

## ОТЕЛЬ «АСТОРИЯ» И JUST FOR YOU В РАМКАХ ПРОГРАММЫ ROCCO FORTE NOURISH

Здоровая еда должна быть не только полезной, но и по-настоящему вкусной – главная миссия программы Rocco Forte Nourish. Гости всех отелей коллекции Rocco Forte Hotels смогут продолжить питаться правильно, не изменяя своим привычкам. В рамках программы Rocco Forte Nourish отель «Астория» и проект доктора Ирины Почитаевой JUST FOR YOU представляют новое меню. Гостям Rocco Forte Hotels на выбор предлагаются разнообразные здоровые блюда, насыщенные всеми необходимыми микроэлементами. Только натуральные цельные ингредиенты – и никакого сахара. Порадуйте себя изобилием интересных, нетрадиционных и вкусных блюд, как во время быстрого делового обеда, так и за неспешным ужином. Новое меню можно попробовать в гостиной «Ротонда» или заказать в номер.

Приятного аппетита!

## HOTEL ASTORIA AND JUST FOR YOU FOR ROCCO FORTE NOURISH

The right food for your body should be not only healthy, but also truly delicious: this is the key mission of the Rocco Forte Nourish program. Guests can eat healthily throughout all Rocco Forte hotels, whether continuing healthy habits or being inspired to try new ones. To create a new menu for the Rocco Forte Nourish program at Hotel Astoria, the hotel has partnered with the Just for You project by Doctor Irina Pochitaeva. The menu offers guests a variety of exciting, delicious and healthy choices, rich in all the essential micronutrients. Only natural, whole ingredients – and no sugar. Treat yourself to an abundance of interesting, innovative and delicious dishes whether coming in for a quick lunch, or staying in the hotel for longer, for business or pleasure. Now, these dishes can be enjoyed in the comfort of the Rotonda Lounge, and for those staying at Hotel Astoria, in their rooms too.

Enjoy!



ROCCO FORTE NOURISH

ROTONDA<sup>®</sup>  
LOUNGE

Работаем для вас  
20 лет  
**JFY 2004  
2024**

## САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

Тако с тунцом в кунжутном масле, рисом для суши, огурцом в соевом соусе, желе из юдзу и кинзой 1100  
*белки (г) 17 жиры (г) 25 углеводы (г) 47 ккал 264*

Севиче из дорадо с цитрусовым соусом, свежим грейпфрутом, редисом и кинзой 950  
*белки (г) 7 жиры (г) 4 углеводы (г) 7 ккал 96*

● Салат с авокадо, морковью, свеклой, красным луком, зеленью, киноа, изюмом, сушеной клюквой, фундуком, семечками, зеленым яблоком, апельсином и заправкой из масла авокадо 1500  
*белки (г) 8 жиры (г) 47 углеводы (г) 23 ккал 169*

● Зеленый салат из ассорти листьев с авокадо, огурцом, французской фасолью, брокколи, спаржей и кунжутной заправкой 1600  
*белки (г) 15 жиры (г) 24 углеводы (г) 35 ккал 386*

## ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

● Тыквенный крем-суп на кокосовом молоке с рикоттой, попкорном и базиликом 850  
*белки (г) 9 жиры (г) 36 углеводы (г) 15 ккал 410*

Маринованная в лимоне и тимьяне обжаренная курица с гремолатой и лечо 1200  
*белки (г) 54 жиры (г) 34 углеводы (г) 20 ккал 595*

Дорадо на гриле с киноа, табуле из руколы с овощами, кремом из феты, фисташками и гранатовой заправкой 1800  
*белки (г) 24 жиры (г) 37 углеводы (г) 33 ккал 572*

● Ризотто из полбы с зеленой спаржей, бобами эдамаме и страчателлой 1600  
*белки (г) 30 жиры (г) 28 углеводы (г) 43 ккал 544*

## ДЕСЕРТЫ

Мусс из темного шоколада с малиной и песочным печеньем 900  
*белки (г) 4 жиры (г) 23 углеводы (г) 38 ккал 378*

Кокосовая панна котта со свежими экзотическими фруктами 800  
*белки (г) 9 жиры (г) 27 углеводы (г) 35 ккал 419*

● - Вегетарианское блюдо

## APPETIZERS & SALAD

Sesame oil dressed tuna tacos, sushi rice, soya cucumber, yuzu gel, coriander 1100  
*proteins (g) 17 fats (g) 25 carbohydrates (g) 47 kcal 264*

Dorado ceviche, citrus dressing, fresh grapefruit, radish and coriander 950  
*proteins (g) 7 fats (g) 4 carbohydrates (g) 7 kcal 96*

● Superfood salad with avocado, carrot, beetroot, red onion, greens, quinoa, raisins, dried cranberries, hazelnut, seeds, green apple, orange and avocado oil 1500  
*proteins (g) 8 fats (g) 47 carbohydrates (g) 23 kcal 169*

● "Green salad", mixed greens, avocado, cucumber, French beans, broccoli, asparagus and sesame dressing 1600  
*proteins (g) 15 fats (g) 24 carbohydrates (g) 35 kcal 386*

## HOT DISHES

● Pumpkin and coconut soup, ricotta, popcorn and basil 850  
*proteins (g) 9 fats (g) 36 carbohydrates (g) 15 kcal 410*

Lemon and thyme roasted chicken, gremolata and letcho 1200  
*proteins (g) 54 fats (g) 34 carbohydrates (g) 20 kcal 595*

Grilled dorado, quinoa, arugula and grilled vegetable tabbouleh, feta cream, pistachio and pomegranate dressing 1800  
*proteins (g) 24 fats (g) 37 carbohydrates (g) 33 kcal 572*

● Spelt risotto, grilled asparagus, edamame beans, stracciatella 1600  
*proteins (g) 30 fats (g) 28 carbohydrates (g) 43 kcal 544*

## DESSERTS

Dark chocolate mousse with raspberry and almond short bread 900  
*proteins (g) 4 fats (g) 23 carbohydrates (g) 38 kcal 378*

Coconut panna cotta, fresh exotic fruits 800  
*proteins (g) 9 fats (g) 27 carbohydrates (g) 35 kcal 419*

● - Vegetarian dish