



LUCIANO
WELLNESS & SPA FOROS



ДЕТОКС МЕНЮ

ЗАВТРАКИ

Шоколадная овсяная каша с лесными ягодами и кокосовыми хлопьями Ккал 296,7 / Б 6,7 / Ж 8,6 / У 47,6	235	540 ₽
Льняная каша с запеченными яблоками с корицей, пудрой из грецких орехов и чатни из киви Ккал 295,7 / Б 6,8 / Ж 17 / У 22,7	235	390 ₽
Ягодная овсянка на кокосовом молоке с лепестками миндаля и цветочным медом Ккал 375,5 / Б 7,6 / Ж 9,7 / У 63,7	240	690 ₽
Киноа с карамельной грушей, вишневыми цукатами на кокосовом молоке и семенами чиа Ккал 660,6 / Б 19,2 / Ж 10,6 / У 113,1	225	580 ₽
Мусс из зеленой гречки с бананом и клубникой на банановом молоке с лепестками миндаля и куркумой Ккал 433,6 / Б 15,7 / Ж 9,4 / У 74,2	235	410 ₽
Творог из зеленой гречки Ккал 228,3 / Б 7,9 / Ж 3,3 / У 43,1	140	650 ₽
Тунец-боул с пшеном и томатной сальсой Ккал 556 / Б 38,9 / Ж 13,2 / У 70,9	225	1 470 ₽
Полента с куриной грудкой и печеными овощами на козьем молоке с сыром Ккал 449,1 / Б 32,8 / Ж 17,2 / У 40,3	220	980 ₽
Омлет с амарантовой кашей, овощами и козым сыром Ккал 427,5 / Б 27 / Ж 22,4 / У 29	220	450 ₽
Брускетта с хумусом и печеными овощами Ккал 379,7 / Б 12,8 / Ж 16,6 / У 44,7	150	560 ₽
Крепы шоколадные на миндальном молоке с сиропом топинамбура, сметаной из кешью и свежими ягодами Ккал 620,1 / Б 7,9 / Ж 36,3 / У 63,6	200	680 ₽

САЛАТЫ

Салат Аве Цезарь с форелью и козым сыром Ккал 326,4 / Б 22,3 / Ж 20,7 / У 11,2	170	1 540 ₽
Салат с тигровыми креветками и рукколой, авокадо и кунжутной заправкой Ккал 199 / Б 15,3 / Ж 12,5 / У 4,7	155	910 ₽
Теплый салат с морским ассорти и таежным папоротником Ккал 283,1 / Б 23,7 / Ж 14,7 / У 14,3	205	1 270 ₽
Салат Цезарь с куриной грудкой и фирменным соусом майонез-детокс Ккал 249,7 / Б 14,8 / Ж 15,2 / У 13,2	170	720 ₽
Теплый салат из печеной тыквы с овощами, соусом песто из тыквенных семечек и кедровыми орешками Ккал 169,1 / Б 2,5 / Ж 15,8 / У 3,8	150	510 ₽
Витаминный хрустящий салат из свежей тыквы, моркови, капусты, свеклы с ароматной заправкой Ккал 177,4 / Б 1,8 / Ж 14 / У 10,7	200	430 ₽

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Боул Фламинго с креветками и ферментированной цветной капустой Ккал 307 / Б 26,9 / Ж 6,6 / У 34,9	160	1 100 ₽
Конвертики с кальмарами, овощами и вакаме Ккал 363 / Б 20,8 / Ж 12,2 / У 42,2	185	860 ₽
Спринг-ролл с креветками, гуакамоле из авокадо и соусом терияки Ккал 351,1 / Б 22,9 / Ж 8,4 / У 44,8	175	990 ₽
Риет из филе барабули на подушке конфи из инжира и абрикос Ккал 131,9 / Б 12,9 / Ж 5 / У 7,5	115	510 ₽

Паштет из рапана черноморского Ккал 253,2 / Б 16,6 / Ж 7 / У 30,4	115	610 ₽	Суп кулеш пшенный с лесными грибами на овощном бульоне с гренками Ккал 368,2 / Б 19,3 / Ж 13,6 / У 42,2	300	1 150 ₽
Паштет из куриной грудки с тартаром из печеных овощей Ккал 71,3 / Б 7,4 / Ж 2,4 / У 4,7	120	470 ₽	Крем-суп капутино из печеного баклажана на миндальном молоке с грецким орехом Ккал 150,1 / Б 3,3 / Ж 9,9 / У 11,6	230	420 ₽
Баклажаны печеные с хумусом из чечевицы, кинзой, сметаной из кешью и томатами черри Ккал 271,6 / Б 11,1 / Ж 13,3 / У 25,7	140	430 ₽	Крем-суп из батата с мини-стейками из цветной капусты с ядрами конопли, куркумой, тыквенным маслом Ккал 276 / Б 8,6 / Ж 6,1 / У 47	255	980 ₽

ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Кальмары с соусом карри, шпинатом и кедровыми орешками Ккал 232 / Б 24,2 / Ж 9,9 / У 11,3	190	1 200 ₽
Креветки тушеные с папоротником и свежими огурцами с кунжутным соусом и кинзой на листьях бамбука Ккал 230,5 / Б 21 / Ж 13 / У 7,1	185	1 200 ₽
Ассорти шашлычков из морепродуктов с битыми огурцами и финиковым соусом Ккал 267 / Б 30,4 / Ж 10,3 / У 13	165	1 180 ₽
Мясо черноморских мидий, тушеное с овощами Ккал 308,1 / Б 14,9 / Ж 14,8 / У 28,6	250	980 ₽

СУПЫ

Уха рыбная из барабули с киноа, томатами черри и ялтинским луком Ккал 243 / Б 15,9 / Ж 6,2 / У 27,4	280	870 ₽
Суп минестроне с киноа и ломтиками нежного лосося Ккал 217 / Б 11,2 / Ж 8,9 / У 21,7	315	950 ₽
Тайский суп с морским ассорти и фунчозой Ккал 133,1 / Б 11,2 / Ж 3,3 / У 15,1	290	670 ₽
Крем-суп из цветной капусты с сельдереем на кокосовом молоке с припущенными тигровыми креветками и зеленым маслом Ккал 126 / Б 13,3 / Ж 2 / У 13,6	250	750 ₽

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Медальон из судака с пюре из зеленого горошка с мятой Ккал 452,2 / Б 31,2 / Ж 28,3 / У 18,4	240	1 350 ₽
Филе палтуса, припущенное в рисовом молоке, с рисом вакаме на карпаччо из цуккини с соусом Руй и черной икрой чиа Ккал 553,1 / Б 29,3 / Ж 21,8 / У 59,9	230	820 ₽
Запечатанные гребешки в имбирной заправке на пряной подушке из пюре чечевицы с тыквой Ккал 291,1 / Б 22,2 / Ж 15,1 / У 16,4	180	1 380 ₽
Лодочка из филе барабули с вялеными томатами на кукурузной поленте с крымскими травами Ккал 388,4 / Б 37 / Ж 22,1 / У 6,3	280	1 100 ₽
Биточек Калейдоскоп из тунца с морковным соусом Ккал 212,5 / Б 29 / Ж 7,4 / У 7,9	205	1 100 ₽
Филе дорадо с кремом из фенхеля и муссом из креветок Ккал 351,1 / Б 35,6 / Ж 24 / У 6,3	230	1 450 ₽
Стейк из лосося в грибном соусе с кремом велюте из сельдерея с цуккини и трюфельным маслом Ккал 327,3 / Б 31,6 / Ж 17,8 / У 11,5	220	2 450 ₽

Шашлычок из лосося с кускусом Ккал 578,7 / Б 38,8 / Ж 16,3 / У 70,8	230	1 890 Р
Тефтели из форели с рисом и морковным соусом Ккал 365,7 / Б 27,5 / Ж 14,1 / У 32,9	190	1 250 Р
Запеченный рулетик из сибаса с тигровыми креветками и овощами Ккал 465,2 / Б 27,8 / Ж 33 / У 14,5	220	1 150 Р
Паярд из телятины на гриле с розмарином, рукколой, томатами черри и горчичным соусом Ккал 224,6 / Б 28,4 / Ж 10 / У 5,5	215	2 680 Р
Утиная грудка с грушей и бруснично-розмариновым соусом Ккал 261,4 / Б 31,5 / Ж 6 / У 19,2	285	1 370 Р
Равиоли Анчан из грудки индейки с миндальным соусом Айоли Ккал 291,7 / Б 13,4 / Ж 8,3 / У 40,7	210	950 Р

ДЕТСКИЕ БЛЮДА

Рисовая каша на миндальном молоке с муссом из чернослива Ккал 495,1 / Б 12,1 / Ж 14,8 / У 78,1	280	430 Р
Овсяная каша на миндальном молоке с муссом из кураги Ккал 308,9 / Б 7,3 / Ж 6,6 / У 54,4	240	470 Р
Тыквенный суп с цуккини и тыквенным маслом Ккал 50,3 / Б 1,6 / Ж 2,7 / У 4,1	240	450 Р
Гречневый суп с куриными фрикадельками Ккал 273,2 / Б 32 / Ж 3,4 / У 28,4	220	320 Р
Гороховый суп с куриной грудкой и гренками Ккал 267,6 / Б 32,2 / Ж 6,4 / У 20,1	260	370 Р
Рыбная котлета с овощами на пару и цитрусовым соусом Ккал 148,9 / Б 18,2 / Ж 5,9 / У 5,5	190	990 Р
Котлеты из индейки и куриной грудки с салатом из свежих овощей Ккал 134,4 / Б 17,5 / Ж 4,1 / У 6,5	190	550 Р

ДЕСЕРТЫ

Кокосово-клубничное суфле Ккал 343,4 / Б 5,9 / Ж 26,1 / У 21,1	130	750 Р
Медовик гречишный Ккал 410,93 / Б 4,93 / Ж 44,92 / У 23,5	160	450 Р
Черничное безглютеновое пирожное Ккал 241,92 / Б 3,31 / Ж 12,23 / У 29,64	90	380 Р
Трюфель правильный (конфеты) Ккал 312,62 / Б 6,68 / Ж 17,71 / У 31,62	60	360 Р
Торт Крем-Брюле с соленой карамелью Ккал 535,1 / Б 9,2 / Ж 36,6 / У 41,4	115	670 Р
Торт Трюфель шоколадный Ккал 568,8 / Б 5,2 / Ж 40,9 / У 43	120	850 Р
Березовое желе с чатни из свежих ягод и перца чили Ккал 57,3 / Б 0,5 / Ж 0,2 / У 13,3	135	470 Р
Груша Каприз Ккал 316,6 / Б 4,7 / Ж 14,3 / У 41,8	185	780 Р

ХЛЕБ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ 45 **50 Р**

Бородинский Ккал 13,1 / Б 0,1 / Ж 0,6 / У 1,9
С семенами льна и подсолнечника Ккал 119,3 / Б 2,1 / Ж 5,3 / У 15,8
С киноа и амарантом Ккал 109,8 / Б 1,8 / Ж 2,1 / У 20,5
С розмарином и вялеными томатами Ккал 102,2 / Б 1,1 / Ж 2,3 / У 19

СОУСЫ 30 **60 Р**

Кунжутный (ореховый) Ккал 136,7 / Б 0,8 / Ж 13,5 / У 3
Терияки Ккал 48 / Б 0,3 / Ж 0 / У 11,4
Кимчи овощной (острый) Ккал 25,2 / Б 1,8 / Ж 0 / У 4,5
Соевый (б/г) Ккал 7,1 / Б 1,56 / Ж 0 / У 0,1
Масло оливковое Ккал 248,4 / Б 0 / Ж 27,6 / У 0
Сироп топинамбура Ккал 83,4 / Б 0 / Ж 0 / У 28
Мед цветочный Ккал 96,7 / Б 0,1 / Ж 0 / У 23,9

ДЕТОКС БАР

ДЕТОКС КОКТЕЙЛИ

Детокс Тропик банан, фреш апельсина, ананас, мята	250	600 ₽
Детокс Фреш шпинат, авокадо, груша, киви	250	450 ₽
Детокс Спайси пюре малины, банан, табаско	250	450 ₽
Детокс Грин стебель сельдерея, огурец, яблоко, шпинат	250	450 ₽
Детокс Ред свекла, яблоко, сельдерей, авокадо, имбирь	250	450 ₽

СМУЗИ

Манго шейк пюре манго, кокосовое молоко	250	450 ₽
Киви шейк киви, банан, шпинат, фундучное молоко	250	450 ₽
Клубника шейк пюре клубники, банан, корица, миндальное молоко	250	450 ₽

КИСЛОРОДНЫЕ & ПРОТЕИНОВЫЕ КОКТЕЙЛИ

Кислородный коктейль классический, яблоко, вишня	500	350 ₽
Протеиновый коктейль в ассортименте	500	350 ₽

СВЕЖЕВЫЖАТЫЕ СОКИ

Яблоко / Морковь	250	350 ₽
Апельсин / Грейпфрут / Сельдерей	250	550 ₽
Ананас	250	1 500 ₽

МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА

Сан Бенедетто газированная / негазированная	750 250	750 ₽ 450 ₽
Боржоми	500	450 ₽
Байкал газированная / негазированная	530 250	400 ₽ 250 ₽

ЧАЙНАЯ КАРТА

Чай Ортосифон	500	350 ₽
Ада чай	500	350 ₽
Чай Анчан	500	350 ₽
Чай Гречишный	500	400 ₽
Чай Крымские травяные сборы	500	400 ₽
Чай листовой в ассортименте	500	450 ₽

Уважаемый Гость! Мы заботимся о Вашем комфорте.
Для заказа блюд и напитков из Детокс Меню наберите внутренний номер 3002.
Предложение действует в часы работы Детокс-ресторана с 08:00 до 20:00.



LUCIANO

WELLNESS & SPA FOROS

НОВОЕ ИЗМЕРЕНИЕ КРАСОТЫ,
ЗДОРОВЬЯ И ОТДЫХА



Telegram



Яндекс отзывы

+7 (800) 551-60-68 | luciano-wellness.ru