



BEFIT
SALATERIA

ЗАВТРАКИ

Глазунья 160	25 000
Глазунья с сосисками гриль 224	50 000
Шакшука с томатом и крем-чизом 95	80 000
Омлет классический 155	30 000
Омлет с овощами 299	35 000
Омлет с креветками 298	70 000
Яйца отварные 97	15 000
Сырники с вареньем и со сметаной 264	80 000
Блинчики без начинки с вареньем 280	35 000
Блинчики без начинки со сметаной 181	40 000
Каша	40 000
Овсяная 190 Рисовая 134 Пшённая 257 Гречневая 295	
Добавки	5 000
банан яблоко киви	
малина черника голубика	
миндаль грецкий орех курага	
Кокосовое молоко 250 мл / 160	30 000
Миндальное молоко 250 мл / 224	25 000

СЕТЫ

1	Блинчики + Овсяная каша + Апельсиновый фреш 301	105 000
2	Сырники + Рисовая каша + Фреш яблоко-морковь 374	130 000
3	Английский завтрак + Американо 311	85 000

ШАКШУКА С ТОМАТОМ И КРЕМ-ЧИЗОМ





БОУЛ
С ЛОСОСЕМ
И РИСОМ

БРУСКЕТТЫ

Брускетта со слабосолёным лососем и сыром филадельфия ¹⁶⁹	115 000
Брускетта с авокадо ²¹¹	100 000
Брускетта с вялеными томатами и сыром моцарелла ²⁷³	95 000

СЭНДВИЧИ & W-RAP

Сэндвич с тунцом ¹²⁴	80 000
Сэндвич с курицей ¹³³	60 000
Сэндвич с лососем ³³²	95 000
Сэндвич с говядиной ¹⁷¹	85 000
W-Rap с лососем ³³²	120 000
W-Rap с курицей ¹¹⁸	80 000
W-Rap с говядиной ¹⁶¹	95 000
Бургер с говядиной ¹⁴⁸	85 000

БОУЛЫ

Боул с лососем и рисом ²⁹⁷	120 000
Боул с говядиной и гречкой ²⁵²	100 000
Боул с курицей и рисом басмати ²⁷⁴	85 000

САЛАТЫ

Салат Греческий ⁹⁸	70 000
Салат Цезарь ¹²⁸	75 000
Салат с тунцом ⁷⁴	80 000
Салат с авокадо ⁶⁴	80 000
Салат Капрезе ¹⁵⁷	90 000
Салат Буррата ¹³⁴	90 000
Салат с сыром Страчателла ¹⁸⁴	90 000
Салат с лесными ягодами и сыром Бри ¹⁶⁶	90 000
Крудите из овощей ¹⁴²	75 000

СУПЫ

Чечевичный крем-суп ¹¹⁸	45 000
Грибной крем-суп ⁶¹	45 000
Крем-суп из брокколи ⁴⁷	50 000
Кукурузный крем-суп ⁷⁴	45 000
Куриный бульон ⁷⁷	40 000
Тыквенный крем-суп ⁵²	50 000

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Лосось с авокадо и персиками ¹⁵³ Гарнир на выбор: рис гречка киноа булгур	195 000
Медальоны с овощами на гриле ¹⁵¹	180 000
Гречневая лапша ^{363/118} На выбор: с говядиной или с курицей	95 000
Куриная грудка в томате с рисом ¹⁴⁵	85 000
Куриная грудка с томатами черри ¹⁴¹	80 000
Курица Карри на кокосовом молоке с рисом ¹⁶⁶	85 000
Бефстроганов из куриной грудки ¹⁷⁰ Гарнир на выбор: пюре фри рис	90 000
Бефстроганов из говядины ²⁰¹ Гарнир на выбор: пюре фри рис	95 000
Томлёная говядина с пюре и шпинатом ²²⁰	95 000
Монголиан биф с рисом ³³³	80 000
Гуляш говяжий с картофелем фри ²⁴⁴	80 000
Тигровые креветки в кляре ²⁸²	165 000

ГАРНИРЫ

Рис с овощами ¹⁶⁵	35 000
Рис Басмати ¹²⁰	30 000
Спаржа ⁴⁵	55 000
Овощи на пару/запечённые ⁹¹	40 000
Картофель фри ³⁰¹	30 000
Картофель по-деревенски ¹¹⁷	30 000
Пюре картофельное ¹¹³	30 000

ОБСЛУЖИВАНИЕ 15%

ЛОСОСЬ С АВОКАДО И ПЕРСИКАМИ





ПИЦЦА
С КУРИНОЙ
ГРУДКОЙ

ПАСТА

Макаронны на выбор:
Фетучини | Пенне | Спагетти | Фарфалле

С лососем в сливочном соусе 206	160 000
Болоньезе 191	110 000
Карбонара 346	80 000
Альфредо 189	80 000

ПИЦЦА

Пеперони 992	90 000
Комбо 820	100 000
С куриной грудкой 726	85 000
Маргарита 942	80 000

ХЛЕБ
НА ЖИВОЙ
ЗАКВАСКЕ

Датский	26 000
Деревенский	18 000
Багет	16 000
Багет с сыром Дор Блю	22 000
С грецкими орехами	28 000
Гречневый	28 000
С кунжутом	24 000
Чиабатта с оливками и маслинами	18 000
Чиабатта с вялеными томатами	18 000

Ккал на 100 г: 250-300

КОФЕ

Эспрессо Классический двойной	20 000 25 000
Американо Классический двойной	20 000 25 000
Капучино Классический двойной	25 000 30 000
Флэт Уайт	30 000
Латте	25 000
Фраппучино	35 000
Романо	35 000
Медовый раф	35 000
Горячий шоколад	30 000
Гляссе	35 000
Бамбл	35 000
Айс американо	25 000
Айс капучино	25 000
Сироп на выбор	12 000
Альтернативное молоко	25 000

ЛИМОНАДЫ

Огуречный	35 000
Голубая лагуна	45 000
Тархун	40 000
Маракуйя	45 000
Манго-маракуйя	50 000
Клубника-маракуйя	40 000
Облепиховый	40 000
Ягодный	45 000
Имбирный	45 000
Цитрусовый	45 000

ЧАЙ

Облепиховый Облепиха, чабрец, мёд, чай чёрный зелёный	35 000
С облепихой и апельсином Облепиха, апельсин, имбирь, мёд, чай чёрный	40 000
Клюквенно-апельсиновый Апельсин, клюква, имбирь, мёд, корица, чёрный чай	45 000
Малиновый Малина, мёд, имбирь, чай чёрный	30 000
Ягодный Ягоды сезонные, мята, мёд, чай чёрный	40 000
Имбирный с лимоном и мёдом Имбирь, лимон, мёд, чай чёрный/зелёный	40 000
Витаминный с шиповником Шиповник, мёд, мята, чёрный чай	25 000
Чай-Глинтвейн Апельсин, мёд, гвоздика, кардамон, бадьян, корица, чай чёрный	40 000
Апельсиновый с мятой Апельсин, мята, мёд, чёрный чай	35 000
С киви и яблоком Яблоко, киви, мёд, зелёный чай	30 000
С манго и маракуйей Манго, маракуйя, мёд, чай чёрный	50 000

НАПИТКИ

Chortoq 0,3/0,5 не газ.	12 000 / 15 000
Chortoq 0,3/0,5 газ.	17 000 / 20 000
Evian 0,3/0,5/0,75	30 000 / 35 000 / 40 000
Coca-cola 0,3 классик/без сахара	30 000
Redbull 0,25	35 000
OU7 Energy 0,33/0,45	25 000 / 30 000
Amrita 0,5/1 газ./негаз.	30 000 / 40 000
B Fresh 0,45	25 000

ФРЕШИ

Грейпфрутовый	60 000
Апельсиновый	50 000
Апельсин-грейпфрут	50 000
Яблочный	30 000
Яблоко-морковь	25 000
Морковь-сельдерей	25 000
Морковь	20 000
Добавка щавель / шпинат	15 000

ДЕТОКС & ШЕЙКИ

Иммунитет плюс Яблоко, имбирь, морковь	45 000
Имунный импульс Апельсин, киви, мята, имбирь	45 000
Овощной детокс Морковь, имбирь, яблоко, огурец, сельдерей	45 000
Молочный шейк Молоко, мороженое, мёд	45 000
Банановый шейк Молоко, банан, мороженое, мёд	45 000
Малиновый шейк Молоко, малина, мороженое, мёд	45 000
Какао шейк Молоко, какао, мороженое, мёд	45 000
Орео шейк Молоко, орео, мороженое, мёд	45 000

СМУЗИ

Бананово-кофейный Эспрессо, банан, йогурт, семена льна, корица	45 000
Морковный пирог Морковный сок, банан, протеин, корица, миндальное молоко	45 000
Пина колада Ананасовый сок, кольцо ананаса, кокосовое молоко Aroyu	45 000
Смородиновый Смородина, ананас, банан, сок апельсина	45 000
Смородина-Апельсин Апельсин, смородина, банан, йогурт	45 000
Ягодный Молоко, сезонные ягоды, мята, сахар	45 000
Манго-Маракуйя Банан, пюре манго, пюре маракуйя, сок ананаса	60 000
Киви-Алоэ Киви, мята, яблоко, сок алоэ	45 000
Свекла-Апельсин Свекла, апельсин, имбирный фреш, сок апельсина	45 000
Апельсин-Яблоко-Шпинат Яблоко, апельсин, шпинат, сок апельсина	45 000
Мята-Яблоко Мята, яблоко, лёд, сахарный сироп, вода	45 000
Яблоко-Сельдерей Яблоко, сельдерей, имбирь, мята, банан	45 000
Шпинат-Авокадо Авокадо, шпинат, банан, сок апельсина	50 000

BEFIT SALATERIA

ГДЕ ВКУСНОЕ ВСТРЕЧАЕТСЯ С ПОЛЕЗНЫМ



УВАЖАЕМЫЙ ГОСТИ!

ЕСЛИ У ВАС ИМЕЕТСЯ АЛЛЕРГИЯ НА ОПРЕДЕЛЁННЫЕ
ПРОДУКТЫ, ПРОСИМ ВАС СООБЩИТЬ ОБ ЭТОМ ЗАРАНЕЕ!



+998 93 123 11 00

МИРЗО-УЛУГБЕКСКИЙ Р-Н, УЛ. ОСИЁ 1Б

INST: BEFITSALATERIA.UZ

ЧАСЫ РАБОТЫ

ПН-ПТ 07:00-23:00

СБ-ВС 08:00-22:00