



ПОСТНОЕ МЕНЮ



САЛАТЫ

САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ сельдерей, болгарский перец, помидоры, огурцы, морковь, свекла и томаты черри	190 г	420
МИКС САЛАТ из мизуна, мангольд, романо с фенхелем, орехом pekan, томатами черри с веганским сыром пармезан, заправленный дижон-бальзамик	115 г	710

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

ЖАРЁХА НА ГРИЛЕ с белыми грибами, вешенками и шампиньонами	230 г	760
РИСОВАЯ ЛАПША с овощами в азиатском стиле	325 г	620
КАША ИЗ ЗЕЛеноЙ ГРЕЧКИ с белыми грибами и луком	200 г	550

ВИНЕГРЕТ	150 г	340
САЛАТ ИЗ ТЫКВЫ с квашеной капустой и белыми грибами	150/6 г	580
САЛАТ С ЗЕЛеноЙ СПАРЖЕЙ маринованными опятами, печеным перцем, томатами и огурцами с оливковой заправкой	240 г	680

РИЗОТТО со свеклой, луковым пюре и салатом мангольд	160/1 г	430
КОМ РАНГ ЧАИ жареный рис с грибами шиитаке и овощами	240 г	570
ТАКО с сыром кешью и белыми грибами	200/2 г	520

СУПЫ

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЗЕЛеноГО ГОРОШКА С ВЕШЕНКАМИ и крутонами	320/50/3 г	450
СУП-ПЮРЕ ИЗ ПЕЧЕНОЙ ТЫКВЫ И ГРУШИ	320/30 г	380
ЩИ ИЗ КВАШЕНО КАПУСТЫ с белыми грибами	325/30 г	570

ДЕСЕРТ

КЕШЬЮ КЕЙК с кокосовым молоком, финиками и медом	114/21 г	380
---	----------	-----

ПОСТНЫЕ ПИРОЖКИ

НА ВАШ ВЫБОР • квашеная капуста • картофель с грибами • яблоко	35 г	50
--	------	----

ЗАВТРАК | 07:00-11:00

КРУАССАН • с форелью и творожным кремом • с сыром и ветчиной	95 г 95 г	280 180
ОМЛЕТ ИЛИ ЯИЧНИЦА ИЗ ТРЕХ ЯИЦ	3 шт	240
ДОПОЛНЕНИЯ К ОМЛЕТУ ИЛИ ЯИЧНИЦЕ: • бекон • ветчина • грибы • помидоры • болгарский перец • сыр	30 г 30 г 30 г 30 г 30 г	150 80 80 80 80
КОЛБАСКИ • говяжьи • куриные	80 г 80 г	320 250
СОСИСКИ	119 г	200
ФАСОЛЬ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100 г	130
КАША ОВСЯНАЯ	310 г	200
КАША ДНЯ (уточните у официанта)	310 г	200
СЫРНИКИ СО СМЕТАНОЙ	150/15 г	250
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СМЕТАНОЙ	150/30 г	220
ОЛАДЬИ		180
ДОПОЛНЕНИЯ: • масло порционное • клубничный джем • малиновый джем • абрикосовый джем • нутелла • сгущенное молоко • мед	50 г 50 г 50 г 50 г 50 г 50 г	50 80 80 80 150 80 80
ТОСТ	1 шт	80
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ из красного винограда, киви, апельсина, яблока и мяты	150 г	200
ВАФЛИ БЕЛЬГИЙСКИЕ	80 г	250
ДОПОЛНЕНИЯ: • кленовый соус • карамельный соус • клубничный соус • шоколадный соус • ванильный соус	50 г 50 г 50 г 50 г 50 г	200 120 120 120 120

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

АССОРТИ ШВЕЙЦАРСКИХ СЫРОВ швейцарский, сан-кристоф, гран морис, фьор делле альпи, подаются с медом, красным виноградом, орехами pekan и клубникой	138/30/120 г	1350
МЯСНАЯ ТАРЕЛКА прошутто, пармская ветчина, брезаола, утиная грудка	165/66 г	1380
РЫБНОЕ ТРИО речной угорь, масляная рыба, слабосоленый лосось	155/50 г	1410
ТАРТАР ИЗ ГОВЯДИНЫ с перепелиным яйцом и крутоном из бородинского хлеба	120/20 г	770
СЕЛЬДЬ с обжаренным на сливочном масле картофелем и красным луком	65/105 г	450
ДОМАШНЕЕ САЛО с гренками из черного хлеба, горчицей и хреном	147/20 г	380

САЛАТЫ

САЛАТ ИЗ ПЕЧЕНОГО ПЕРЦА авокадо, шпината, красного лука, томатов с сырным муссом и медово-лаймовой заправкой	220 г	590
САЛАТ С РОСТБИФОМ, СПАРЖЕЙ, ТОМАТАМИ И ОВОЩАМИ-ГРИЛЬ с трюфельным маслом и кремом бальзамико	70/193 г	1100
САЛАТ С УТИНОЙ ГРУДКОЙ И ФИЛЕ ГРУШИ с апельсиново-ореховой заправкой	170 г	540
САЛАТ С КУРИНОЙ ГРУДКОЙ мандаринами, морковью, редисом, кинзой, помидорами черри и соево-лаймовым соусом	268 г	460
САЛАТ С ТИГРОВЫМИ КРЕВЕТКАМИ манго, авокадо, огурцом и лаймово-медовой заправкой	340 г	960
САЛАТ СО ШПИНАТОМ маринованным фенхелем, клубникой, апельсином, киви, морковью и соусом из маракуи с семенами тыквы	125 г	450
МИКС ИЗ ТРЕХ ВИДОВ ТОМАТОВ помидоры узбекские, черри и вяленые с красным луком и душистым маслом	217 г	550

VEGAN MEAT

НИ ЕДА

на растительном мясе

NEW

БУРГЕР

ХАЙБУРГЕР с котлетой на растительном мясе печеным перцем, томатом, маринованным огурцом, шпинатом и постным майонезом	286 г	860
--	-------	-----

ГОРЯЧАЯ ЗАКУСКА

ХАЙГЕТСЫ с картофелем фри и соусом BBQ	100/100/3 г	580
--	-------------	-----

ПАСТА

ЛИНГВИНИ БОЛОНЬЕЗЕ с вегетарианским сыром пармезан	288 г	750
РИСОВАЯ ПАСТА С ФРИКАДЕЛЬКАМИ в томатном соусе с вегетарианским сыром пармезан	244 г	840

САЛАТ ИЗ АВОКАДО, ТОМАТОВ И КОЗЬЕГО СЫРА с соусом из розового перца и белого бальзамико	230 г	790
--	-------	-----

ЦЕЗАРЬ RFR ГРИЛЬ с листьями романо, сырными крутонами, томатами черри и сыром проволоне		
подается на Ваш выбор: • с курицей-гриль • с чёрными креветками-гриль	205/72 г 3 шт/205 г	680 980

ЗЕЛЕНый САЛАТ С БРЫНЗОЙ И АВОКАДО сельдереем, спаржей, огурцом, цукини и тыквенными семечками, заправленный льняным маслом	240 г	730
--	-------	-----

САЛАТ-ГРИЛЬ С АДЫГЕЙСКИМ СЫРОМ баклажанами, цукини, сладким болгарским перцем и соусом из маслин с петрушкой	212/30 г	560
--	----------	-----

САЛАТ ПО-ДОМАШНЕМУ из узбекских томатов и огурцов с красным луком с заправкой на выбор: • оливковое масло • ароматное масло • сметана	300 г	690 30 г 30 г 40 г
---	-------	-----------------------------



ПАСТА

КАРБОНАРА с хамоном	380 г	720
ЛИНГВИНЕ ИЗ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЙ ПШЕНИЦЫ с креветками, морским гребешком, томатами черри и эстрагоном	360 г	1240
ЛИНГВИНЕ С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ, ЛИСИЧКАМИ И ВЕШАНКАМИ в сливочном соусе	290 г	760
ФЕТТУЧЧИНЕ С ЛОСОСЕМ РУККОЛОЙ И КРАСНОЙ ИКРОЙ со сливочным соусом	340 г	930
СПАГЕТТИ БЕФСТРОГАНОВ из мраморной говядины	325/15 г	980

• ВРЕМЯ ОБЕДА •

-20%

НА ВСЕ МЕНЮ И НАПИТКИ

А ТАКЖЕ TAKE AWAY

ПН-ПТ
12:00-15:00

ДЕСЕРТЫ

КЛУБНИКА РОМАНОФФ со сливками и ванильным мороженым	100/50/26 г	680
ТЕПЛЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ ШТРУДЕЛЬ с ванильным мороженым и карамельным соусом	135/15/60 г	600
АССОРТИ МИНИ-ДЕСЕРТОВ RFR	7 шт	560
ВАНИЛЬНЫЙ ЧИЗКЕЙК с малиновым соусом	123/77 г	400
ТОРТ МЕДОВЫЙ ПО-ЧЕШСКИ	125/18 г	300
ЧЕРНИЧНЫЙ ТАРТ	125/86 г	390
ПЛОМБИР С ГРИЛЛЯЖЕМ И МАЛИНОЙ	55/41 г	370
КРЕМ-БРЮЛЕ С МАЛИНОВО-КЛУБНИЧНЫМ СОРБЕ	62/10/60/7 г	290
МОРОЖЕНОЕ (1 шарик) ванильное, клубничное, шоколадное, фисташковое, грецкий орех	65/11 г	200
СОРБЕ (1 шарик) малина-клубника, манго-маракуйя, лайм-лимон	65 г	200
ХЛЕБНАЯ КОРЗИНА с домашними булочками и гриссини	4 шт/24/40 г	250

ДОМАШНИЙ ХЛЕБ

Свежеиспеченный ремесленный хлеб из пекарни RFR ГРИЛЬ, который Вы можете купить с собой:

БАГЕТ ФРАНЦУЗСКИЙ "ТАБАТЬЕР"	275 г	120
РЖАНОЙ ДЕРЕВЕНСКИЙ	380 г	160

Все цены указаны в рублях и включают 20% НДС.

СУПЫ

ТОМ ЯМ с древесными грибами и морепродуктами	350/20/35 г	750
СУП ИЗ ПЕЧЕНЫХ ТОМАТОВ с сыром фета и базиликом	250 г	450
БОРЩ СТАРОСЛАВЯНСКИЙ с говядиной и сметаной	300/51/35/4 г	600
ЛАПША КУРИНАЯ	300/35/2 г	350
ФИНСКИЙ СЛИВОЧНЫЙ СУП С СЕМГОЙ подается с брускеттой с творожным сыром	360/42 г	780

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

РИБАЙ СТЕЙК из реберной части, особенно сочный и ароматный	252/7 г	3300
ФИЛЕ МИНЬОН из центральной части говяжьей вырезки, самое нежное и постное мясо	100/7 г	1490
ВЕГАС СТРИП СТЕЙК из лопаточной части, обладает насыщенным ароматом, подается с перечным соусом и перцем чили	260/9/30 г	1370
ТАЛЬЯТА ИЗ ГОВЯЖЬЕЙ ВЫРЕЗКИ с рукколой, томатами-гриль и сыром проволононе	140/110 г	2360
ВЫРЕЗКА ЯГНЕНКА с кремом из пастернака и шампиньонами-гриль	171 г	1200
КУРИНАЯ ГРУДКА с молодой спаржей и соусом горгонзола	1 шт/30/65 г	850
КУРИНЫЙ СТЕЙК ТЕРИЯКИ с овощами-гриль	110/105 г	640
СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ ВВQ с салатом коул слоу, кукурузой-гриль и картофелем фри	240/240/30 г	740
ЩЁЧКИ БЫЧКОВ АНГУСА томленные в красном вине с овощами, с картофельным пюре	140/50/150/23 г	880
ЛЮЛЯ КЕБАБ ИЗ ГОВЯДИНЫ подается с питтой, корнишонами, маринованным луком и соусом пилати	195/135/30 г	830
ОЛЕНЬЯ КОРЕЙКА с можжевельными ягодами, картофельным пюре, жареными лисичками и чатни из брусники	300 г	1160

ГАРНИРЫ

СВЕЖИЙ ШПИНАТ С ОГУРЦОМ, тыквенными семечками и льняным маслом	116 г	400
ОВОЩИ-ГРИЛЬ	227 г	500
РИС ЖАСМИН НА ПАРУ	150 г	200

СЭНДВИЧИ И БУРГЕРЫ

КЛУБНЫЙ СЭНДВИЧ С КУРИЦЕЙ куриное филе, бекон, томаты, салат айсберг, соус майонез, подается с картофелем фри и кетчупом	280/100 /30 г	700
БУРГЕР RFR ГРИЛЬ котлета из говядины Блэк Ангус, бекон, сыр чеддер, узбекские томаты, маринованные огурцы, красный лук, подается с картофелем фри и соусом BBQ	372/115/30 г	980
БРУТАЛ БИФ БРОТ говядина на гриле на деревенском хлебе, узбекские томаты, маринованные огурцы, шпинат, салат айсберг и медово-горчичный соус	275 г	800
БРУСКЕТТА С ТОМАТОМ	45 г	150

КОЛБАСКИ-ГРИЛЬ СВИНЫЕ подаются с фермерским картофелем в топленом масле, маринованными огурцом и красным луком, горчичным и BBQ соусами	2 шт/155/60 г	700
ФИЛЕ ПАЛТУСА НА ГРИЛЕ с картофельным пюре с маслинами и сливочным соусом с красной икрой	123/20/117 г	860
СТЕЙК ИЗ ТУНЦА с маринованным фенхелем, цитрусовой сальсой и землей изо льна с водорослями вакаме	130/40/35 г	970
ЛОСОСЬ С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ на подушке из свежего шпината с грибным соусом	136/53/20 г	1050
ФИЛЕ ТРЕСКИ запеченное с авокадо, тигровыми креветками и моцареллой, подается со шпинатом, маринованным в льняном масле и соке лимона	258/30/1 г	910
МИНИ-КОТЛЕТКИ ИЗ СУДАКА И ПАЛТУСА с микс-салатом и заправкой бальзамико-лайм, подаются с цитрусовой сальсой	140/105 г	680

ИММУНОУКРЕПЛЯЮЩИЕ НАПИТКИ

СОБСТВЕННОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ

ШИПОВНИК с липой, имбирем и медом	250 мл	200
МОРС НАТУРАЛЬНЫЙ		
• из карельской клюквы	250 мл	200
• из черноплодной рябины и черной смородины	250 мл	200

ФЕРМЕРСКИЙ КАРТОФЕЛЬ с топленным маслом	100 г	250
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с рукколой и пармезаном	110 г	300
КАРТОФЕЛЬ ФРИ	100/30 г	250

-10% НА ВСЁ МЕНЮ *

ДЛЯ ВЛАДЕЛЬЦЕВ КАРТ WTC FITNESS И WTC FITNESS LITE

*кроме акций и специальных предложений

