

Правильное питание

PROPER NUTRITION MENU



First&Only Restaurant



Завтраки

BREAKFAST

Каша Геркулесовая на обезжиренном кокосовом молоке со свежими ягодами

Herculean porridge with fresh berries cooked by skimmed coconut milk

6-9 ж-10 у-32 Ккал-363

540₽

300/30г

Каша Гречневая на обезжиренном кокосовом молоке со свежими ягодами

Buckwheat porridge with fresh berries cooked by skimmed coconut milk

6-10 ж-10 у-31 Ккал-355

480₽

300/30г

Каша Киноа на обезжиренном кокосовом молоке со свежими ягодами

Quinoa porridge with fresh berries cooked by skimmed coconut milk

6-10 ж-10 у-33 Ккал-381

580₽

300/30г

Яйцо Бенедикт с лососем и шпинатом

Egg Benedict with salmon and spinach

6-26 ж-18 у-57 Ккал-414

690₽

230г



Закуски и салаты

STARTERS

Карпаччо из копченой свеклы с сыром рикотта
Smoked beet carpaccio with ricotta cheese

490₽
160/30г

6-9 ж-10 у-24 Ккал-220

Салат с куриной печенью и пряной грушей
Chicken liver salad and pear

610₽
230г

6-24 ж-24 у-45 Ккал-391

Спринг Ролл с креветками и клубникой
Spring Roll with shrimps and strawberries

490₽
75/30г

6-8 ж-1 у-48 Ккал-231

Салат с киноа, бобами эдамамэ, авокадо и яйцом пашот

690₽
230г

Salad with quinoa, edamame beans, avocado and poached egg

6-9 ж-19 у-17 Ккал-364

Креветки с авокадо на гриле
Grilled shrimps with avocado

980₽
170/30г

6-21 ж-19 у-12 Ккал-353



Супы
SOUP



Минестроне

Minestrone

6-3 ж-2 у-19 Ккал-144

490₽

300мл

Суп копченый из Бакинских томатов с мягким сыром

Ripe tomato smoked soup with soft kind of cheese

6-9 ж-10 у-39 Ккал-317

540₽

300мл

Уха из семги и дорадо с мини овощами

Salmon and Dorado fish soup with a little vegetable

6- 12 ж-6 у-16 Ккал-165

640₽

300мл



Горячие блюда

HOT DISHES

Медальоны из телятины с мини овощами

Veal medallions with little vegetables

6-32 ж-19 у-14 Ккал-583

1480₽

250г

Тунец на гриле с брокколи на пару

Tuna grill with steamed broccoli

6-35 ж-16 угл-8 Ккал-378

1380₽

250г





Десерты

DESSERT



Мусс из авокадо и банана со свежими ягодами

Avocado and banana mousse with fresh berries

6-9 ж-13 у-37 Ккал-356

490₽

190г

Пудинг Chia с клубничным пюре и свежей малиной

Chia pudding with strawberry puree and fresh raspberries

6-12 ж-10 у-11 Ккал-165

380₽

200г



First & Only



+7(495) 234-00-34

Москва, Ивановское ш. 5, First&Only Restaurant

Доставка firstandonly.ru

*предложение не является публичной офертой