

Ресторан-гостиная «Штакеншнейдер»

Меню правильного питания от шеф-повара Гридина Кирилла.
«Мы заботимся о Вашем здоровье и хорошем настроении на весь день»

**Безглютеновые овсяные хлопья
с домашним йогуртом
и протертой земляникой.**

230гр 700руб

Это высокоэнергетическое блюдо с богатым нутриентным составом, большим содержанием клетчатки и ненасыщенных жирных кислот, что способствуют росту полезных бактерий.

**Каша из киноа на кокосовом молоке
со свежими ягодами и семенами льна**

340гр 650руб

Это блюдо-настоящий «суперфуд-боул», где каждый ингредиент усиливает пользу другого. Оно идеально сбалансировано по белкам, полезным жирам и сложным углеводам. Полный набор аминокислот, здоровые жиры для мозга, Омега-3.

**Зелёная гречка с яйцом пашот,
авокадо и кедровыми орешками**

370гр 650руб

Эталон функционального завтрака. Если киноа на кокосовом молоке-это про мягкую энергию, то зелёная гречка с авокадо и яйцом- это мощный нутрицевтический комплекс для работы мозга и долгого насыщения

**Чиа-пудинг на фундучном молоке
и компоте из кураги и манго**

200гр 550руб

Это блюдо-изысканный энергетический десерт, который объединяет пользу суперфудов с нежной текстурой и натуральной сладостью. В отличии от классических каш, этот пудинг работает как «умное топливо» для организма.

