



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

27.05.2024 Понедельник / Monday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД 230
SET LUNCH

120	Салат из свеклы с сыром фета свекла, фета, масло растительное, специи, зелень Белки 1.5, Жиры 8.8, Углеводы 6.8
250	Щи из свежей капусты с курицей капуста б/к, картофель, куриное филе, морковь, лук, паста томатная, масло растительное, соль, специи, зелень, сметана Белки 5.8, Жиры 5.3, Углеводы 5
100/20	Митболы из индейки филе индейки, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, соль Белки 18.9, Жиры 10.8, Углеводы 2.3
150	Макароны отварные макароны, масло растительное, соль Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2
150	Гречка отварная гречка, масло растительное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6
200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4
20	Хлеб / Bread FALSE Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕGETАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД
VEGETARIAN SET LUNCH**230**

120	Салат из квашеной капусты капуста , морковь, масло растительное, уксус, соль, сахар Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1
250	Суп пюре овощной цветная капуста,б/к капуста,морковь,овощной бульон,соль,перец Белки 2, Жиры 0.6, Углеводы 6.8
100	Картофельные драники сметана картофель,мука пшенична,лук,соль,перец,раст масло Жиры 10, Углеводы 20
150	Макароны отварные макароны, масло растительное, соль Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2
150	Гречка отварная гречка, масло растительное соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6
200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4
20	Хлеб / Bread FALSE Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ
COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей Салат Айсберг, филе куриное, помидоры, сыр, гренки, майонез, специи Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат из квашеной капусты капуста , морковь, масло растительное, уксус, соль, сахар Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1	60-00
120	Салат греческий помидоры, огурцы,салат Айсберг, перец болгарский, сыр фета, маслины, масло растительное, соевый соус, зелень, специи Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат крабовый Крабовое мясо, рис, кукуруза, огурец, майонез, яйцо, соль, зелень Белки 5.8, Жиры 13.6, Углеводы 11.4	80-00
120	Салат домашний с колбасой картофель отварной ,колбаса вареная,горошек зеленый,огурцы,помидоры,салат пекинский ,майонез Белки 6, Жиры 9.8, Углеводы 6.5	80-00
120	Салат из свеклы с сыром фета свекла, фета, масло растительное, специи, зелень Белки 1.5, Жиры 8.8, Углеводы 6.8	60-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	Салат из овощей ачучук помидоры, огурцы, красный лук, масло растительное, мята, гранат, кинза, специи Белки 1.6, Жиры 4.4, Углеводы 8.3	80-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Щи из свежей капусты с курицей капуста б/к, картофель, куриное филе, морковь, лук, паста томатная, масло растительное, соль, специи, зелень, сметана Белки 5.8, Жиры 5.3, Углеводы 5	70-00
250	Суп пюре овощной цветная капуста, б/к капуста, морковь, овощной бульон, соль, перец Белки 2, Жиры 0.6, Углеводы 6.8	70-00
250	Бульон куриный с зеленью окорочка куриные, вода, соль, зелень Белки 1.1, Жиры 1.5, Углеводы 7.8	60-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	Горбуша жареная с кунжутом горбуша, мука, масло растительное, соль, специи Белки 22.3, Жиры 12, Углеводы 2.9	170-00
100	Филе куриное запеченное под овощным жульеном куриное филе, овощная смесь, сливки, соль, перец, раст. масло Белки 21, Жиры 4.2, Углеводы 0.7	150-00
100	Карбонад жареный на гриле свинина лопатка, соль, перец, раст. масло Белки 16, Жиры 8, Углеводы 2	150-00
100/20	Митболы из индейки филе индейки, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, соль Белки 18.9, Жиры 10.8, Углеводы 2.3	120-00
100	Куриное филе отварное куриное филе, морковь, специи Белки 16.9, Жиры 3	150-00
125	Паприкаш из свинины свинина, лук, томат паста, овощи, соль, перец Белки 3, Жиры 3.1, Углеводы 13.1	150-00
100	Картофельные драники сметана картофель, мука пшеничная, лук, соль, перец, раст. масло Жиры 10, Углеводы 20	130-00
100	Филе индейки по гавайски филе индейки, лук репчатый, сыр, ананас, майонез, соль	150-00
100	Говядина отварная говядина отварная, бульон, специи, соль	150-00

Выход г / мл		Цена руб.
ГАРНИРЫ SIDE DISH		
150	Овощи гриль баклажаны, кабачки, перец болгарский, масло растительное, соль Белки 1.5, Жиры 1.6, Углеводы 4.8	150-00
150	Макароны отварные макароны, масло растительное, соль Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00
150	Гречка отварная гречка, масло растительное соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00
150	Картофель отварной картофель, паприка, масло растительное, соль Белки 1.9, Жиры 3.3, Углеводы 15.8	70-00
150	Овощи на пару трио капуста цветная, брокколи, фасоль стручковая	100-00

НАПИТКИ

DRINK

200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	30-00
-----	---	-------

ДРУГОЕ

OTHER

20	Хлеб / Bread FALSE Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	4-00
----	--	------



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

28.05.2024 Вторник / Tuesday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

- 120 **Салат крабовый с рисом**
крабовые палочки, рис, яйцо, огурец, майонез
Белки 1.4, Жиры 7.8, Углеводы 4.5
- 250 **Суп лапша куриная**
лапша, куриное филе, морковь, лук, масло растительное, специи, соль, зелень
Белки 1.1, Жиры 1.5, Углеводы 7.8
- 250 **Жаркое по домашнему**
картофель, куриное филе, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, специи
Белки 16.2, Жиры 13.8, Углеводы 15.7
- 30 **Напиток из шиповника**
- null **Хлеб**

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

- 120 **Салат из редиса с огурцом**
редис, огурец, масло раст
Белки 8.8, Жиры 6.9, Углеводы 14.5
- 250 **Суп минестроне**
капуста цветная, капуста брокколи, капуста б/к, морковь, лук, бульон овощной
Белки 3.5, Жиры 4.1, Углеводы 2.1
- 150 **Плов с сыром тофу**
рис, морковь, лук, сыр Тофу, специи, масло раст
Белки 2, Жиры 1.9, Углеводы 18.7
- 30 **Напиток из шиповника**
- null **Хлеб**

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ
COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей салат Айсберг, филе куриное, помидоры, сыр, гренки, майонез, специи Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат обжорка с курицей куриное филе, шампиньоны, огурцы консервированные, яйцо, морковь, лук, майонез, соль, специи, зелень Белки 6.2, Жиры 8.6, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат кавказский помидоры, лук, масло растительное, зелень, соль Белки 2, Жиры 10, Углеводы 5	60-00
120	Салат греческий помидоры, огурцы, салат Айсберг, перец болгарский, сыр фета, маслины, масло растительное, соевый соус, зелень, специи Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат пай с фунчозой и болгарским перцем фунчоза, фасоль, перец болгарский, майонез, соль, специи, зелень Белки 1.02, Жиры 13.15, Углеводы 10.6	80-00
120	Салат крабовый с рисом крабовые палочки, рис, яйцо, огурец, майонез Белки 1.4, Жиры 7.8, Углеводы 4.5	80-00
120	Салат из спаржи по корейски с морковью спаржа маринованная, морковь, масло растительное, чеснок, уксус, соль, специи, сахарный песок Белки 1.5, Жиры 7.1, Углеводы 6.1	80-00
120	Салат овощной радуга помидоры, морковь, перец болгарский, салат китайский, масло растительное, зелень, соль Белки 0.99, Жиры 7.21, Углеводы 5.29	80-00
120	Салат из редиса с огурцом редис, огурец, масло раст Белки 8.8, Жиры 6.9, Углеводы 14.5	60-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА
FIRST COURSE

250	Суп минестроне капуста цветная, капуста брокколи, капуста б/к, морковь, лук, бульон овощной Белки 3.5, Жиры 4.1, Углеводы 2.1	70-00
250	Суп лапша куриная лапша, куриное филе, морковь, лук, масло растительное, специи, соль, зелень Белки 1.1, Жиры 1.5, Углеводы 7.8	70-00
250	Суп крем грибной куриные окорочка, яйцо, морковь, лук, бульон, лук репчатый, соль Белки 4.7, Жиры 3.3, Углеводы 0.4	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА
SECOND COURSE

250	Рыба по русски с картофелем сайда, картофель, сыр, лук, майонез, помидор, мука, масло растительное, соль, специи Белки 14.5, Жиры 11.6, Углеводы 7.5	170-00
100	Куриное филе в сухарях и семечках подсолнечника куриное филе, яйцо, сухари панировочные, семена подсолнечника, масло растительное, соль, специи Белки 17.1, Жиры 7.36, Углеводы 4.9	150-00
100	Котлета московская говядина, свинина, хлеб, молоко, лук, сухари панировочные, масло растительное, соль, специи Белки 11.9, Жиры 7, Углеводы 6.7	120-00
100	Свинина запеченная с грибами свинина, шампиньоны, сыр, майонез Белки 4.7, Жиры 6.7, Углеводы 3.9	150-00
250	Жаркое по домашнему картофель, куриное филе, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, специи Белки 16.2, Жиры 13.8, Углеводы 15.7	150-00
200	Мясо по французски свинина, помидоры, сыр, майонез Белки 5, Жиры 10, Углеводы 15	180-00
100	Судак с соусом тар тар судак, соль, масло раст, майонез, огурцы соленые, чеснок	230-00
80	Язык отварной язык, бульон мясной, соль, перец	180-00
100	Биточки из курицы на пару куриное филе, хлеб, молоко, соль Белки 17.8, Жиры 4.8, Углеводы 3.6	120-00
200	Гратен из цветной капусты капуста цветная, картофель, морковь, майонез, сыр, сливки Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	140-00

ГАРНИРЫ
SIDE DISH

150	Плов с сыром тофу рис, морковь, лук, сыр Тофу, специи, масло раст Белки 2, Жиры 1.9, Углеводы 18.7	70-00
150	Овощи гриль баклажаны, кабачки, перец болгарский, масло растительное, соль Белки 1.5, Жиры 1.6, Углеводы 4.8	150-00
150	Картофельное пюре картофель, масло растительное, соль, молоко Белки 2, Жиры 0.4, Углеводы 17	70-00

Выход г / мл		Цена руб.
150	Рис тушеный с тыквой и овощами рис,тыква,морковь,лук ,соль,масло раст Белки 1.1, Жиры 3, Углеводы 8.2	70-00
150	Овощи по мексикански с рисом рис,овощи замороженные ,соль,масло раст Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00

НАПИТКИ

DRINK

30	Напиток из шиповника	200-00
----	-----------------------------	--------

ДРУГОЕ

OTHER

null	Хлеб	4-00
------	-------------	------



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

29.05.2024 Среда / Wednesday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

120 **Салат студенческий с ветчиной**
ветчина, огурцы, яйцо, кукуруза консервированная, майонез, зелень, соль
Белки 5, Жиры 17.5, Углеводы 7

250 **Харчо с курицей**
картофель, огурцы соленые, лук репчатый, крупа перловая, куриное филе, масло растительное, , соль,
зелень, томат паста
Белки 12, Жиры 11, Углеводы 14

100 **Котлета московская**
свинина, говядина, хлеб, молоко, лук, соль, перец, сухари панир, масло раст
Белки 14, Жиры 16, Углеводы 26

150 **Рис отварной**
рис, масло растительное, соль
Белки 4.6, Жиры 0.5, Углеводы 24.1

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

120 **Мхали**
свекла отв, масло раст, чеснок, уксус, кинза
Белки 1.4, Жиры 7.8, Углеводы 4.5

250 **Суп пюре из цветной капусты**
капуста б/к капуста цветная, специи, овощной бульон
Белки 3.7, Жиры 1.9, Углеводы 4.2

120 **Оладьи брокколи**
капуста брокколи, мука, соль, перец, масло раст
Белки 2.7, Жиры 4.5, Углеводы 18.6

Выход
г / мл
150

Цена
руб.

Кус кус с овощами

кус кус , морковь, лук, горошек, фасоль, перец, масло растительное, соль
Белки 1.6, Жиры 3.8, Углеводы 15.1

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей салат Айсберг, филе куриное, помидоры, сыр, гренки, майонез, специи Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат греческий помидоры, огурцы, салат Айсберг, перец болгарский, сыр фета, маслины, масло растительное, соевый соус, зелень, специи Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат студенческий с ветчиной ветчина, огурцы, яйцо, кукуруза консервированная, майонез, зелень, соль Белки 5, Жиры 17.5, Углеводы 7	80-00
120	Сельдь под шубой картофель, филе сельди с/с, свекла, морковь, майонез, яйцо, лук репчатый, зелень Белки 7.6, Жиры 8.4, Углеводы 10.2	80-00
120	Салат из киноа с нутом и овощами киноа, нут, авокадо, болгарский перец, помидоры, масло растительное, зелень, специи Белки 8, Жиры 7, Углеводы 30	130-00
120	Салат менделеевской из морской капусты капуста б/к, капуста морская, перец болгарский, помидоры, масло раст Белки 4, Жиры 14, Углеводы 16	100-00
120	Мхали свекла отв, масло раст, чеснок, уксус, кинза Белки 1.4, Жиры 7.8, Углеводы 4.5	60-00
120	Компот из ягод редька, морковь, майонез, соль Белки 1, Жиры 10, Углеводы 3.1	60-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Харчо с курицей картофель, огурцы соленые, лук репчатый, крупа перловая, куриное филе, масло растительное, , соль, зелень, томат паста Белки 12, Жиры 11, Углеводы 14	80-00
250	Суп пюре из цветной капусты капуста б/к капуста цветная, специи, овощной бульон Белки 3.7, Жиры 1.9, Углеводы 4.2	70-00
250	Бульон куриный с яйцом куриный бульон, яйцо, зелень Белки 2.9, Жиры 5.9, Углеводы 13.3	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА
SECOND COURSE

100	Котлета московская свинина,говядина,хлеб,молоко,лук,соль ,перец,сухари панир,масло раст Белки 14, Жиры 16, Углеводы 26	110-00
100	Шницель куриный кордон блю куриное филе, сыр, яйцо, масло растительное, сухари панировочные, соль, специи Белки 12.6, Жиры 15, Углеводы 12.5	150-00
80	Буженина запеченная свинина, чеснок, горчица, масло растительное, соль, специи Белки 17.6, Жиры 20.5, Углеводы 1.2	170-00
100	Голубцы ленивые с мясом птицы капуста, рис, говядина, свинина, лук, морковь, томатная паста, сметана, растительное масло, соль, специи Белки 8.3, Жиры 10.1, Углеводы 7.5	120-00
125	Бефстроганов из говядины говядина, лук репчатый, , масло растительное, соль, специи,сметана Белки 6, Жиры 27, Углеводы 4	170-00
250	Плов с мясом птицы рис, морковь, куриное филе, лук репчатый, масло растительное, соль, специи Белки 8.8, Жиры 3.4, Углеводы 17.7	150-00
200	Филе индейки по царски филе индейки,майонез,помидоры,кетчуп,шампиньоны Белки 5, Жиры 10, Углеводы 15	150-00
100	Буженина запеченная карбонат,соль,специи,чеснок,масло раст Белки 6.7, Жиры 9, Углеводы 6.1	170-00
120	Оладьи брокколи капуста брокколи,мука,соль,перец,масло раст Белки 2.7, Жиры 4.5, Углеводы 18.6	80-00
120	Рыба на пару с лимоном треска,бульон,соль,лимон Белки 20, Жиры 8.8	170-00
100	Филе индейки отварное филе индейки, морковь, лук, соль Белки 16.9, Жиры 3	150-00

ГАРНИРЫ
SIDE DISH

150	Картофель запеченный картофель, соль, масло раст Белки 2.1, Жиры 4.6, Углеводы 8.5	70-00
150	Капуста романеско с морковью капуста Романеско, морковь, соль Белки 2.7, Жиры 14.5, Углеводы 3.7	110-00

Выход г / мл		Цена руб.
150	Рис отварной рис, масло растительное, соль Белки 4.6, Жиры 0.5, Углеводы 24.1	70-00
150	Капуста тушеная капуста б/к, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, специи Белки 1.3, Жиры 1.3, Углеводы 5.2	60-00
150	Кус кус с овощами кус кус , морковь, лук, горошек, фасоль, перец, масло растительное, соль Белки 1.6, Жиры 3.8, Углеводы 15.1	80-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

30.05.2024 Четверг / Thursday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

120	Салат коул слоу капуста б/к, перец болгарский, капуста краснокочанная, горчица, сметана, соль, Белки 1.5, Жиры 6.3, Углеводы 4.9
250	Суп куриный бульон куриный, окорочка куриные, соль, перец Белки 1.2, Жиры 1.9, Углеводы 6.6
100	Тефтели мясные с соусом свинина, говядина, хлеб, молоко, специи
150	Рис отварной рис, масло растительное, соль Белки 2.2, Жиры 0.5, Углеводы 24.9
150	Гречка отварная гречка, масло растительное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6
200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4
20	Хлеб / Bread Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

120	Салат морковный с изюмом морковь, изюм, сахар, масло раст Белки 1.7, Жиры 4.7, Углеводы 8.5
-----	--

Выход г / мл		Цена руб.
250	Суп лапша грибная лук, морковь, шампиньоны вермишель, масло растительно, соль, специи, зелень,бульон грибной Белки 4.2, Жиры 4, Углеводы 8.2	
150	Котлета картофельная картофель,мука,соль,масло раст Белки 0.9, Жиры 0.1, Углеводы 10.5	
150	Рис отварной рис, масло растительное, соль Белки 2.2, Жиры 0.5, Углеводы 24.9	
150	Гречка отварная гречка, масло растительное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	
200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	
20	Хлеб / Bread Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат морковный с изюмом морковь,изюм,сахар,масло раст Белки 1.7, Жиры 4.7, Углеводы 8.5	60-00
120	Салат цезарь с курицей салат Айсберг, филе куриное, помидоры, сыр, гренки, майонез, специи Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат греческий помидоры, огурцы,салат Айсберг, перец болгарский, сыр фета, маслины, масло растительное, соевый соус, зелень, специи Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат дамский каприз куриное филе, ананасы, сыр, яйцо, грецкий орех, чеснок, майонез, зелень Белки 16.6, Жиры 6.7, Углеводы 6.6	120-00
120	Салат коул слоу капуста б/к, перец болгарский, капуста краснокочанная , горчица, сметана , соль, Белки 1.5, Жиры 6.3, Углеводы 4.9	80-00
120	Салат кубанский овощной помидоры,огурцы,редис,лук ,салат китайский,зелень Белки 11.8, Жиры 5.6, Углеводы 1	80-00
120	Салат нисуаз с тунцом яйцо,тунец консервы,фасоль сьручковая,помидоры,салат китайский ,масло раст Белки 1.4, Жиры 2.4, Углеводы 5.2	120-00

Выход г / мл		Цена руб.
ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE		
250	Суп лапша грибная лук, морковь, шампиньоны вермишель, масло растительно, соль, специи, зелень,бульон грибной Белки 4.2, Жиры 4, Углеводы 8.2	70-00
250	Уха норвежская филе горбуши,сельдерей,картофель,морковь,бульон,сливки,специи,зелень Белки 0.9, Жиры 1.5, Углеводы 4	110-00
250	Суп куриный бульон куриный ,окорочка куриные,соль,перец Белки 1.2, Жиры 1.9, Углеводы 6.6	70-00
ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE		
100	Судак с помидором и сыром судак, лук, помидор, майонез, сыр, масло растительное, соль, специи Белки 13.7, Жиры 3.9, Углеводы 4.4	230-00
100	Шашлык из свинины с кетчупом и луком свинина, масло растительное, соль, специи Белки 2, Жиры 31, Углеводы 2	150-00
100	Пушистая отбивная из куриного филе куриное филе, яйцо, сухари панировочные, мука, масло растительное, соль, специи Белки 17.9, Жиры 7.9, Углеводы 5.5	150-00
100	Филе индейки запеченное с грибами индейка филе,сыр,майонез,шампиньоны Белки 4.7, Жиры 7.8, Углеводы 6.4	150-00
125	Печень по строгановски печень говяжья ,лук репчатый,сметанный продукт ,соль,специи Белки 8.4, Жиры 11.3, Углеводы 12.6	170-00
100	Биточки куриные паровые куриный фарш,бульон,соль Белки 24, Жиры 15	120-00
200	Лазанья мясная листы лазаньи, фарш мясной, морковь, перец болгарский, помидоры, сыр, томат-паста, сливки, масло растительное, соль, специи Белки 10.7, Жиры 13.5, Углеводы 12.2	200-00
100	Рыба отварная сайда, вода, лук, соль, зелень Белки 19, Жиры 1	170-00
150	Котлета картофельная картофель,мука,соль,масло раст Белки 0.9, Жиры 0.1, Углеводы 10.5	80-00
100	Тефтели мясные с соусом свинина,говядина,хлеб молоко,специи	120-00

Выход г / мл		Цена руб.
ГАРНИРЫ SIDE DISH		
150	Рис отварной рис, масло растительное, соль Белки 2.2, Жиры 0.5, Углеводы 24.9	60-00
150	Гречка отварная гречка, масло растительное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00
150	Овощи гриль баклажаны, кабачки, перец болгарский, лук, масло растительное, соль Белки 1.5, Жиры 1.6, Углеводы 4.8	150-00
150	Картофель запеченный картофель, масло растительное, соль Белки 1.9, Жиры 3.3, Углеводы 15.8	70-00
НАПИТКИ DRINK		
200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	30-00
ДРУГОЕ OTHER		
20	Хлеб / Bread Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	4-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

31.05.2024 Пятница / Friday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

- 120 **Салат оливье с ветчиной**
картофель, морковь, огурцы. яйцо, ветчина, майонез, соль, специи
Белки 7.6, Жиры 18.8, Углеводы 6.4
- 250 **Солянка мясная сборная**
говядина, сосиски, язык, лук репчатый, томат паста, соль перец, бульон мясной
Белки 3.7, Жиры 1.9, Углеводы 4.2
- 250 **Макароны по флотски**
говядина, свинина, масло раст, специи, макароны
Белки 7.2, Жиры 13.2, Углеводы 7.1
- 200 **Компот из ягод / Fruits compote**
ягодная смесь, сахарный песок, вода
Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4
- 20 **Хлеб / Bread**
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

- 120 **Салат деревенский**
картофель, шампиньоны, лук репчатый, капуста квашеная, огурцы соленые, масло раст
- 250 **Крем суп из брокколи**
капуста брокколи, капуста б/к, картофель, овощной бульон
Белки 2.4, Жиры 1.4, Углеводы 2.7
- 250 **Пилав из булгура с овощами**
булгур, морковь, лук, перец, масло раст
Белки 7.9, Жиры 2.1, Углеводы 12.2

Выход г / мл		Цена руб.
200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	
20	Хлеб / Bread Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат маргарита с ветчиной ветчина, огурцы, яйцо, перец болгарский, сыр, майонез, петрушка, соль Белки 8.8, Жиры 26.3, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат деревенский картофель, шампиньоны, лук репчатый, капуста квашеная, огурцы соленые, масло раст	60-00
120	Салат греческий помидоры, огурцы, салат Айсберг, перец болгарский, сыр фета, маслины, масло растительное, соевый соус, зелень, специи Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат невеста с копченой курицей куриная грудка, картофель, яйцо, лук, сыр плавленый, майонез Белки 6, Жиры 19, Углеводы 5	80-00
120	Цезарь с креветками и кальмаром салат айсберг, креветки, кальмары, сухарики, помидоры, лайм, масло растительное, зелень, специи Белки 13.6, Жиры 4.3, Углеводы 4.5	125-00
120	Салат оливье с ветчиной картофель, морковь, огурцы, яйцо, ветчина, майонез, соль, специи Белки 7.6, Жиры 18.8, Углеводы 6.4	80-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Солянка мясная сборная говядина, сосиски, язык, лук репчатый, томат паста, соль, перец, бульон мясной Белки 3.7, Жиры 1.9, Углеводы 4.2	70-00
250	Крем суп из брокколи капуста брокколи, капуста б/к, картофель, овощной бульон Белки 2.4, Жиры 1.4, Углеводы 2.7	100-00
250	Бульон куриный с яйцом куриный бульон, яйцо, зелень Белки 4.4, Жиры 1.5, Углеводы 4.5	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА
SECOND COURSE

100	Филе индейки бризоль филе индейки, сухари панировочный, масло растительное, чеснок, соль, специи Белки 12.5, Жиры 7.1, Углеводы 0.6	150-00
100	Свинина запеченная со шпинатом и яйцом свинина, шпинат, яйцо, сыр, майонез, мука, масло растительное, соль Белки 11.3, Жиры 32.8, Углеводы 3.2	150-00
140	Куриное филе запеченное с соленым огурцом куриное филе,огурцы соленые ,сыр,майонез Белки 14.2, Жиры 12.7, Углеводы 2.4	120-00
250	Макароны по флотски говядина,свинина,масло раст,специи,макароны Белки 7.2, Жиры 13.2, Углеводы 7.1	200-00
100	Куриные окорочка по фламандски куриные окорочка ,сметанный продукт,паприка,чеснок Белки 9.9, Жиры 5.4, Углеводы 21.6	120-00
250	Пилав из булгура с овощами булгур,морковь,лук,перец,масло раст Белки 7.9, Жиры 2.1, Углеводы 12.2	100-00
80	Говядина отварная говядина,бульон мясной Белки 19, Жиры 7.3, Углеводы 0.1	200-00
100	Биточек из индейки на пару филе индейки, хлеб, молоко, соль Белки 16.1, Жиры 0.6, Углеводы 1.5	120-00

ГАРНИРЫ
SIDE DISH

150	Рис отварной крупа рисовая,соль ,масло раст Белки 2.4, Жиры 2.4, Углеводы 4.3	60-00
150	Капуста брокколи на пару капуста брокколи,соль,масло раст Белки 3, Жиры 0.9, Углеводы 15.9	100-00
150	Картофель запеченный картофель, паприка, масло растительное, соль Белки 1.9, Жиры 3.3, Углеводы 15.8	70-00
150	Рис басмати	100-00
150	Капуста романеско с морковью	110-00
150	Гречка отварная гречка, масло растительное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00

Выход
г / мл

Цена
руб.

НАПИТКИ
DRINK

200	Компот из ягод / Fruits compote ягодная смесь, сахарный песок, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	30-00
-----	---	-------

ДРУГОЕ
OTHER

20	Хлеб / Bread Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	4-00
----	---	------



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

01.06.2024 Суббота / Saturday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД SET LUNCH

230

- 120 **Салат витаминный с апельсином**
капуста , морковь, апельсин,масло растительное, соль, сахар
Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1
- 250 **Суп крем из шпината со сливками**
овощной бульон, картофель, шпинат , морковь, лук, мало растительное, соль, специи,сливки
Белки 2.5, Жиры 4.2, Углеводы 5.2
- 100 **Котлета куриная**
куриное филе, хлеб, молоко, лук, сухари панировочные, масло растительное, соль, специи
Белки 11.9, Жиры 7, Углеводы 6.7
- 250 **Рис отварной**
крупа рисовая,соль,масло раст
Белки 3, Жиры 1.4, Углеводы 17.4
- 150 **Макароны отварные**
макароны, масло растительное, соль
Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2
- 200 **Напиток из шиповника / Fruits compote**
шиповник, сахарный песок, вода
Белки 0.2, Углеводы 8.9
- 20 **Хлеб / Bread**
Хлеб
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД VEGETARIAN SET LUNCH

230

- 120 **Салат витаминный с апельсином**
капуста , морковь, апельсин,масло растительное, соль, сахар
Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1

Выход г / мл		Цена руб.
250	Суп лапша грибная бульон грибной, шампиньоны, вермишель, лук, морковь, специи Белки 2.4, Жиры 1.4, Углеводы 2.7	
100	Котлета морковная морковь, крупа манная, панировые сухари, масло раст	
100	Котлета капустная капуста б/к, мука, соль, масло раст	
250	Рис отварной крупа рисовая, соль, масло раст Белки 3, Жиры 1.4, Углеводы 17.4	
150	Макароны отварные макароны, масло растительное, соль Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	
200	Напиток из шиповника / Fruits compote шиповник, сахарный песок, вода Белки 0.2, Углеводы 8.9	
20	Хлеб / Bread Хлеб Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей салат Айсберг, филе куриное, помидоры, сыр, гренки, майонез, специи Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат витаминный с апельсином капуста, морковь, апельсин, масло растительное, соль, сахар Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1	60-00
120	Салат дайкон с ветчиной редька дайкон, ветчина, сыр, майонез Белки 8.1, Жиры 6.9, Углеводы 4.8	80-00
120	Салат из свеклы с маслом свекла, масло растительное, соль, зелень Белки 1.5, Жиры 8.8, Углеводы 6.8	60-00
120	Салат из свежих овощей помидоры, огурцы, салат китайский, масло растительное, зелень, специи Белки 1.6, Жиры 4.4, Углеводы 8.3	60-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Суп крем из шпината со сливками овощной бульон, картофель, шпинат, морковь, лук, мало растительное, соль, специи, сливки Белки 2.5, Жиры 4.2, Углеводы 5.2	70-00
-----	---	-------

Выход г / мл		Цена руб.
250	Суп лапша грибная бульон грибной, шампиньоны, вермишель, лук, морковь, специи Белки 2.4, Жиры 1.4, Углеводы 2.7	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	Шашлык из индейки филе индейки, маринад, масло раст, специи Белки 8.3, Жиры 4.3, Углеводы 4.4	150-00
100	Котлета куриная куриное филе, хлеб, молоко, лук, сухари панировочные, масло растительное, соль, специи Белки 11.9, Жиры 7, Углеводы 6.7	120-00
125	Курица в кисло сладком соусе куриное филе, соус кисло сладкий, лук, перец болгарский, масло растительное, соль, специи Белки 21, Жиры 9.5, Углеводы 6.4	150-00
100	Котлета рыбная треска, минтай, сайда, хлеб, специи, соль, паниров. сухари, масло раст Белки 11.3, Жиры 32.8, Углеводы 3.2	120-00
100	Котлета морковная морковь, крупа манная, паниров. сухари, масло раст	80-00
100	Котлета капустная капуста б/к, мука, соль, масло раст	80-00
100	Филе куриное отварное куриное филе, морковь, лук, зелень, соль Белки 16.9, Жиры 3	150-00
100	Рыба припущенная с овощами сайда, морковь, лук, соль, зелень Белки 15.9, Жиры 3, Углеводы 1.4	170-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

250	Рис отварной крупа рисовая, соль, масло раст Белки 3, Жиры 1.4, Углеводы 17.4	60-00
150	Макароны отварные макароны, масло растительное, соль Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00
150	Картофель отварной картофель, масло растительное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	70-00
150	Брокколи с цветной капустой капуста брокколи, капуста цветная, соль, масло раст	100-00

Выход
г / мл

Цена
руб.

НАПИТКИ
DRINK

200	Напиток из шиповника / Fruits compote шиповник, сахарный песок, вода Белки 0.2, Углеводы 8.9	30-00
-----	---	-------

ДРУГОЕ
OTHER

20	Хлеб / Bread Хлеб Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	4-00
----	---	------