



NORME CAFFÈ

ЗАВТРАКИ

до 12:00 **Английский завтрак** 600

Глазунья из двух яиц, колбаски, красная фасоль, бекон
285/65 г, 750 ккал, Б40 / Ж45 / У46

Завтрак-конструктор из яиц

Глазунья из двух яиц 180

Глазунья из трёх яиц 200

Классический омлет 330

Омлет из белков 330

Скрэмбл 330

ДОБАВЬТЕ	ещё яйцо	+ 100
	томаты	+ 50
	моцареллу	+ 90
	шампиньоны	+ 70
	куриное филе	+ 70
	авокадо	+ 90
	шпинат	+ 70
	слабосолёный лосось	+ 270
	креветки на гриле	+ 330
	тост «Здоровый микс»	+ 60

Два яйца — 80 г, 245 ккал, Б9 / Ж21 / У5;

Три яйца — 120 г, 300 ккал, Б13 / Ж24 / У8;

Классический омлет — 200 г, 333 ккал, Б22 / Ж25 / У4;

Только белки — 130 г, 179 ккал, Б17 / Ж11 / У3

Скрэмбл — 200 г, 398 ккал, Б21 / Ж34 / У3

Тост с муссом из авокадо и рикотты с яйцом пашот 680

На выбор: со слабосолённым лососем,
с пастроми из говядины или с беконом.

ДОБАВЬТЕ	двойную порцию лосося	+ 270
	больше пастроми	+ 150
	больше бекона	+ 100

С лососем — 180 г, 348 ккал, Б21 / Ж16 / У31;

С пастроми — 180 г, 344 ккал, Б20 / Ж16 / У32;

С беконом — 180 г, 444 ккал, Б18 / Ж28 / У31

Домашние блинчики

330

Выберите топинг: сметану, сгущёнку, мёд или варенье

150/50 г, 327 ккал, Б11 / Ж11 / У47

Сырники из органического творога

480

На выбор: со свежими ягодами и соусом из манго
или с деревенской сметаной и вишней

С ягодами – 190 г, 330 ккал, Б22 / Ж10 / У38;

Со сметаной и вишней – 210 г, 465 ккал, Б26 / Ж23 / У38

Геркулесовая каша с цветочным мёдом

290

ДОБАВЬТЕ	лесные или грецкие орехи	+ 100
	сухофрукты	+ 60
	банан	+ 60
	ягоды	+ 120

ЕЩЁ МОЖНО сварить на растительном молоке + 70

База без добавок – 250 г, 331 ккал, Б4 / Ж11 / У54

Рисовая каша на кокосовом молоке с вишней

380

250 г, 430 ккал, Б9 / Ж14 / У67

Сливочная гречневая каша с пармезаном

390

300 г, 688 ккал, Б24 / Ж47 / У44

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

Большой зелёный боул под соусом унаги 660

С авокадо, шпинатом, цукини, эдамаме и кейлом

260 г, 283 ккал, Б8 / Ж19 / У20

Салат из свежих овощей и зелени с соусом песто 510

ДОБАВЬТЕ слабосолённый лосось + 270
креветки на гриле + 330

База без добавок – 200 г, 255 ккал, Б4 / Ж22 / У10

Салат с тёплым картофелем черри, лососем, шпинатом и песто 720

235 г, 420 ккал, Б20 / Ж29 / У19

Цезарь с курицей / креветками 530 / 720

С курицей – 170 г, 487 ккал, Б29 / Ж35 / У14;

С креветками – 160 г, 469 ккал, Б21 / Ж37 / У13

Греческий салат с фетой и оливками каламата 510

ДОБАВЬТЕ ещё больше оливок + 180

180 г, 266 ккал, Б10 / Ж22 / У7

Поке с лососем, авокадо, эдамаме – с рисом / киноа 740

С рисом – 180 г, 250 ккал, Б14 / Ж10 / У26;

С киноа – 180 г, 259 ккал, Б15 / Ж11 / У25

СУПЫ

**Борщ с говядиной
и черносливом со сметаной** 430

250/50 г, 274 ккал, Б11 / Ж14 / У26

**Бульон из птицы с фрикадельками,
перепелиным яйцом и лапшой** 310

250/30 г, 96 ккал, Б14 / Ж4 / У1

Том-ям с курицей 480

250/50 г, 249 ккал, Б16 / Ж13 / У17;

Том-ям с креветками 690

250/50 г, 273 ккал, Б22 / Ж13 / У17

ГОРЯЧЕЕ

**Котлеты из птицы с сыром дор-блю
с картофельным пюре** 680

125/100 г, 441 ккал, Б35 / Ж22 / У26

Куриная грудка с рисом / гречкой 510

ДОБАВЬТЕ соус карри +60
кисло-сладкий соус +60

С рисом – 130/130/30 г, 455 ккал, Б59 / Ж7 / У40;

С гречкой – 130/130/30 г, 459 ккал, Б62 / Ж6 / У39

**Филе индейки с пряным киноа
и вялеными томатами** 760

250 г, 507 ккал, Б37 / Ж28 / У24

**Цыплёнок в горчичном соусе
с брокколи и бэйби картофелем** 590

330 г, 662 ккал, Б32 / Ж46 / У30

**Бефстроганов из говядины
с картофельным пюре** 700

130/150 г, 579 ккал, Б28 / Ж39 / У29

Бифштекс с яйцом и фри из батата 640

350 г, 623 ккал, Б34 / Ж41 / У30

Чикенбургер с картофелем фри 520

210/90/25 г, 640 ккал, Б28 / Ж40 / У41

**Тальятелле с лососем и шпинатом
с соусом из анчоусов** 720

330 г, 585 ккал, Б20 / Ж9 / У106

Карбонара 520

250 г, 785 ккал, Б18 / Ж54 / У54

Вок на выбор: гречневая лапша или рис

Просто с овощами	410
С куриным филе и овощами	460
С говядиной и овощам	650
С креветками и овощами	670

Лапша с овощами – 250 г, 417 ккал, Б14 / Ж9 / У70
Лапша с курицей – 250 г, 429 ккал, Б29 / Ж13 / У49
Лапша с говядиной – 260 г, 396 ккал, Б23 / Ж12 / У49;
Лапша с креветками – 250 г, 382 ккал, Б24 / Ж10 / У49;
Рис с овощами – 250 г, 420 ккал, Б9 / Ж19 / У52;
Рис с курицей – 270 г, 425 ккал, Б26 / Ж9 / У60;
Рис с говядиной – 270 г, 468 ккал, Б9 / Ж26 / У50;
Рис с креветками – 270 г, 320 ккал, Б18 / Ж6 / У50

Гарниры

Рис / гречка	180
Киноа	200
Шпинат жареный / на пару	260
Овощи на гриле	290
Брокколи на пару	290

Рис – 120 г, 202 ккал, Б5 / Ж6 / У32;
Гречка – 150 г, 227 ккал, Б9 / Ж3 / У41;
Киноа – 120 г, 163 ккал, Б7 / Ж3 / У27;
Овощи на гриле – 160 г, 124 ккал, Б5 / Ж8 / У8;
Шпинат жареный – 70 г, 190 ккал, Б2 / Ж18 / У5;
Шпинат на пару – 70 г, 20 ккал, Б2 / Ж0 / У3;
Брокколи на пару – 100 г, 48 ккал, Б4 / Ж0 / У7;

ДЕТСКОЕ МЕНЮ

ЗАВТРАКИ

яйца-скрэмбл с хрустящими тостами 270

ДОБАВЬТЕ томаты + 60
 сыр + 60
 ветчину + 60

Сырники с топингами 480

Выберите топинг: сметану, мёд,
малиновое варенье, сгущёнку или соус манго

Домашние блинчики с топингами 260

Выберите топинг: сметану, мёд,
малиновое варенье или сгущёнку

САЛАТ

**Овощной салат
с растительным маслом / сметаной** 320

СУП

**Куриный бульон
с вермишелью и тефтелями** 310

ГОРЯЧЕЕ

Чикенбургер с картофелем фри	520
Куриные котлетки на пару / на гриле Выберите гарнир: гречка или картофельное пюре	380
Пельмени со сметаной	330
Куриные стрипсы Выберите соус: сырный или кетчуп	420
Макароны с сыром	320
Карбонара	520

ГАРНИРЫ

Картофель фри	200
Картофельное пюре	180
Отварная гречка	180
Рис	180

НАПИТКИ

Молочный коктейль Выберите вкус: клубничный, шоколадный, ванильный или банановый	280
Какао с маршмеллоу	240
Молочный коктейль «Бабл Гам» с маршмеллоу	300

СОКОЛЬНИКИ

ВОДА И СОКИ

Nestle, вода без газа 150
500 мл

Petroglygh, Алтай, вода без газа 180 / 290 / 330
375 мл / 750 мл / 1,25 л

Petroglygh, Алтай, вода с газом 220
375 мл

Кокосовая вода 310
330 мл

Детокс-соки и смузи Norme Detox
Соки – 300 мл, смузи – 400 мл

Мистер Сельдерей 420
Сельдерей, яблоко и свежая зелень

Пищеварительный 420
Свекла, морковь, яблоко, имбирь, лимон

Защищающий 450
яблоко, апельсин, физалис, имбирь

Арнольд 480
Кокосовое молоко, банан, яблоко, апельсин

Зелёный 480
Шпинат, банан и сельдерей, кокосовое молоко

Ягодный 480
Асаи, голубика, черная смородина, банан, кокосовое молоко

Цитрусово-ореховый 480
Цитрусовый с бананом и миксом лесных орехов

Слимшейк 480
Творог, банан, молоко, сублимированная свекла

Свежевыжатые соки

Стоимость за 100 г

Апельсиновый	170
Грейпфрутовый	170
яблочный	140
Морковный	140
Сельдереевый	170
Грушевый	170
Ананасовый	250

ЧАЙНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

Чёрный «Английский завтрак», «Ассам», «Горные травы», «Бергамот»	320
Зелёный «Классическая Сенча», «Жасмин»	320
Ягодный «Клубничный», «Красные фрукты»	320
Молочный улун	420
Ромашковый	420
Мятный	420
Гречишный	420

Стоимость за 500 мл

Сокольники

КОФЕ КЛАССА SPECIALTY

Кофейная классика

Эспрессо	220
Американо	220
Капучино	240 / 370
Стандартный или большой	
Латте	370
Флет уайт	350

Авторские напитки

Ванильный раф	390
Раф с халвой	390
Мятный мокко	390
Маття латте	360
Классический / мятный / с лемонграссом	

ДОБАВЬТЕ	дополнительный шот эспрессо	+70
	альтернативное молоко	+70
	кокосовое / миндальное / соевое	

Напитки готовим на бленде 100% арабики натуральной обработки.
Обжарка собственная, средняя. Во вкусе лёгкая кислотность, в аромате – тёмные ягоды и шоколад.

СЕЗОННЫЕ НАПИТКИ

По желанию приготовим горячими или холодными, 500 мл

Чёрная смородина с мелиссой	420
Хвойный чай с брусникой	420
Маракуйя, персик, розмарин	420
Облепиха со свежим розмарином	420
Сибирская клюква с апельсином	420

ПОЛЕЗНОЕ СЛАДКОЕ

Конфеты Norme Detox	70
На выбор: фруктово-имбирное печенье, лукум с финиками и кешью или лукум с курагой и кедровыми орешками	
Филе ананаса	390
200 г	
Свежие фрукты	
Стоимость за 100 г	
Зелёное яблоко	70
Банан	60
Апельсин	70
Грейпфрут	80

БАТОНЧИКИ

Протеиновый шоколад	480
Protein Snickers, Mars, M&M's, Bounty	
Chikalab батончик	340
Chikalab печенье	340
Chikalab шоколад	430
Warrior Crunch Bar	480
Snack Fabriq	220
Layers батончик	340
SOJ батончик	260
R.A.W. LIFE батончик	260
R.A.W. LIFE конфета	120

СОКОЛЬНИКИ

ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ

012 BCAA / L-Carnitine 0,5 л	360
Nutrend L-Carnitine 0,75 л	450
Care Water 0,4 л	390
QNT BCAA 8000 0,75 л	450
4Move Isotonic 0,75 л	390
Протеиновые вафли Выберите вкус: клубника с йогуртом, малина с йогуртом, арахис, фундук с шоколадом, миндаль с шоколадом, кокос с миндалём 50 г	320

ПРОТЕИՆ, ГЕЙНЕРЫ И КОКТЕЙЛИ

Snickers, Mars, 4+ISO Премиум-протеин / изолят 35 г	340
Bombar Изолят 35 г	260
Коктейли Готовим на воде / молоке / растительном «молоке»	
Премиум-протеин / изолят	440 / 540 / 630
Изолят	360 / 460 / 530