

Салаты

Теплый с курицей 12

микс салатов, курица гриль, апельсин в сливочном соусе
310



Уолдорф

классический американский салат из яблок, сельдерея, грецких орехов; заправляется соусом майонез собственного приготовления
280

Теплый с телятиной 12

микс салатов, телятина, соус имбирный, помидор Черри
310

Цезарь классический 8

220

Цезарь с креветками 30

320

Цезарь с лососем 18

320

Цезарь с говядиной **13**

220

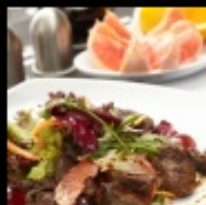
Цезарь с беконом **12**

220



Цезарь с курицей **11**

320



Фуа-де-пуле **9**

куриная печень, обжаренная на сливочном масле с вином, морковь, микс салатов, руккола, грейпфрут, лимонная заправка
220



Де марискос **17**

судак, сёмга, креветки, микс салатов и овощи обжаренные на гриле, лимонная заправка
250

Men Loft **30**

говядина гриль острая, корнишоны, шампиньоны гриль, маслины, оливки, горчичный соус
550



Микста / Mixta **7**

микс из салатов и фруктов с мягким сыром и апельсиновой заправкой
265

С говяжьим языком и перепелиными яйцами **10**

куриное филе, язык говяжий отварной, перепелиные яйца, фасоль спаржевая, морковь, огурец консервированный, заправляется майонезом собственного приготовления
260/4 шт.

Лофт **12**

куриное филе, жаренное на гриле, салат Айсберг и Ромен, помидор Черри, виноград, бастурма, клюква, сыр Пармезан, майонез
290

Острый с говядиной **16**

микс салатов, оливки, маслины, Черри, пармезан, острая говядина гриль, соус
290

Lady Loft **15**

микс салатов, ананас, виноград, соус цитрусовый, филе куриное, сыр Бри
290

Холодные закуски

Карпаччо из говядины 13

тонко нарезанная сырая говядина с лимонной заправкой и сыром Пармезан
230



Капрезе 8

сыр Моцарелла, помидор Черри, руккола, соус бальзамический
250



Тар-тар из сёмги 16

маринованная в пикантном соусе мелко рубленная семга; подается с хрустящими тостами
180/45/30



Митмикс 15

бекон, бастурма, язык, рулетики из баклажанов с ореховой пастой, помидоры Черри
230/120



Тар-тар из говядины 14

маринованная в пикантном соусе мелко рубленная говядина; подается с хрустящими тостами
200

Роллы из цукини

рулетики из обжаренных цукини, начиненные лососем и мягким сливочным сыром
150/30



Сырная тарелка

сыры: Пармезан, Горгонзола, Чеддер, Бри, Дор Блю, мёд, виноград, тосты
225/90

Горячие закуски

Рулетки из речной форели

рулетки из форели с каперсовым соусом и овощами гриль
100/100/150



Язык под соусом Блю чиз

говяжий язык, запеченный с шампиньонами, сладким перцем, цукини и баклажанами
270/20

Говядина в клюквенном соусе

стейк из говядины, карамелизированный лимон и киви в клюквенном соусе
200



Баклажаны "Палермо" 14

*запекаются под соусом из помидор, с сырами Моцарелла и Пармезан
350*

Брускетта 5

*хрустящие ломтики белого хлеба, запеченные с мелко нарезанными помидорами, чесноком и соусом Песто
130/10*

Вторые блюда

Стейк из лосося с каперсовым соусом 31

*подаётся с сырно-сливочным соусом и салатом микс
190/110*

Семга в шампанском 19

*филе семги приготовленное в шампанском с икрой лососёвых пород
125/210*

Семга на гриле с соусом Блю Чиз 19

*подаётся с сырно-сливочным соусом, салатом из свежей моркови и рукколы
125/110*

Дуэт **15**

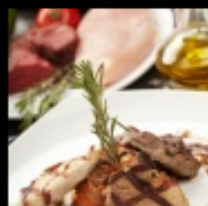
сёмга и сайда в воздушной подушке из сыра и яйца
125/110

Корейка из баранины с ягодным соусом **28**

баранья корейка гриль с ягодным соусом и салатом микс
250/100

Корейка из свинины **15**

свинная корейка, запеченная в ломтике баклажана с ветчиной, шампиньонами, сладким перцем и луком-пореем
300/7



Трио **19**

говяжья вырезка, свинная корейка, куриное филе, овощи (баклажан, сладкий перец, цукини) запекаются на гриле, подаётся с соусом Деми Гляс
150/150/100

Говядина томленая **18**

Вырезка говяжья, микс салатов, картофель фри, соус «Деми Гляс» собственного производства
150/150/100



Куриное филе Лофт **18**

Нежное куриное филе, начинённое печенью, обёрнутое в тонкий ломтик бекона и запечённое в виде рулетика; подается с чипсами из сыра Пармезан, помидорами Черри, рукколой и соусом Песто
200/80



Медальоны из говядины **17**

обжаренные на гриле медальоны из говяжьей вырезки; подаются с картофельным пюре, обжаренным в медовом соусе луком и соусом Деми гляс
100/100/230

Стейк из свиной корейки с яблочным соусом **15**

свиная корейка гриль, карамелизированное яблоко, нежный яблочно-сливочный соус
180/140

Свинина на гриле **13**

маринованная свинина, обжаренная на гриле с добавлением лука-фри и кедровыми орешками
175/175

Стейк огненный **17**

острый стейк из говядины, подаётся с лёгким салатом
170/120

Гарниры

Овощи-гриль **8**

сладкий перец, баклажан, цукини, шампиньоны; подается с соусом из помидоров
250/50

Салат-микс 6

микс салатов Радиччио, Ромен и Лолла Россо; заправленный оливковым маслом и соком лимона
300

Картофель запеченный с ароматными травами 4

240

Картофель запеченный с лисичками 5

250

Масло с травами к хлебу 1

сливочное масло с добавлением соуса "Песто"
20

Хлеб 1

60

Паста



Норма

классическая сицилийская паста:спагетти с баклажанами, перцем Чили,соусом из свежих помидоров и базиликом
300

Паста со шпинатом

7

тальятелле, шпинат, перец св., чеснок,помидоры Черри, масло оливковое,сыр Моцарелла, приправы
280

Паста с анчоусом

10

спагетти, оливковое масло, анчоусы, маслины,помидоры Черри
350

Паста овощная

6

тальятелле, капуста брокколи, цветная, чеснок, помидоры Черри, масло оливковое,сыр Моцарелла, приправы
250



Паста с морепродуктами

14

спагетти, кальмар, креветки, мидии
300

Тельятелле с семгой **13**

тельятелле, семга, сливочный соус
350



Паста с птицей и грибами **11**

тельятелле с курицей и грибами в сливочном соусе
350

Супы

Суп-крем из тыквы **5**

300



Гамбо Лофт **12**

с семгой и сайдой
300

Грибной **7**

густой суп из белых грибов, сухарики
300/60

Суп-крем из гороха 5

300



Суп-пюре из шпината 5

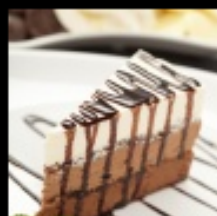
шпинат, сливки, картофель, лук порей
300



Чеддер с курицей 7

густой сырный суп, сухарики
300

Десерты



Шоколадный трюфель 8

*бисквитная основа, три слоя крема на основе белого, молочного и темного
бельгийского шоколада*
130/52

Блины с сыром и ягодным соусом 6

блинчики, сырно-творожная масса, ягоды или фрукты
170/50

Мороженое Имбирное

мороженое имбирное с ломтиками карамелизованного имбиря
350

Мороженое с лаймом и клубникой

150

Мороженое с фруктами

мороженое яблоко, киви, апельсин
350

Чизкейк лимонный **8**

130/45



Чизкейк Лофт **8**

130/45

Чизкейк ягодный **8**

130/45

Фитнес-десерт: творожный мусс с ягодным соусом **8**

белки 7.452, жиры 7.327, углеводы 10.529, Ккал 250.54
180

Фитнес меню: салаты

Грин 12

микс салатов, руккола, перепелиные яйца-пашот крутоны, сыр Пармезан, кедровые орешки, помидоры Черри, лимонная заправка
белки 31.141, жиры 34.371, углеводы 24.971, ккал 579.33
270

С лимонно-оливковой заправкой 10

микс салатов, сухарики, помидор Черри, сыр Пармезан, заправка лимонно-оливковая
белки 2.801, жиры 11.679, углеводы 13.553, ккал 172.507
200

С филе птицы и сыром Бри 12

микс салатов, помидор Черри, филе цыплёнка, сыр Бри
белки 8.728, жиры 3.316, углеводы 10.786, ккал 153.431
230

Фитнес 13

салат Айсберг, киви, цукини, фисташки, йогурт, сироп кленовый, слива, руккола
белки 9.974, жиры 10.541, углеводы 15.993, ккал 236.435
270

С грушей и сыром 12

микс салатов, апельсин, груша
белки 17.226, жиры 28.689, углеводы 6,371, ккал 387.017
250/5

Греческий **11**

помидор Черри, огурец, перец, микс салатов, сыр брынза, лук порей
белки 3.724, жиры 3.633, углеводы 10.327, ккал 120.40
250/5

Бетрав / Bettraves **10**

запеченная свекла, руккола, сыр мягкий, соус песто
белки 3.277, жиры 6.24, углеводы 12.32, ккал 137.839
220

Овощная тарелка **8**

перец, помидор, огурцы свежие, огурцы консервированные, Черри, маслины, оливки, лук
белки 3.277, жиры 6,24, углеводы 12.32, ккал 137.839
220

Фитнес меню: первые и вторые блюда

Суп Минестроне **4**

белки 1.402, жиры 3.153, углеводы 5,255, ккал 47.805
300

Бульон из птицы **4**

белки 8.544, жиры 0.709, углеводы 1.552, ккал 46.623
350/3

Семга на шпинатной подложке 21

белки 11.803, жиры 10.326, углеводы 3.922, ккал 156.24
350

Ростбиф с клюквенным соусом 9

белки 23.578, жиры 3.193, углеводы 31.013, ккал 295.417
130

Филе птицы отварное 7

белки 17.376, жиры 3.807, углеводы 0.741, ккал 107.46
150/110

Говядина отварная 15

говядина отварная с морковью и луком
белки 22.656, жиры 2.994, углеводы 1.62, ккал 120.526
200/80

Омлет из белков 5

белки 9.658, жиры 14.126, углеводы 1.727, ккал 173.72
300/2