



ЗАВТРАК | 07:00-11:00

ЯЙЦО ПАШОТ
НА БУЛОЧКЕ С СЕМЕНАМИ ПОДСОЛНУХА 286 г 550
с беконом, ветчиной и томатами
с голландским соусом

ЯЙЦО ПАШОТ НА ПШЕНИЧНОМ ТОСТЕ 276 г 950
со слабосоленным лососем, авокадо
и рукколой с голландским соусом

ЯИЧНИЦА ПО-ДЕРЕВЕНСКИ 310 г 560
с беконом, картофелем, шампиньонами,
луком и сыром

ЯИЧНИЦА ИЗ ТРЕХ ЯИЦ 3 шт 250

ОМЛЕТ ИЗ ТРЕХ ЯИЦ 3 шт 300

ДОПОЛНЕНИЯ К ОМЛЕТУ ИЛИ ЯИЧНИЦЕ:

- бекон 30 г 150
- ветчина 30 г 80
- грибы 30 г 80
- помидоры 30 г 80
- болгарский перец 30 г 80
- сыр 30 г 80

КОЛБАСКИ

- говяжьи 80 г 350
- куриные 80 г 300

СОСИСКИ 119 г 250

ФАСОЛЬ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 100 г 150

ЧИАБАТТА

- с пастроми, листьями айсберг и горчичным соусом 85 г 340
- с копченой форелью, томатом, листьями айсберг и соусом васаби 93 г 620

КАША ОВСЯНАЯ 310 г 250

КАША ДНЯ (уточните у официанта) 310 г 250

СЫРНИКИ СО СМЕТАНОЙ 150/15 г 330

ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СМЕТАНОЙ 150/30 г 260

ОЛАДЬИ 200

ДОПОЛНЕНИЯ:

- масло порционное 50 г 50
- клубничный джем 50 г 100
- малиновый джем 50 г 100
- абрикосовый джем 50 г 100
- стуженное молоко 50 г 100
- мед 50 г 100

ТОСТ 1 шт 100

ВАФЛИ БЕЛЬГИЙСКИЕ 80 г 250

ДОПОЛНЕНИЯ:

- кленовый соус 50 г 300
- карамельный соус 50 г 150
- клубничный соус 50 г 150
- шоколадный соус 50 г 150
- ванильный соус 50 г 150

САЛАТ ФРУКТОВЫЙ 150 г 300
из красного винограда, киви, апельсина,
яблока и мяты

САЛАТЫ

САЛАТ ИЗ БРОККОЛИ 200 г 620
цветной капусты, шпината
с филе апельсина и грейпфрута
лесными орехами,
красным луком, с заправкой
из оливкового масла
и малинового уксуса

ЗЕЛЁНЫЙ САЛАТ 190 г 980
с авокадо, спаржей, фенхелем,
цукини, бобами эдамаме,
сладким горошком, руколой, салатом
корн, шпинатом, с тыквенными и
подсолнечными семенами,
заправленный ореховым соусом

ВИНЕГРЕТ 150 г 350

САЛАТ ИЗ ТЫКВЫ 150/6 г 640
с квашеной капустой и
белыми грибами

САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ: 190 г 490
сельдерея, болгарского перца,
помидоров, огурцов, моркови,
свеклы и томатов черри

ЗАКУСКА

МАРИНОВАННЫЕ БАКЛАЖАНЫ 200 г 650
на чесночно-луковой домашней
булочке, с гуакомоле из авокадо
и груши, овощной крошкой
из сельдерея, картофеля, моркови
и маринованным красным луком

СУПЫ

СУП-ПЮРЕ 320/30 г 500
из печеной тыквы и груши

БОРЩ 300/2 г 530
с белыми грибами

СУП-ПЮРЕ 300/1 г 510
из брокколи и цветной
капусты с вешенками

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

БАТАТ 150/40/43 г 690
запеченный с кокосовым муссом,
зеленой гречкой, глазированными
орехами пекан, кремом из порея и
соусом глейс

СТЕЙК ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ 180 г 550
с муссом карри и миндальными
лепестками

ЖАРЕХА С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ, 230/105 г 840
вешенками и шампиньонами,
подается с маринованными
огурцами и томатами черри

КАША ИЗ ЗЕЛЁНОЙ ГРЕЧКИ 260 г 650
с белыми грибами и луком

ЦУКИНИ, 215 г 580
обжаренные на гриле с
чесноком, подаются с
зелёным микс-салатом
и заправкой бальзамико-лайм

КАША ИЗ ПОЛБЯНОЙ ПШЕНИЦЫ 220 г 400
томленная в овощном бульоне,
с тыквой и тыквенными семечками

РИЗОТТО СО СВЕКЛОЙ 160/1 г 510
луковым пюре и
салатом мангольд

ДЕСЕРТ

ЧИА-ПУДИНГ 150 г 450
на кокосовом молоке с манго

НАПИТКИ

СМУЗИ 200 мл 500
из пророщенной зеленой
гречки с канabisом

ВИТГРАСС 250 мл 800
из зеленого яблока
и сельдерея

СМУЗИ 400 мл 600
из лесных ягод
на кокосовом молоке

ВИТГРАСС 30 мл 580
свежевыжатый
из ростков пшеницы

СПОРТИВНЫЙ СМУЗИ от шефа Максима Савельева специально для WTC FITNESS / баланс белков и сложных углеводов /

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

АССОРТИ ШВЕЙЦАРСКИХ СЫРОВ 138/30/120 г 1690
швейцарский, сан-кристоф,
гран морис, фьор делле альпи,
подаются с медом,
красным виноградом,
орехами пекан и клубникой

МЯСНАЯ ТАРЕЛКА 165/66 г 1650
шейка симонини,
пармская ветчина, брезаола,
утиная грудка холодного копчения

СЕМГА СОБСТВЕННОГО ПОСОЛА 155/50 г 1760

ТАРТАР ИЗ ГОВЯДИНЫ 120/20 г 880
с перепелиным яйцом
и крутоном из бородинского хлеба

СЕЛЬДЬ 65/105 г 620
с обжаренным на сливочном масле
картофелем и красным луком

ДОМАШНЕЕ САЛО 147/40 г 510
с гренками из черного хлеба,
горчицей и хреном

БРУСКЕТТЫ

БРУСКЕТТА С ТОМАТОМ 45 г 150

БРУСКЕТТА
СО СЛАБОСОЛЕННЫМ ЛОСОСЕМ 161 г 800
страчателлой, артишоками и каперсами

САЛАТЫ

САЛАТ С РОСТБИФОМ, СПАРЖЕЙ, 70/193 г 1460
ТОМАТАМИ И ОВОЩАМИ-ГРИЛЬ
с трюфельным маслом и кремом бальзамико

САЛАТ С ТИГРОВЫМИ КРЕВЕТКАМИ 175 г 790
обжаренными в соусе терияки,
авокадо, филе апельсина и грейпфрута,
огурцами с цитрусовым соусом

САЛАТ ИЗ АВОКАДО, ТОМАТОВ 230 г 940
И КОЗЬЕГО СЫРА
с соусом из розового перца
и белого бальзамико

ЦЕЗАРЬ RFR ГРИЛЬ
с листьями романо, сырными крутонами,
томатами черри и сыром проволоне
подается на Ваш выбор:

- с курицей-гриль 205/72 г 850
- с чёрными креветками-гриль 3 шт/205 г 1050

САЛАТ ПО-ДОМАШНЕМУ 300 г 780
из томатов и огурцов
с красным луком
с заправкой на Ваш выбор:

- оливковое масло 30 г
- ароматное масло 30 г
- сметана 40 г

• ВРЕМЯ ОБЕДА •

-20%

НА ВСЕ БЛЮДА ИЗ МЕНЮ

А ТАКЖЕ TAKE AWAY

ПН-ПТ
12:00-15:00

Все цены указаны в рублях и включают 20% НДС.



ПАСТА

КАРБОНАРА	380 г	880
с хамоном		
ЛИНГВИНЕ	360 г	1430
ИЗ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЙ ПШЕНИЦЫ		
с креветками, морским гребешком, томатами черри и эстрагоном		

ДЕСЕРТЫ

ТЕПЛЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ ШТРУДЕЛЬ	135/15/60 г	600
с ванильным мороженым и карамельным соусом		
АССОРТИ МИНИ-ДЕСЕРТОВ RFR	7 шт	560
ВАНИЛЬНЫЙ ЧИЗКЕЙК	123/77 г	550
с малиновым соусом		
ТОРТ МЕДОВЫЙ ПО-ЧЕШКИ	125/18 г	320
КРЕМ-БРЮЛЕ	62/10/60/7 г	370
с МАЛИНОВО-КЛУБНИЧНЫМ СОРБЕ		
ЧЕРНИЧНОЕ ПИРОЖНОЕ	165 г	400
с ВАНИЛЬНО-МАКОВЫМ СОУСОМ		
парфе из сметаны с черничным компоте на маковом бисквите и черничной зеркальной глазурью		
КАФЕ-О-ЛЕ	80 г	360
бисквитный десерт с фундуком, свежесваренным эспрессо и крем-чиз		
ФРОМАЖ ДЕ КАССИС	85 г	320
темный мусс из бельгийского шоколада со смородиновым конфи в зеркальной глазури		
МОРОЖЕНОЕ (1 шарик)	65/11 г	220
ванильное, клубничное, шоколадное, фисташковое, грецкий орех, манго-сливки		
СОРБЕ (1 шарик)	65 г	220
малина-клубника, манго-маракуйя, лайм-лимон		
ХЛЕБНАЯ КОРЗИНА	4 шт/24/40 г	250
с домашними булочками и гриссини		

СЭНДВИЧИ И БУРГЕРЫ

КЛУБНЫЙ СЭНДВИЧ С КУРИЦЕЙ	280/100 /30 г	900
куриное филе, бекон, томаты, свежий огурец, сыр чеддер, маринованные огурцы, салат айсберг, бургерный соус, подается с картофелем фри и кетчупом		
БУРГЕР RFR ГРИЛЬ	372/115/30 г	1050
котлета из говядины Блэк Ангус, бекон, сыр чеддер, узбекские томаты, маринованные огурцы, красный лук, подается с картофелем фри и соусом BBQ		

ГОРЯЧАЯ ЗАКУСКА

ХРУСТЯЩИЙ БАКЛАЖАН	240 г	830
с сыром страчателла и томатами		

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

РИБАЙ СТЕЙК	252/7 г	4300
из реберной части, особенно сочный и ароматный		
СТЕЙК ДЕНВЕР	174/7 г	1540
из филе шейного отруба, обладает высокой степенью мягкости и сочности		
ФИЛЕ МИНЬОН	100/7 г	1500
из центральной части говяжьей вырезки, самое нежное и постное мясо		
КУРИНАЯ ГРУДКА	1 шт/30/65 г	1440
с молодой спаржей, соусом горгонзола и виноградом		
СВИНЫЕ РЕБРЫШКИ BBQ	240/240/30 г	1070
с салатом коул слоу, кукурузой-гриль и картофелем фри		
ЛЮЛЯ КЕБАБ ИЗ ГОВЯДИНЫ	195/104/30 г	940
подается с лавашом, корнишонами, маринованным луком и соусом пилати		
ПЕЛЬМЕНИ ДОМАШНИЕ С ГОВЯДИНОЙ И СВИНИНОЙ	180/50/25/18 г	780
варенные в курином бульоне, подаются со сметаной и сыром пармезан		



СУПЫ

ТОМ ЯМ	350/20/35 г	850
с древесными грибами и морепродуктами		
БОРЩ СТАРОСЛАВЯНСКИЙ	300/51/35/4 г	650
с говядиной и сметаной		
ЛАПША КУРИНАЯ	300/35/2 г	350
ФИНСКИЙ СЛИВОЧНЫЙ СУП С СЕМГОЙ	360/42 г	1010
подается с брускеттой с творожным сыром		

ФИЛЕ ПАЛТУСА НА ГРИЛЕ	123/20/117 г	1380
с картофельным пюре с маслинами и сливочным соусом с красной икрой		

ЛОСОСЬ	136/75/30 г	1840
на подушке из свежего шпината со спаржей и цитрусовой сальсой		

ФИЛЕ ТРЕСКИ	258/30/1 г	1260
запеченное с авокадо, тигровыми креветками и моцареллой, подается со шпинатом, маринованным в льняном масле и соке лимона		

МИНИ-КОТЛЕТКИ ИЗ СУДАКА И ПАЛТУСА	140/105 г	960
с микс-салатом и заправкой бальзамико-лайм, подаются с цитрусовой сальсой		

ГАРНИРЫ

СВЕЖИЙ ШПИНАТ С ОГУРЦОМ, тыквенными семечками и льняным маслом	116 г	450
ОВОЩИ-ГРИЛЬ	227 г	550
РИС НА ПАРУ	150 г	200
ФЕРМЕРСКИЙ КАРТОФЕЛЬ с топленным маслом	100 г	250
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с рукколой и пармезаном	110 г	350
КАРТОФЕЛЬ ФРИ	100/30 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



ИММУНОУКРЕПЛЯЮЩИЕ НАПИТКИ

СОБСТВЕННОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ

ШИПОВНИК с липой, имбирем и медом	250 мл	250
МОРС НАТУРАЛЬНЫЙ из карельской клюквы	250 мл	250