



МЕНЮ  
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

---

HEALTHY FOOD  
MENU

## ЗАВТРАК | BREAKFAST

СЫРНИКИ ИЗ КОЗЬЕГО ТВОРОГА С КОКОСОВОЙ  
СГУЩЕНКОЙ И ЯГОДНЫМ ПЮРЕ

Goat milk cottage cheese pancakes with coconut condensed milk  
and berry puree

330/18/25/8 кбжу

150/20/25 гр

**2 200.-**

ДРАНИКИ ИЗ КАБАЧКОВ С ЛОСОСЕМ СЛАБОСОЛЕННЫМ  
И ЯЙЦОМ ПАШОТ

Zucchini pancakes with slightly salted salmon and poached egg

234/13/17/7 кбжу

100/30/50/40 гр

**1 250.-**

КРАСНЫЙ ТВОРОГ С ФИНИКАМИ, КЕШЬЮ,  
СЕЗОННЫМИ ЯГОДАМИ И РАСТИТЕЛЬНОЙ  
СМЕТАНОЙ

Red cottage cheese with dates, cashews, seasonal berries  
and vegetable sour cream

387/7/20/44 кбжу

200 гр

**1 200.-**



## ЗАКУСКИ | APPETIZERS

РОСТБИФ С САЛЬСОЙ ВЕРДЕ И РУКОЛОЙ  
Roast beef tenderloin with salsa verde and arugula

272/16/22/2 кбжу

125 гр

1 350.—

ТАРТАР ИЗ ЛОСОСЯ С  
ГУАКАМОЛЕ И МАНДАРИНОВЫМ ПОНЗУ  
Salmon tartare with guacamole and tangerine ponzu

176/17/11/3 кбжу

130 гр

1 500.—

## ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ | HOT APPETIZERS

АДЫГЕЙСКИЙ СЫР С ПЕЧЕНОЙ ГРУШЕЙ И ГРАНАТОМ  
Adyghe cheese with baked pear and pomegranate

350/17/26/11 кбжу

180 гр

650.—

БАКЛАЖАН СО СТРАЧАТЕЛЛОЙ И КЕДРОВЫМИ ОРЕХАМИ  
Eggplant with stracciatella and pine nuts

342/17/29/2 кбжу

250 гр

1 100.—

КАРПАЧЧО ИЗ ТОМАТОВ С КОЗЬИМ СЫРОМ  
Tomato carpaccio with goat cheese

77/4/3/8 кбжу 200 гр **750.—**



## САЛАТЫ | SALADS

РУКОЛА С КРЕВЕТКАМИ, МАНГО И ТОМАТАМИ  
Arugula with shrimps, mango and tomatoes

205/17/11/6 кбжу

180 гр

| 900.-

САЛАТ С ТУНЦОМ, ВОДОРΟΣЛЯМИ ЧУКА,  
МИКС-САЛАТОМ И КУНЖУТНОЙ ЗАПРАВКОЙ  
Salad with tuna, chuka seaweed, mixed salad leaves and sesame dressing

175/11/13/4 кбжу

130 гр

| 100.-

## СУПЫ | SOUPS

ХОЛОДНЫЙ ТОМАТНЫЙ СУП СО СВЕЖИМИ ОВОЩАМИ  
И КРЕВЕТКАМИ  
Cold tomato soup with fresh vegetables and shrimps

83/7/3/7 кбжу

200 гр

790.-

СУП ТОМАТНЫЙ ИЗ СЕЗОННЫХ ОВОЩЕЙ  
Seasonal tomato soup

425/15/36/9 кбжу

250 гр

750.-

ЗЕЛЕНЬ С ЛОСОСЕМ, АВОКАДО  
И БОБАМИ ЭДАМАМЕ  
Green salad with salmon, avocado and edamame beans

368/15/33/7 кбжу 210 гр | 700.-



## ОСНОВНЫЕ БЛЮДА | MAIN DISHES

ПАЛТУС СУ-ВИД С КРЕМОМ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ  
И МАРИНОВАННЫМ ЦУКИНИ  
Halibut sous-vide with cauliflower cream and marinated zucchini

237/18/16/5 кбжу

200 гр

1 400.-

КУРИНОЕ ФИЛЕ СУ-ВИД С БРОККОЛИ И МИСО СОУСОМ  
Chicken fillet sous-vide with broccoli and miso sauce

263/41/9/5 кбжу

280 гр

1 100.-

РОСТБИФ С ЗАПЕЧЕННЫМ БАКЛАЖАНОМ ДЕМИГЛАС  
Roast beef with baked eggplant and demi glass sauce

216/17/13/7 кбжу

80/120/30 гр

1 250.-

ПЕРЕЦ РАМИРО, ФАРШИРОВАННЫЙ  
РАСТИТЕЛЬНОМ МЯСОМ И СЫРОМ ТОФУ  
Ramiro pepper stuffed with vegetable meat  
and tofu cheese

69/5/1/9 кбжу

170/50/30 гр

750.-



## ДЕСЕРТЫ | DESSERTS

ПИРОЖНОЕ МАНГО–ШОКОЛАД  
Cake mango–chocolate

315/6/23/20 кбжу

75/10 гр

650.–

ПИРОЖНОЕ МАЛИНА–ШОКОЛАД  
Cake raspberry–chocolate

318/6/25/17 кбжу

75/10 гр

590.–

БРАУНИ ИЗ БАТАТА С СОРБЕТОМ ИЗ МАНГО  
И ЯГОДНЫМ ПЮРЕ  
Sweet potato brownie with mango sorbet and  
berry puree

198/9/8/20 кбжу 100/30/30 гр

800.–







RODINA

КЛУБ ЗДОРОВЬЯ  
И ДОЛГОЛЕТИЯ



ВКУСНО — НЕ ЗНАЧИТ ВРЕДНО!

Цены указаны в рублях и включают НДС.  
Prices are in rubles including VAT.

354008, Краснодарский край,  
г. Сочи, ул. Виноградная, д. 33,  
телефон: 8 800 200 77 93

 [grandhotelrodina.ru](http://grandhotelrodina.ru)



[rodinahc](#)



[rodinahealthclub](#)