



**BEFIT
SALATERIA**

ЗАВТРАКИ

Гранола с творогом и ягодами <small>308</small>	95 000
Бенедикт с лососем/ветчиной <small>312</small>	135 000 / 125 000
Глазунья <small>160</small>	25 000
Глазунья с сосисками гриль <small>224</small>	60 000
Шакшука с томатом и крем-чизом <small>95</small>	100 000
Омлет классический <small>155</small>	45 000
Омлет с овощами <small>299</small>	55 000
Омлет с креветками <small>298</small>	80 000
Яйца отварные <small>97</small>	15 000
Сырники с вареньем и со сметаной <small>264</small>	95 000
Блинчики с мясом <small>336</small>	45 000
Блинчики с творогом и джемом <small>249</small>	55 000
Каша	45 000
Овсяная <small>190</small> Рисовая <small>134</small> Пшённая <small>257</small> Гречневая <small>295</small>	
Добавки	10 000
банан яблоко киви	
малина черника голубика	
миндаль грецкий орех курага	
Кокосовое молоко <small>250 мл / 160</small>	35 000
Миндальное молоко <small>250 мл / 224</small>	25 000

СЕТЫ

1	Блинчики + Овсяная каша + Апельсиновый фреш <small>301</small>	140 000
2	Сырники + Рисовая каша + Фреш яблоко-морковь <small>374</small>	150 000
3	Английский завтрак + Американо <small>311</small>	130 000

БЕНЕДИКТ С ВЕТЧИНОЙ





КРУАССАН
С ЛОСОСЕМ
И АВОКАДО

БРУСКЕТТЫ

Брускетта со слабосоленым лососем и сыром филадельфия ¹⁶⁹	130 000
Брускетта с авокадо ²¹¹	105 000
Брускетта с вялеными томатами и сыром моцарелла ²⁷³	115 000

СЭНДВИЧИ & W-RAP

Сэндвич с тунцом ¹²⁴	105 000
Сэндвич с курицей ¹³³	85 000
Сэндвич с лососем ³³²	125 000
Сэндвич с говядиной ¹⁷¹	100 000
Круассан с лососем и авокадо ²⁴⁷	135 000
Круассан с ветчиной и авокадо ²⁸⁵	120 000
W-Rap с лососем ³³²	125 000
W-Rap с курицей ¹¹⁸	95 000
W-Rap с говядиной ¹⁶¹	105 000
Бургер с говядиной ¹⁴⁸	95 000
Куриный стейк бургер с фри ³⁸⁵	90 000

БОУЛЫ

Боул с лососем и рисом ²⁹⁷	140 000
Боул с говядиной и гречкой ²⁵²	135 000
Боул с курицей и рисом басмати ²⁷⁴	105 000

САЛАТЫ

Салат Греческий ⁹⁸	95 000
Салат Цезарь ¹²⁸	100 000
Салат с тунцом ⁷⁴	125 000
Салат с авокадо ⁶⁴	130 000
Салат Капрезе ¹⁵⁷	115 000
Салат с ягодами и сыром Бри ¹⁶⁶	125 000
Салат с хрустящими баклажанами ²⁰³	95 000
Крудите из овощей ¹⁴²	80 000

СУПЫ

Чечевичный крем-суп ¹¹⁸	65 000
Грибной крем-суп ⁶¹	65 000
Крем-суп из брокколи ⁴⁷	55 000
Куриный бульон ⁷⁷	45 000
Тыквенный крем-суп ⁵²	65 000
Солянка ¹⁶⁷	55 000
Борщ ¹³⁴	55 000
Минестроне ¹⁵⁹	55 000

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

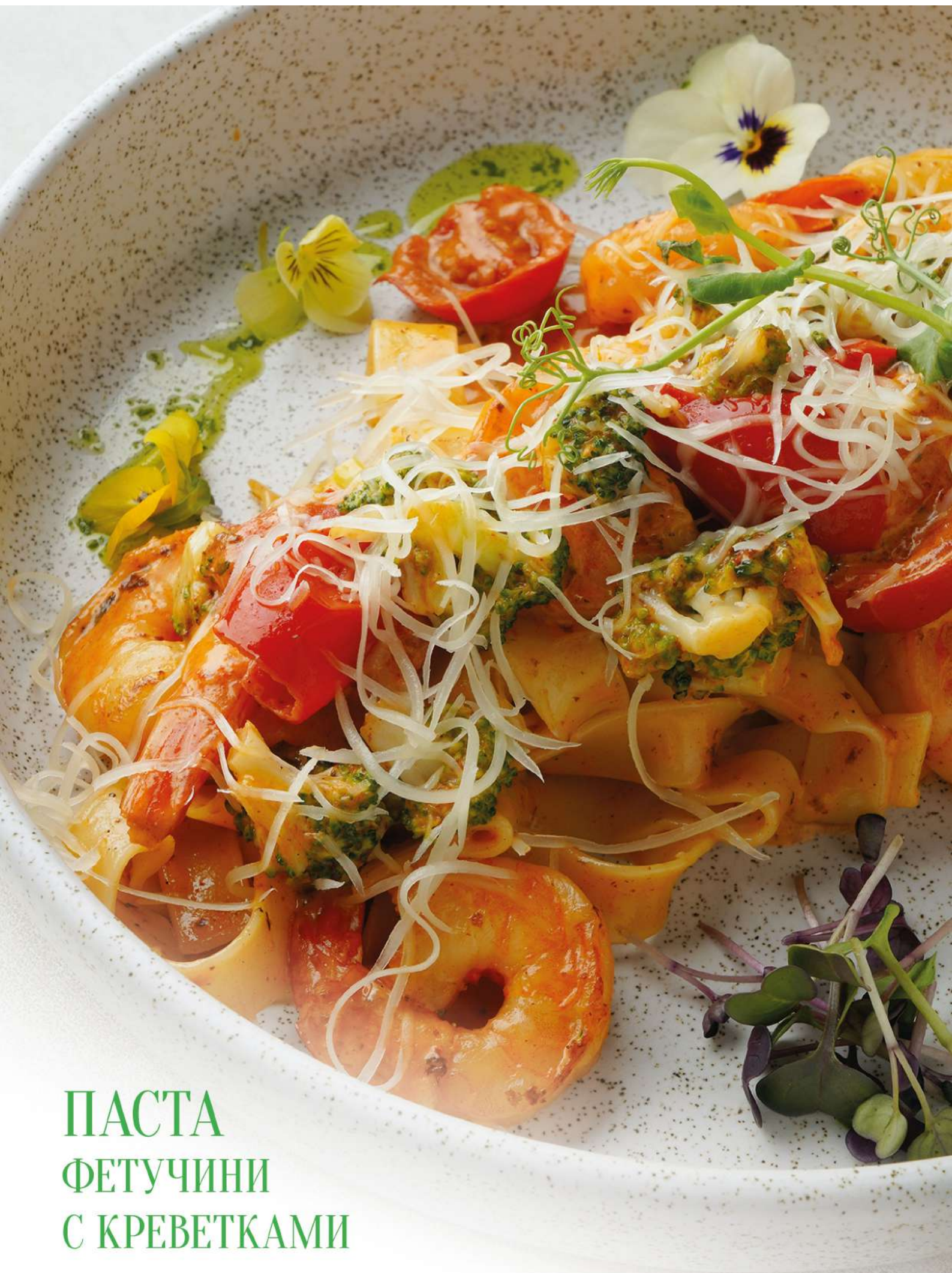
Лосось с авокадо и персиками ¹⁵³ Гарнир на выбор: рис гречка киноа булгур	260 000
Медальоны с овощами на гриле ¹⁵¹	230 000
Гречневая лапша ^{363/118} На выбор: с говядиной или с курицей	135 000 / 125 000
Куриная грудка в томате с рисом ¹⁴⁵	125 000
Куриная грудка с томатами черри ¹⁴¹	130 000
Курица Карри на кокосовом молоке с рисом ¹⁶⁶	110 000
Бефстроганов из куриной грудки ¹⁷⁰ Гарнир на выбор: пюре фри рис	115 000
Бефстроганов из говядины ²⁰¹ Гарнир на выбор: пюре фри рис	135 000
Томлёная говядина с пюре и шпинатом ²²⁰	140 000
Монголиан биф с рисом ³³³	130 000
Колбаски в томатном соусе ³⁶⁸	100 000
Картошка по-домашнему ³⁴⁷	135 000

ГАРНИРЫ

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

КАРТОШКА ПО-ДОМАШНЕМУ





ПАСТА
ФЕТУЧИНИ
С КРЕВЕТКАМИ

ПАСТА

Макаронны на выбор:
Фетучини | Пенне | Спагетти | Фарфалле

С лососем в сливочном соусе ²⁰⁶	165 000
Болоньезе ¹⁹¹	120 000
Карбонара ³⁴⁶	130 000
Альфредо ¹⁸⁹	105 000
Арабьята ¹⁷⁸	100 000
С креветками ¹⁸²	160 000

ПИЦЦА

Пепперони ⁹⁹²	115 000
VEFIT ⁸²⁰	125 000
С куриной грудкой ⁷²⁶	125 000
Маргарита ⁹⁴²	100 000

ХЛЕБ НА ЖИВОЙ ЗАКВАСКЕ

Датский	32 000
Деревенский	25 000
Багет	22 000
Багет с сыром Дор Блю	30 000
С грецкими орехами	45 000
Гречневый	30 000
Тартин классический	24 000
Тартин с кунжутом	30 000
Тартин с семечками	32 000
Чиабатта с оливками и маслинами	26 000
Чиабатта с вялеными томатами	24 000

Ккал на 100 г: 250-300

МЕНЮ БАРА



КОФЕ

Эспрессо Классический двойной	25 000 30 000
Американо Классический двойной	25 000 30 000
Капучино Классический двойной	30 000 35 000
Флэт Уайт	35 000
Латте	30 000
Фраппучино	40 000
Романо	35 000
Медовый раф	40 000
Горячий шоколад	40 000
Гляссе	40 000
Бамбл	45 000
Айс американо	30 000
Айс капучино	35 000
Кофе-Тоник	45 000
Сироп на выбор	12 000
Альтернативное молоко	25 000

НАПИТКИ

Chortоq 0,3/0,5 не газ.	17 000 / 20 000
Chortоq 0,3/0,5 газ.	20 000 / 25 000
Evian 0,3/0,5/0,75	35 000 / 40 000 / 45 000
Coca-cola 0,3 классик/без сахара	35 000
Redbull 0,25 классик/без сахара	40 000
Saber Energy 0,33/0,45	25 000 / 30 000
B Fresh 0,45	25 000

ЧАЙ

Облепиховый Облепиха, чабрец, мёд, чай чёрный зелёный	50 000
С облепихой и апельсином Облепиха, апельсин, имбирь, мёд, чай чёрный	55 000
Клюквенно-апельсиновый Апельсин, клюква, имбирь, мёд, корица, чёрный чай	60 000
Малиновый Малина, мёд, имбирь, чай чёрный	50 000
Ягодный Ягоды сезонные, мята, мёд, чай чёрный	50 000
Имбирный с лимоном и мёдом Имбирь, лимон, мёд, чай чёрный/зелёный	45 000
Витаминный с шиповником Шиповник, мёд, мята, чёрный чай	45 000
Чай-Глинтвейн Апельсин, мёд, гвоздика, кардамон, бадьян, корица, чай чёрный	45 000
Апельсиновый с мятой Апельсин, мята, мёд, чёрный чай	45 000
С киви и яблоком Яблоко, киви, мёд, зелёный чай	45 000
С манго и маракуйей Манго, маракуйя, мёд, чай чёрный	60 000
С маракуйей Пюре маракуйи, мёд, лайм, чёрный чай	50 000
С грушей и имбирём Пюре груши, мёд, имбирь мята, чёрный чай	55 000
Фруктовый Апельсин, лимон, яблоко, мёд, мята, чёрный чай	50 000



ФРЕШИ

Грейпфрутовый	70 000
Апельсиновый	60 000
Апельсин-грейпфрут	60 000
Яблочный	35 000
Яблоко-морковь	30 000
Морковь-сельдерей	25 000
Морковь	25 000
Добавка щавель / шпинат / сельдерей	15 000

СМУЗИ

Пина колада Ананасовый сок, кольцо ананаса, кокосовое молоко Агоу	50 000
Смородиновый Смородина, ананас, банан, сок апельсина	55 000
Смородина-Апельсин Апельсин, смородина, банан, йогурт	50 000
Ягодный Молоко, сезонные ягоды, мята, сахар	50 000
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	50 000
Груша-Апельсин Пюре груши, апельсин, сироп сахарный, зелёный чай	60 000
Облепиховый Облепиха, имбирь, мёд, банан	50 000

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	50 000
Малиновый шейк Молоко, малина, мороженое, мёд	50 000
Какао шейк Молоко, какао, мороженое, мёд	50 000
Орео шейк Молоко, орео, мороженое, мёд	50 000
Киви шейк Молоко, киви, мороженое, мёд	50 000

ЛИМОНАДЫ

Огуречный	45 000
Тархун	45 000
Маракуйя	50 000
Манго-маракуйя	55 000
Клубника-маракуйя	50 000
Облепиховый	45 000
Ягодный	50 000
Имбирный	45 000

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