

püre
POOL BAR

DETOX

TURMERIC DETOX TOMATO SOUP V, VE

98 000

ТОМАТНЫЙ СУП С КУРКУМОЙ B, Be

tomato, red pepper, olive oil
томат, красный перец, оливковое масло
nutrition facts for 1 serving:
88 calories, 3.6g fat, sugar 3g, protein 3.1g
порция содержит
88 калорий, 3,6гр. жира, сахар 3гр., белок 3,1гр

QUINOA AND AVOCADO SALAD V, VE

155 000

САЛАТ С КИНОА И АВОКАДО B, Be

mixed quinoa, avocado, carrot, celery and citrus sauce
микс киноа, авокадо, морковь, сельдерей, цитрусовая заправка
nutrition facts for 1 serving:
650 calories, 46g fat, sugar 5g, protein 19g
порция содержит
650 калорий, 46гр. жира, сахар 5гр., белок 19гр.

BLACK RICE SALAD WITH LEMON VINAIGRETTE V, N

155 000

САЛАТ С ЧЕРНЫМ РИСОМ И ЛИМОННЫМ СОУСОМ B, O

black rice, walnut, edamame, cherry tomato, pumpkin
черный рис, грецкий орех, эдамаме, черри, тыква
nutrition facts for 1 serving:
310 calories, 18g fat
порция содержит
310 калорий, 18гр. жира

GRANOLA BOWL V, D, N

135 000

ГРАНОЛА БОУЛ B, L, O

homemade thick yogurt, granola, berries
домашний йогурт, гранола, ягоды
nutrition facts for 1 serving:
200 calories, 2.5g fat, sugar 1g, protein 3g
порция содержит
200 калорий, 2,5гр. жира, сахар 1гр., белок 3гр.

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | P – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

RECOVERY

SMOKED SALMON BAGEL F, G, D

165 000

БЕЙГЛ С КОПЧЕНЫМ ЛОСОСЕМ P, Г, Л

classic bagel, herbed cream cheese, sesame
бейгл, травяной крем-чиз, кунжут
nutrition facts for 1 serving:
453 calories, 14g fat, sugar 1g, protein 23g
порция содержит
453 калории, 14гр. жира, сахар 1гр., белок 23гр.

HOMEMADE PEANUT CREAM AND BANANA TOAST G, N

120 000

БАНАНОВЫЕ ТОСТЫ С ДОМАШНИМ АРАХИСОВЫМ КРЕМОМ Г, О

nutrition facts for 1 serving:
201 calories, 13g fat, carbohydrate 18g, protein 6g
порция содержит
201 калория, 13гр. жира, углеводы 18гр., белок 6гр.

GRILLED STEAK WRAP D

200 000

РОЛЛ С ГОВЯДИНОЙ Л

beef tenderloin, cucumber, tomato, avocado, feta cheese, lemon yogurt sauce
тендерлоин, огурец, томат, авокадо, сыр фета, лимонный йогуртовый соус
nutrition facts for 1 serving:
317 calories, 21g fat, carbohydrate 7g, protein 26g
порция содержит
317 калорий, 21гр. жира, углеводы 7гр., белок 26гр.

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | P – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

ENERGIZED

BBQ GRILLED CAULIFLOWER STEAK V, D

105 000

СТЕЙК ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ БАРБЕКЮ В, Л

white bean puree, pico de gallo, chimichurri sauce, toasted almond
пюре из белой фасоли, пико де галло, соус чимичурри, обжаренный миндаль
nutrition facts for 1 serving:
400 calories, 32g fat, sugar 5.6g, protein 6.6g, carbohydrate 16.6g
порция содержит
400 калорий, 32гр. жира, сахар 5.6гр., протеин 6.6гр., углеводы 16.6гр.

OVEN BAKED CHICKEN BENEDICT D

165 000

ЗАПЕЧЕННЫЙ ЦЫПЛЕНОК БЕНЕДИКТ Л

juicy baked chicken breast on tomatoes, asparagus, poached eggs, hollandaise sauce
сочная запеченная куриная грудка с помидорами, спаржей, яйцами-пашот и голландским соусом
nutrition facts for 1 serving:
540 calories, 31g fat, sugar 5g, protein 55g
порция содержит
540 калорий, 31гр. жира, сахар 5гр., белок 55гр.

PAN SEARED HALIBUT F, D

265 000

ОБЖАРЕННЫЙ ПАЛТУС Р, Л

marinated coconut oil, wild rice, asparagus, citrus pulp sauce
кокосовое масло, дикий рис, спаржа, цитрусовый соус
nutrition facts for 1 serving:
790 calories, 45g fat, sugar 4g, protein 48g
порция содержит
790 калорий, 45гр. жира, сахар 4гр., белок 48гр.

POACHED WARM SALMON F, N

300 000

ТЕПЛЫЙ ЛОСОСЬ ПАШОТ Р, О

cruncy vegetables, carrot puree
хрустящие овощи, морковное пюре
nutrition facts for 1 serving:
987 calories, 6g fat, sugar 2.6g, protein 26g
порция содержит
987 калорий, 6гр. жира, сахар 2,6гр., белок 26гр.

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
В – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Ве – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

NOURISH BOWL

MISO TUNA NOURISH BOWL N

350 000

МИСО БОУЛ С ТУНЦОМ О

seared tuna, avocado, black rice, cracked wheat, edamame, carrot, sesame dressing
обжаренный тунец, авокадо, черный рис, дробленая пшеница, эдамаме, морковь, кунжутная заправка
nutrition facts for 1 serving:
413 calories, 26g fat, protein 41 g, carbohydrate 26.2g, sugar 5.6g
порция содержит
413 калорий, 26гр. жира, 41гр. белка, углеводы 26,2гр., сахар 5,6гр.

BEEF NOURISH BOWL N

165 000

БОУЛ С ГОВЯДИНОЙ О

sous vide beef fillet, beluga lentil, paprika spiced crispy chickpea, pumpkin, citrus sauce
говядина су-вид, чечевица, хрустящий нут с пряностями и паприкой, тыква, цитрусовый соус
nutrition facts for 1 serving:
calories 370 gr, fat 9 g, carbohydrate 38 g, protein 37 g
порция содержит
370 калорий, 9гр. жира, углеводы 38 гр., 37гр. белка

CHEAT DAY

LINGUINE ALFREDO G, D

145 000

ЛИНГВИНИ АЛЬФРЕДО Г, Л

linguine pasta with chicken, mushrooms and cream sauce, parmigiano reggiano
лингвини с курицей, грибы и сливочный соус, пармезан реджано

SPAGHETTI BOLOGNESE G, D

150 000

СПАГЕТТИ БОЛОНЬЕЗЕ Г, Л

bolognese sauce with minced veal, rich roman tomato sauce, parmigiano reggiano
болоньезе с телятиной, томатный соус, пармезан реджано

D – Dairy I G – Gluten I N – Nuts I S – Shellfish I V – Vegetarian I Ve – Vegan I F – Fish
B – Вегетарианский I Г – Глютен I Л – Лактоза I М – Морепродукты I О – Орехи I Р – Рыба I Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

CLUB SANDWICH	G, D	175 000
КЛАБ СЕНДВИЧ	Л, Г	
triple decker of multigrain or white toasted bread, beef bacon, lettuce, grilled chicken, fried egg, pesto mayonnaise много зерновой или белый тостовый хлеб на выбор, говяжий бекон, салат, обжаренное куриное филе, яйцо, песто майонез		
MINI BEEF SLIDER	D, G	195 000
МИНИ ГОВЯЖИЕ СЛАЙДЕРЫ	Л, Г	
duck bacon and aged cheddar cheese бекон из утки и выдержанный чеддер		
PRIME BURGER	G, D	250 000
ПРАЙМ БУРГЕР	Л, Г	
prime beef patty, mustard siracha sauce, melted cheddar cheese, caramelized red onion and mushroom говядина высшего сорта, горчичный соус сирача, плавленый сыр чеддер, карамелизованный красный лук и грибы		
GRILLED BEEF TENDERLOIN	D	375 000
ТЕНДЕРЛОИН	Л	
mash potato, peppercorn sauce картофельное пюре, перечный соус		
CRISPY CHICKEN TENDERS	G	145 000
ХРУСТЯЩИЕ КУРИНОЕ ФИЛЕ	Г	
sriracha mayo шрирача майонез		
FRENCH FRIES	Ve	55 000
КАРТОФЕЛЬ ФРИ	Be	
ICE CREAM	L	per scoop
МОРОЖЕНОЕ	Л	шарик
		70 000

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | M – Морепродукты | O – Орехи | P – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

NON-ALCOHOLIC БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ

VIRGIN BELLINI 100 000

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЙ БЕЛЛИНИ

peach puree, non-alcoholic sparkling wine
персиковое пюре, безалкогольное игристое вино

VIRGIN APEROL SPRITZ 100 000

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЙ АПЕРОЛЬ СПРИТЦ

bitter, non-alcoholic sparkling wine
биттер, безалкогольное игристое вино

FLUFFY GARIBALDI 100 000

ФЛАФФИ ГАРИБАЛЬДИ

bitter, orange fresh
биттер, апельсиновый фреш

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

RELAXATION DRINKS

РАССЛАБЛЯЮЩИЕ НАПИТКИ

CHAMOMILE GINGER TEA

70 000

ИМБИРНО-РОМАШКОВЫЙ ЧАЙ

ginger, chamomile, citrus
имбирь, ромашка, цитрус

MINTY MILK OOLONG

70 000

МЯТНЫЙ МОЛОЧНЫЙ УЛУН

tea, mint, citrus
чай, мята, цитрус

DETOX DRINKS

ДЕТОКС НАПИТКИ

PINEAPPLE MATCHA

80 000

АНАНАСОВАЯ МАТЧА

matcha, coconut milk, pineapple
матча, кокосовое молоко, ананас

GREEN SMOOTHIE

80 000

ЗЕЛЕНЫЙ СМУЗИ

apple, cucumber, mint, lemon
яблоко, огурец, мята, лимон

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
В – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Ве – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

TRAINER SELECTION

ВЫБОР ТРЕНЕРА

PROTEIN SHAKE 75 000
ПРОТЕИНОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ

GAINER SHAKE 75 000
ГЕЙНЕР

PRE-WORKOUT SHAKE 75 000
ПРЕДТРЕНИРОВОЧНЫЙ ШЕЙК

YOU CAN CHOOSE THE BASE ON WHICH YOUR SHAKE WILL BE PREPARED (WATER, MILK, JUICE)
ОСНОВА ДЛЯ ШЕЙКА НА ВАШ ВЫБОР (ВОДА, МОЛОКО, СОК)

HERBAL TEAS FROM LOCAL MOUNTAINS 55 000
ГОРНЫЕ ТРАВЯНЫЕ СБОРЫ

DIGESTIVE
ПИЩЕВАРИТЕЛЬНЫЙ
chamomile, fennel, althea, liquorice
ромашка, фенхель, алтей, солодка

DETOX
ДЕТОКС
rowanberry, blackcurrant, rosehip, green tea, nettle leaves
рябина, черная смородина, шиповник, зеленый чай, листья крапивы

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.
Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС
Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.
Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

RELAXATION

РАССЛАБЛЯЮЩИЙ

motherwort, nettle leaves, peppermint, lavender, hawthorn
пустырник, листья крапивы, мята, лаванда, боярышник

CALM

УСПОКАИВАЮЩИЙ

melissa, motherwort, hibiscus, rosehip, valerian
мелисса, пустырник, каркаде, шиповник, валериана

RESTORATIVE

ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ

blueberry, eleuthero, hibiscus, rosehip
черника, элеутерококк, шиповник, каркаде

STILL WATER ВОДА БЕЗ ГАЗА

HOUSE WATER	330ml / 750ml	35 000 / 60 000
BLANC BLEU	330ml / 750ml	50 000 / 75 000
ACQUA PANNA	250ml / 750ml	70 000 / 140 000

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Вегетарианский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

SPARKLING WATER
ВОДА С ГАЗОМ

HOUSE WATER	330ml / 750ml	35 000 / 60 000
BLANC BLEU	330ml / 750ml	50 000 / 75 000
BORJOMI	330ml	55 000
SAN PELLEGRINO	250ml / 750ml	70 000 / 140 000

SOFT DRINKS
ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ

PEPSI / PEPSI ZERO SUGAR / 7 UP / MIRINDA	35 000
RED BULL	75 000

JUICE СОК	35 000
----------------------------	--------

ORANGE | APPLE | PINEAPPLE | TOMATO | GRAPEFRUIT |
POMEGRANATE | CHERRY
АПЕЛЬСИН | АНАНАС | ТОМАТ | ГРЕЙПФУТ | ГРАНАТ | ВИШНЯ

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Vegetarianский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.
Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС
Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.
Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

FRESHLY SQUEEZED JUICE СВЕЖЕВЫЖАТЫЙ СОК

ORANGE / APPLE / GRAPEFRUIT / CARROT

75 000

АПЕЛЬСИН / ЯБЛОКО / ГРЕЙПФРУТ / МОРКОВЬ

COFFEE КОФЕ

ESPRESSO

45 000

ЭСПРЕССО

DOUBLE ESPRESSO

55 000

ДВОЙНОЙ ЭСПРЕССО

CAPPUCCINO

50 000

КАПУЧИНО

AMERICANO

45 000

АМЕРИКАНО

LATTE

50 000

ЛАТТЕ

FLAT WHITE

55 000

ФЛЭТ УАЙТ

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Vegetarianский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

TEA ЧАЙ

SELECTION OF PREMIUM TEAS

КОЛЛЕКЦИЯ ПРЕМИАЛЬНОГО ЧАЯ

55 000

WINE BY GLASS ВИНО ПО БОКАЛАМ

SPARKLING/ИГРИСТОЕ

MOËT & CHANDON IMPERIAL, BRUT, FRANCE

295 000

WHITE/БЕЛОЕ

CHATEAU HAMKOR, RIESLING, UZBEKISTAN

CANTI, PINOT GRIGIO, ITALY

90 000

180 000

RED/КРАСНОЕ

BAKA BANG, RED BLEND, UZBEKISTAN

MASI BONACOSTA VALPOLICELLA CLASSICO, ITALY

90 000

200 000

ROSE/РОЗОВОЕ

LaCHETEAU, D'ANJOU, FRANCE

170 000

BEER ПИВО

EMBER BEER 335 ml

55 000

HEINEKEN 330 ml

90 000

D – Dairy | G – Gluten | N – Nuts | S – Shellfish | V – Vegetarian | Ve – Vegan | F – Fish
B – Vegetarianский | Г – Глютен | Л – Лактоза | М – Морепродукты | О – Орехи | Р – Рыба | Be – Веган

All prices are in UZS including VAT.

Все цены указаны в узбекских сумах с учетом НДС

Please let us know if you have any food allergies or special dietary needs.

Пожалуйста, дайте нам знать, если у вас есть аллергия на определенные продукты или особые диетические потребности

