое масло)
430 г

750 **Четыре сыра**
(моцарелла, горгонзола, скаморца, пармезан, руккола)
420 г

600 **Пармиджана**
(томатный соус, моцарелла, баклажаны, соус песто, базилик)
450 г

750 **Груша и горгонзола**
(моцарелла, горгонзола, груша, мёд, грецкий орех)
450 г

700 **Грибная с трюфелем**
(моцарелла, шампиньоны, крем из черного трюфеля)
450 г

550 **Вегетарианская**
(томатный соус, артишоки, черри, цукини, оливки, листья салата, грибы)
500 г

750 **Артишоки со шпинатом**
(моцарелла, шпинат, артишоки, кедровые орехи, горгонзола, пармезан, лимон, чили перец, чеснок)
420 г

700 **Кальцоне**
(томатный соус, моцарелла, шампиньоны, пепперони, ветчина, орегано)
500 г

650 **Бекон и грибы**
(моцарелла, бекон, шампиньоны, пармезан)
450 г

650 **Пепперони**
(томатный соус, моцарелла, пепперони, пармезан)
450 г

700 **Свиной фарш с халапеньо**
(томатный соус, свиной фарш, горгонзола, моцарелла, каперсы, красный лук, халапеньо)
500 г

750 **Четыре сезона**
(томатный соус, моцарелла, ветчина, маслины, шампиньоны, перец болгарский, орегано)
520 г

750 **Куриная с печеным перцем**
(томатный соус, моцарелла, куриная грудка, перец печеный, маслины, орегано, базилик)
500 г

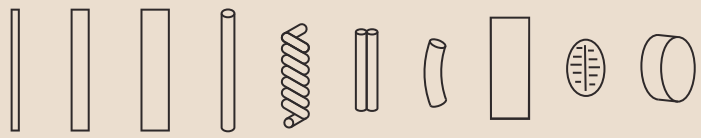
900 **Парма**
(томатный соус, моцарелла, шампиньоны, руккола, пармская ветчина, кедровые орехи, масло трюфельное)
480 г

900 **Лосось**
(сливочный соус, фисташки, лосось маринованный, руккола, моцарелла)
450 г

900 **С морепродуктами**
(соус томат, креветки, кальмары, каперсы, чеснок, руккола, базилик, масло оливковое орегано)
420 г

850 **Мортаделла со страчателлой**
(мортаделла, страчателла, соус из брокколи, брокколи, черри, моцарелла)
550 г

TINTA



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Всю пасту мы готовим вручную

400 **Алио олио пеперончино**

(паста, оливковое масло, петрушка, базилик, перец чили, овощной бульон, пармезан)

220 г

500 **Путанеска**

(паста, томатный соус, перец чили, базилик, оливки, каперсы, анчоусы, чеснок)

250 г

550 **Помодоро со страчателлой**

(паста, томатный соус и помидоры конкассе, базилик, страчателла, пармезан)

250 г

550 **Песто со страчателлой**

(паста, песто, базилик, страчателла, пармезан)

250 г

650 **Помодоро с чикен пармиджано**

(паста, томатный соус, перец чили, базилик, куриная грудка, пармезан, моцарелла, чеснок)

250 г

600 **Качио э пепе**

(паста, сыр пекорино, овощной бульон, сливочное масло, черный молотый перец)

220 г

650 **С белыми грибами и фундуком**

(паста, белые грибы, помидоры, грибной бульон, фундук, пармезан)

240 г

550 **Карбонара**

(паста, бекон, яичный желток, пармезан)

250 г

550 **Болоньезе**

(паста, соус болоньезе, фарш из говядины, пармезан)

320 г

600 **Алла водка с курицей**

(паста, томатный соус, сливки, водка, курица, базилик, петрушка)

320 г

700 **Алла водка с креветками**

(паста, томатный соус, сливки, водка, креветки, базилик, петрушка)

320 г

700 **Рагу из утки**

(паста, рагу из утки, томатный соус, соус из горгонзолы)

380 г

700 **Лосось, брокколи и шпинат в сливочном соусе**

(паста, рыбный бульон, сливки, лосось, шпинат, брокколи)

250 г

750 **С вонголе**

(паста, вонголе, томаты, чеснок, бульон рыбный, петрушка, оливковое масло)

400 г

800 **Марэ э монти**

(паста, мидии, креветки, кальмары, помидоры черри, рыбный бульон, чеснок, базилик)

320 г

850 **Песто с креветками**

(паста, аргентинские креветки, соус песто)

300 г

Паста может быть приготовлена из: спагетти[1], тальятелле[2], черные фетучини[3], букатини[4], фузилли[5], казаречче[6], маккерони[7], папарделле[8], ньокки[9], каламарата[10]

Пенне без глютена + 50

Спагетти веганские (без яиц с цедрой лимона)

ПАСТА
РИЗОТТО
РАВИОЛИ

750 Польпетте из лосося

(паста, лосось, сливки, рыбный булон, мята, петрушка, базилик, оливковое масло)

250 г

700 С Тунцом

(паста, тунец, шафран, сливки, рыбный бульон, шрирача, оливковое масло)

280 г

650 Мясная лазанья

300 г

700 Баклажаны пармиджано

(баклажаны, томатный соус, моцарелла, базилик и пармезан)

280 г

500 Ризотто со свеклой, козьим сыром и фундуком

(рис карнароли, свекла, петрушка, лук шалот, белое вино, фундук, пармезан)

220 г

700 Ризотто с белыми грибами

(рис карнароли, белые грибы, петрушка, лук шалот, белое вино, пармезан)

250 г

850 Ризотто с морепродуктами

(рис карнароли, мидии, креветки, кальмары, рыбный бульон, чеснок, базилик)

300 г

700 Равиоли с лососем в сливочном соусе

(тесто, лосось, зеленый горошек, моцарелла, рикотта, укроп,чили перец)

220 г

ГОРЯЧЕЕ

Составлено вместе с тренерами клуба **ROCKOUT Gym**

БОЛЬШЕ БЕЛКОВ

950 Стейк миньон
150 г (261 ккал)

950 Стейк пиканья
200 г (368 ккал)

700 Утиная ножка
150 г (546 ккал)

500 Индейка
150 г (189 ккал)

650 Томленые щечки
150 г (328 ккал)

250 3 яйца: скрэмбл/омлет
150 г (276 / 177 ккал)

1100 Стейк лосось
150 г (259 ккал)

1100 Стейк тунец
150 г (224 ккал)

800 Филе дорадо
150 г (264 ккал)

1000 Креветки
150 г (258 ккал)

500 Кальмары
150 г (292 ккал)

800 Цыплёнок
500 г (1373 ккал)

СОУСЫ

150 Перечный
50 г (40 ккал)

150 Томатная сальса
50 г (27 ккал)

150 Сливочно-грибной
50 г (30 ккал)

ЕЩЕ БОЛЬШЕ

300 Страчателла
60 г (61 ккал)

300 Камамбер на гриле
60 г (130,8 ккал)

150 Микс орехов и семечек
30 г (12 ккал)

БОЛЬШЕ ЖИРОВ И УГЛЕВОДОВ

300 Шпинат с кедровыми орехами и лимоном
90 г (100 ккал)

250 Печеная тыква с миндалем
150 г (99 ккал)

300 Гречотто из зеленой гречки
120 г (264,5 ккал)

500 Спаржа с овечьим сыром
100 г (149 ккал)

300 Овощи на гриле
(кукуруза, перец, цукини, помидоры, баклажан)
250 г (115 ккал)

350 Мятый авокадо с козьим сыром
80 г (206 ккал)

300 Томаты с красным луком и базиликом
150 г (99 ккал)

350 Баклажан с томатом и соусом из пармезана
150 г (202 ккал)

300 Брокколи, цветная капуста с семечками
120 г (63 ккал)

300 Пюре (фри) с трюфельным маслом
150 г (180/280 ккал)

ДЕСЕРТЫ

400 Меренговый рулет
145 г

400 Чизкейк
170 г

400 Трюфельный тарт
с горгонзолой
160 г

400 Тирамису
160 г

400 Крем-брюле
120 г

200 Gelato / Сорбет
в ассортименте
50 г

ФРЕШИ/СМУЗИ

ФРЕШИ

350	Яблоко, свекла, имбирь, лайм	250 г
350	Апельсин, грейпфрут, морковь, малина	250 г
350	Апельсин	250 г
450	Грейпфрут	250 г
300	Морковь / яблоко	250 г
200	Шот здоровья	50 г

СМУЗИ

400	Авокадо, банан, молоко, мед	500 г
400	Банан, имбирь, огурец, кокосовое молоко, яблочный уксус	500 г
450	Банан, маракуйя, яблоко, апельсин	500 г
450	Ягодный с семенами чиа	500 г
450	Базилик-манго	500 г

КОФЕ/ЧАЙ

КЛАССИКА

150/200	Эспрессо / двойной эспрессо 30/60 мл
200	Американо 170 мл
200	Фильтр-кофе 250 мл
250/300	Капучино* 170 / 300 мл
300	Флэт Уайт* 170 мл
300	Латте* 300 мл

ЧАЙ

350	Чайник чая Черный, зеленый, пуэр, жасмин, молочный улун, женьшень, травяной сбор, гречишный, ромашковый, эрл-грей 500 мл
500	Чай малина-маракуйя 500 мл
500	Чай черная смородина с мятой 500 мл
500	Чай имбирный апельсин 500 мл

К чаю: мёд, варенье, лимон, имбирь, мята, чабрец, фрукты +50

АВТОРСКИЕ

300	Латте малина-бадьян 300 мл
350	Раф лайм-мята 300 мл
350	Матча капучино зеленый/синий 300 мл
350	Матча лайм-кокос-малина 300 мл
350	Синяя матча кокос-малина 300 мл
400	Эспрессо-тоник ягоды и гибискус 300 мл
350	Бамбл апельсин 300 мл
450	Бамбл грейпфрут-малина 300 мл

*- горячая и холодная версии
миндальное/овсяное/ кокосовое молоко +50

ЛИМОНАДЫ / ВОДА

400	Щавель с алычой 500 мл
400	Тархун с манго 500 мл
350	Лаванда 500 мл
350	Базилик с розовым перцем 500 мл
350	Малина-маракуйя 500 мл
350	Мохито классический/ малиновый 500 мл
250	Red Bull 250 мл
300	Rocket Tonic 200 мл
300	Coca-Cola Coca-Cola Zero 330 мл
300	Сок Zuegg: • апельсин • вишня-черешня • яблоко • томат • ананас 200 мл
260/ 400	Чистая живая вода Edis (с газом, без газа) 0,5 л/0,95 л

МОЛОЧНЫЕ КОКТЕЙЛИ

400 Сникерс

400 мл

400 Лимонный пирог

400 мл

400 Мятный пряник

400 мл

Facebook: tinta.pizza Web: tintapizza.ru