



# МЕНЮ

В течение недели в меню  
возможны изменения

01.12.2025 Понедельник / Monday

Выход г / мл		Цена руб.
<b>ЗАВТРАК</b> BREAKFAST		
150	<b>Яблоко запеченное с медом и корицей / Baked apple with honey and cinnamon</b> 95-00 Яблоко, мед, корица Белки 0.53, Жиры 0.42, Углеводы 18.2	
52	<b>Яйцо отварное / Boiled egg</b> 30-00 яйцо куриное, вода, соль Белки 12.7, Жиры 11, Углеводы 0.7	
60	<b>Сосиска отварная / Boiled sausage</b> 48-00 сосиска молочная, вода Белки 11, Жиры 28	
120	<b>Наггетсы куриные / Chicken nuggets</b> 160-00 Наггетсы куриные,масло фритюрное Белки 12.5, Жиры 26.64, Углеводы 22.5	
120	<b>Стрипсы куриные / Chicken strips</b> 160-00 Стрипсы куриные, масло фритюрное Белки 17.97, Жиры 13.14, Углеводы 17.97	
150	<b>Картофель по-деревенски / Country-style potatoes</b> 101-00 Картофель,масло фритюрное,специи,соль Белки 17.31, Жиры 32	
180	<b>Тост Крок мадам / Croque Madame toast</b> 220-00 Хлеб Харрис, кетчуп, майонез, ветчина, яйцо, сыр Белки 13.48, Жиры 18.03, Углеводы 22.41	
65	<b>Колбаска баварская жареная / Fried Bavarian sausage</b> 130-00 сосиска куриная, масло растительное Белки 16, Жиры 19.61, Углеводы 1	
30	<b>Бекон жареный / Fried bacon</b> 120-00 бекон с/к, масло растительное Белки 26, Жиры 89.99	

Выход г / мл		Цена руб.
46	<b>Яичница глазунья / Fried eggs</b> яйцо куриное, соль, масло растительное Белки 14.36, Жиры 21.12	30-00
100	<b>Колбаса жареная / Fried sausage</b> Колбаса докторская, масло растительное Белки 14.34, Жиры 29.86, Углеводы 1.68	140-00
170	<b>Кесадилья с ветчиной, сыром, помидорами / Ham, cheese, and tomato quesadilla</b> Тортилья пшеничная, майонез, кетчуп, ветчина, сыр, помидоры, масло раст. Белки 9.33, Жиры 17.14, Углеводы 23.62	156-00
140/20	<b>Сырники домашние со сметаной / Homemade syrniki with sour cream</b> Творог, мука, сахар, соль, яйцо, масло растительное, сметана Белки 14.19, Жиры 7.27, Углеводы 19.84	134-00
180	<b>Лаваш с начинкой из яйца и сыра / Lavash stuffed with egg and cheese</b> Лаваш армянский, яйцо куриное, сыр гауда, масло растительное Белки 17.1, Жиры 15.8, Углеводы 19.64	180-00
150	<b>Вареники ленивые / Lazy varenyki</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль, масло сливочное Белки 17.57, Жиры 9.86, Углеводы 19.71	132-00
150	<b>Омлет натуральный / Natural omelette</b> Яйцо куриное, соль, молоко, масло растительное Белки 9.98, Жиры 9.59, Углеводы 2.4	78-00
200	<b>Каша овсяная молочная / Oatmeal porridge with milk</b> Крупа Геркулес, молоко, вода, сахар, соль, масло сливочное Белки 3.27, Жиры 4.31, Углеводы 14.38	54-00
120/3	<b>Блины с вишней / Pancakes with cherries</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, масло раст., вишня, сахар, соль Белки 4.23, Жиры 6.7, Углеводы 38.9	96-00
140	<b>Блины с мясом / Pancakes with meat</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, масло растительное, фарш мясной, сахар, соль Белки 5.7, Жиры 14.78, Углеводы 17.61	96-00
130	<b>Сосиска в лаваше / Sausage in pita bread</b> Сосиска молочная, лаваш армянский, сыр, яйцо, майонез, Белки 13.19, Жиры 28.28, Углеводы 13.53	108-00
200	<b>Каша манная на воде с изюмом / Semolina porridge cooked in water with raisins</b> Крупа манная, изюм, сахар, соль, вода Белки 2.31, Жиры 0.27, Углеводы 24.59	54-00
150	<b>Капуста цветная на пару / Steamed cauliflower</b> Капуста цветная, соль, соус соевый, масло раст., укроп, чесночное масло Белки 2.25, Жиры 4.33, Углеводы 5.34	120-00
50	<b>Блинчик бездрожжевой / Yeast-free Pancake</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль Белки 6.81, Жиры 9.34, Углеводы 28.84	25-00

**КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
**SET LUNCH**

**280**

- 120 **Салат из свежих овощей / Fresh vegetable salad**  
Помидоры, огурцы свежие, салат китайский, масло раст., укроп, соль  
Белки 0.9, Жиры 8.48, Углеводы 2.47
- 120 **Салат "Оливье" с ветчиной / Olivier Salad with Ham**  
Ветчина, картофель, огурцы свежие, огурцы соленые, горошек, яйцо отварное, петрушка, майонез, соль  
Белки 4.55, Жиры 11.47, Углеводы 5.42
- 250 **Щи "Боярские" с грибами / Boyar Cabbage Soup with Mushrooms**  
Картофель, капуста, лук, морковь, томатная паста, шампиньоны, соль, перец, петрушка, чеснок, вода  
Белки 1.19, Жиры 1.49, Углеводы 6.68
- 250 **Суп сырный со шпинатом / Cheese soup with spinach**  
Сыр плавленый, шпинат, картофель, лук, молоко, сливки, вода, соль, бульон овощной  
Белки 1.98, Жиры 3.89, Углеводы 7.62
- 250 **Суп - лапша куриная / Chicken noodle soup**  
Куриные окорочка, лапша яичная, лук репчатый, морковь, масло раст., вода, бульон куриный, соль, приправа Лавровый лист, укроп, петрушка  
Белки 1.7, Жиры 3.12, Углеводы 4.57
- 100 **Биточек мясной из говядины / Beef chunk of meat**  
Фарш мясной, соль, хлеб белый, вода, сухари панировочные, перец, масло раст  
Белки 24.06, Жиры 19.54, Углеводы 15.12
- 125 **Чахохбили из курицы / Chakhokhbili from chicken**  
Куриное бедро, масло раст., томаты, бульон куриный, соль, перец, кинза, приправа хмели - сунели, чеснок, лук репчатый, томатная паста, вода, сахар  
Белки 17.42, Жиры 18.44, Углеводы 6.94
- 100 **Сайда, запеченная под соусом "Бешамель" / Cider baked under Béchamel sauce**  
Филе сайды, мука пшеничная, сыр, соль, перец, масло раст., соус "Бешамель" лук  
Белки 18.52, Жиры 16.08, Углеводы 6.49
- 250 **Овощное рагу с кабачками / Vegetable stew with zucchini**  
Картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло раст., приправа Лавровый лист, соль, чеснок, томатная паста, перец, вода, бульон овощной  
Белки 1.82, Жиры 5.16, Углеводы 14.09
- 150 **Гречка отварная / Boiled buckwheat**  
Крупа гречневая, соль, масло раст., вода  
Белки 6.05, Жиры 4.91, Углеводы 29.95
- 150 **Картофельное пюре / Mashed potatoes**  
Картофель, соль, молоко  
Белки 2.69, Жиры 3.28, Углеводы 14.35
- 200 **Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)**  
чай пакетированный, сахар, вода  
Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0
- 200 **Компот из черной смородины (без сахара) / Blackcurrant compote (without sugar)**  
Черная смородина, вода  
Белки 0.15, Жиры 0.05, Углеводы 1.82

Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Напиток из цитрусовых / Citrus drink</b> Апельсин, лимон, сахар, вода, лимонная кислота Белки 0.14, Жиры 0.03, Углеводы 13.46	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	
<b>ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b> VEGETARIAN SET LUNCH		<b>280</b>
120	<b>Салат из свежих овощей / Fresh vegetable salad</b> Помидоры, огурцы свежие, салат китайский, масло раст., укроп, соль Белки 0.9, Жиры 8.48, Углеводы 2.47	
250	<b>Суп сырный со шпинатом / Cheese soup with spinach</b> Сыр плавленый, шпинат, картофель, лук, молоко, сливки, вода, соль, бульон овощной Белки 1.98, Жиры 3.89, Углеводы 7.62	
250	<b>Овощное рагу с кабачками / Vegetable stew with zucchini</b> Картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло раст., приправа Лавровый лист, соль, чеснок, томатная паста, перец, вода, бульон овощной Белки 1.82, Жиры 5.16, Углеводы 14.09	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из черной смородины (без сахара) / Blackcurrant compote (without sugar)</b> Черная смородина, вода Белки 0.15, Жиры 0.05, Углеводы 1.82	
200	<b>Напиток из цитрусовых / Citrus drink</b> Апельсин, лимон, сахар, вода, лимонная кислота Белки 0.14, Жиры 0.03, Углеводы 13.46	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b> COLD SNACKS		
120	<b>Салат "Литовский" с брынзой / "Lithuanian" Salad with Brynza Cheese</b> Свекла, сыр Брынза, соль, масло раст., сахар, зелень Белки 5.51, Жиры 13.31, Углеводы 12.74	80-00

Выход г / мл		Цена руб.
120/20	<b>Салат Цезарь с курицей / Caesar Salad with Chicken</b> Филе куриное, сыр пармезан, салат айсберг, помидоры черри, соус цезарь, гренки пшеничные, соль Белки 8.6, Жиры 15.32, Углеводы 5.48	130-00
120	<b>Салат из свежих овощей / Fresh vegetable salad</b> Помидоры, огурцы свежие, салат китайский, масло раст., укроп, соль Белки 0.9, Жиры 8.48, Углеводы 2.47	60-00
120	<b>Салат "Оливье" с ветчиной / Olivier Salad with Ham</b> Ветчина, картофель, огурцы свежие, огурцы соленые, горошек, яйцо отварное, петрушка, майонез, соль Белки 4.55, Жиры 11.47, Углеводы 5.42	96-00
120	<b>Салат "Городской" с колбасой / Salad "Urban" with sausage</b> Колбаса, морковь, картофель, огурцы свежие, яйцо, соль, майонез, укроп Белки 6.19, Жиры 15.61, Углеводы 7.31	96-00

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	<b>Щи "Боярские" с грибами / Boyar Cabbage Soup with Mushrooms</b> Картофель, капуста, лук, морковь, томатная паста, шампиньоны, соль, перец, петрушка, чеснок, вода Белки 1.19, Жиры 1.49, Углеводы 6.68	84-00
250	<b>Суп сырный со шпинатом / Cheese soup with spinach</b> Сыр плавленый, шпинат, картофель, лук, молоко, сливки, вода, соль, бульон овощной Белки 1.98, Жиры 3.89, Углеводы 7.62	84-00

## ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

125	<b>Азу из говядины / Beef azu</b> Говядина, лук репчатый, томатная паста, чеснок, огурцы соленые, масло раст., соль, перец, приправа Лавровый лист, приправа хмели - сунели, вода, мучная пассеровка, петрушка Белки 16.95, Жиры 18.36, Углеводы 6.26	216-00
100	<b>Биточек мясной из говядины / Beef chunk of meat</b> Фарш мясной, соль, хлеб белый, вода, сухари панировочные, перец, масло раст Белки 24.06, Жиры 19.54, Углеводы 15.12	144-00
100	<b>Филе куриное отварное / Boiled chicken fillet</b> Куриное филе, лук репчатый, морковь, соль, перец, приправа Лавровый лист Белки 32.08, Жиры 2.56, Углеводы 1.18	180-00
125	<b>Чахохбили из курицы / Chakhokhbili from chicken</b> Куриное бедро, масло раст., томаты, бульон куриный, соль, перец, кинза, приправа хмели - сунели, чеснок, лук репчатый, томатная паста, вода, сахар Белки 17.42, Жиры 18.44, Углеводы 6.94	180-00
100	<b>Шницель куриный / Chicken schnitzel</b> Куриное филе, масло раст., соль, перец, сухари панировочные Белки 28.23, Жиры 12.28, Углеводы 5.64	180-00
100	<b>Сайда, запеченная под соусом "Бешамель" / Cider baked under Béchamel sauce</b> Филе сайды, мука пшеничная, сыр, соль, перец, масло раст., соус "Бешамель" лук Белки 18.52, Жиры 16.08, Углеводы 6.49	204-00

Выход г / мл		Цена руб.
100	<b>Свинина по - французски / Pork in French</b> Свинина, помидоры, лук репчатый, масло раст., соль, сыр, паприка, майонез, перец, мука пшеничная Белки 18.77, Жиры 32.97, Углеводы 4.89	180-00
150	<b>Сёмга запеченная со шпинатом в сливочном соусе / Salmon baked with spinach in a creamy sauce</b> Филе семги, соль, шпинат, лук порей, перец, масло раст., соус сливочный Белки 20.37, Жиры 15.03, Углеводы 2.25	556-00
100	<b>Рыба на пару с лимоном / Steamed fish with lemon</b> Треска, соль, перец, бульон рыбный, лимоны, зелень Белки 16.89, Жиры 0.7, Углеводы 0.88	224-00
250	<b>Овощное рагу с кабачками / Vegetable stew with zucchini</b> Картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, масло раст., приправа Лавровый лист, соль, чеснок, томатная паста, перец, вода, бульон овощной Белки 1.82, Жиры 5.16, Углеводы 14.09	180-00

## ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	<b>Гречка отварная / Boiled buckwheat</b> Крупа гречневая, соль, масло раст., вода Белки 6.05, Жиры 4.91, Углеводы 29.95	60-00
150	<b>Птитим с овощами / Dinner with vegetables</b> Макароны изделия Птитим, лук пассер., морковь, перец болгарский, чеснок, соль, перец черный молотый, масло растительное Белки 5.04, Жиры 2.51, Углеводы 26.92	60-00
150	<b>Фасоль стручковая с кунжутом / Green beans with sesame</b> Фасоль стручковая, масло раст., соус соевый, кунжут обжаренный Белки 3.6, Жиры 6.98, Углеводы 4.78	120-00
150	<b>Картофельное пюре / Mashed potatoes</b> Картофель, соль, молоко Белки 2.69, Жиры 3.28, Углеводы 14.35	70-00

## НАПИТКИ DRINK

200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	40-00
200	<b>Компот из черной смородины (без сахара) / Blackcurrant compote (without sugar)</b> Черная смородина, вода Белки 0.15, Жиры 0.05, Углеводы 1.82	36-00
200	<b>Напиток из цитрусовых / Citrus drink</b> Апельсин, лимон, сахар, вода, лимонная кислота Белки 0.14, Жиры 0.03, Углеводы 13.46	36-00

**ДРУГОЕ**  
OTHER

20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	4-00
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	4-00



# МЕНЮ

В течение недели в меню  
возможны изменения

02.12.2025 Вторник / Tuesday

Выход г / мл		Цена руб.
<b>ЗАВТРАК</b> BREAKFAST		
52	<b>Яйцо отварное / Boiled egg</b> яйцо, вода, соль Белки 12.7, Жиры 11, Углеводы 0.7	30-00
60	<b>Сосиска отварная / Boiled sausage</b> сосиска молочная, вода Белки 11, Жиры 28	48-00
193	<b>Жюльен из шампиньонов / Champignon julienne</b> шампиньоны, лук репка, сливки, соль, сыр Белки 6.2, Жиры 9.54, Углеводы 3.88	150-00
125	<b>Кесадилья с курицей и беконом / Chicken and bacon quesadilla</b> Тортилья пшеничная, филе куриное, масло раст., кукуруза, помидоры, бекон, сыр, соус Шрирача, томатная паста, соус Чили сладкий Арой Белки 13.51, Жиры 13.65, Углеводы 19.78	168-00
130	<b>Запеканка творожная с персиками / Cottage cheese casserole with peaches</b> Творожная масса, персики, сметана, сухари панировочные, сахарная пудра Белки 16.95, Жиры 8.75, Углеводы 18.04	140-00
180	<b>Тост Крок месье / Croque Monsieur toast</b> хлеб Харрис, ветчина, сыр, соус горчиный Белки 11.83, Жиры 12.55, Углеводы 26.38	200-00
150	<b>Картофель фри / French fries</b> Картофель,масло фритюрное,специи,соль Белки 3.17, Жиры 17.68, Углеводы 29.16	108-00
150	<b>Омлет французский с сыром и зеленью / French omelette with cheese and herbs</b> яйцо, молоко, масло растительное, соль, сыр, пертушка Белки 11.68, Жиры 17.64, Углеводы 2.92	144-00



Выход г / мл		Цена руб.
65	<b>Колбаска Баварская жареная / Fried Bavarian sausage</b> Сосиска куриная, масло растит Белки 16, Жиры 16.61, Углеводы 1	130-00
30	<b>Бекон жареный / Fried bacon</b> Бекон свиной Белки 26, Жиры 89.99	120-00
46	<b>Яичница глазунья / Fried eggs</b> яйцо, масло раст, соль Белки 14.36, Жиры 21.12	30-00
60	<b>Сосиска жареная / Fried sausage</b> Сосиска молочная, масло раст. Белки 12.47, Жиры 36.73	55-00
160	<b>Сырники домашние со сметаной / Homemade cottage cheese pancakes with sour cream</b> Сырники, масло раст., сметана Белки 14.19, Жиры 7.27, Углеводы 19.84	134-00
200	<b>Каша пшенная молочная / Millet porridge with milk</b> Крупа пшено, молоко, вода, сахар, соль, масло сливочное Белки 4.06, Жиры 4.16, Углеводы 18.1	54-00
75	<b>Блинчик с джемом персиковым / Pancake with peach jam</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль, масло раст., масло сливочное, джем Белки 4.09, Жиры 11.62, Углеводы 33.49	60-00
150	<b>Блинчики с ветчиной и сыром / Pancakes with ham and cheese</b> мука пшенич., яйцо, молоко, соль, сахар, ветчина, сыр Белки 12.5, Жиры 14.92, Углеводы 25.83	140-00
250	<b>Плов с тыквой и сухофруктами / Pilaf with pumpkin and dried fruits</b> Крупа рис, лук репчатый, морковь, тыква, соль, перец, приправа для плова, сахар, масло раст., чернослив, изюм, цедра лимона, курага Белки 2.37, Жиры 8.42, Углеводы 25.46	140-00
50	<b>Блинчик с маком / Poppy Seed Pancake</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль, масло раст., мак Белки 6.35, Жиры 16.68, Углеводы 29.18	20-00
200	<b>Каша рисовая на кокосовом молоке / Rice porridge with coconut milk</b> Крупа рис круглый, молоко кокосовое, вода, сахар, соль Белки 1.46, Жиры 4.82, Углеводы 18.49	80-00
150	<b>Скрэмбл / Scrambled Eggs</b> Яйцо, молоко, соль, масло растительное Белки 10.6, Жиры 16.15, Углеводы 2.6	100-00
120	<b>Тост с беконом и яйцом / Toast with bacon and egg</b> Хлеб Харрис, яйцо, бекон, масло раст., майонез Белки 11.32, Жиры 32.11, Углеводы 16.46	125-00
120	<b>Тортилья-ролл с омлетом и томатами с сыром / Tortilla roll with omelette, tomatoes and cheese</b> тортилья пшеничная, омлет яичный, помидоры, сыр Белки 11.29, Жиры 12.77, Углеводы 17.52	120-00

**КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
**SET LUNCH**

- 120/20 **Салат "Цезарь" с курицей / Caesar Salad with Chicken**  
Филе куриное, сыр пармезан, салат айсберг, помидоры черри, соус цезарь, гренки пшеничные, соль  
Белки 8.6, Жиры 15.32, Углеводы 5.48
- 120 **Салат "Витаминный" с помидорами / Vitamin salad with tomatoes**  
Помидоры, огурцы свежие, яблоки, морковь, соль, масло раст., лимонный сок  
Белки 0.79, Жиры 8.51, Углеводы 5.05
- 250 **Борщ с индейкой / Borscht with turkey**  
Свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, перец, масло раст., сахар, уксус, вода, соль, бульон куриный, перец, чеснок, индейка, укроп, петрушка, сметана  
Белки 3.74, Жиры 5.88, Углеводы 6.29
- 250 **Суп - пюре из кабачков пряный / Mashed zucchini soup, spicy**  
Картофель, морковь, сливки, кабачки, соль, приправа куркума, приправа карри, вода, молоко, муучная жировая пассеровка  
Белки 1.46, Жиры 4.03, Углеводы 7.76
- 250 **Суп овощной со стручковой фасолью и перцем / Vegetable soup with green beans and peppers**  
Картофель, лук, морковь, фасоль стручковая, перец, капуста цветная, соль, перец, вода, бульон овощной  
Белки 0.92, Жиры 4.67, Углеводы 5.16
- 120 **Стрипсы куриные / Chicken strips**  
Стрипсы куриные, мацло фритюрное  
Белки 17.97, Жиры 13.14, Углеводы 17.97
- 200 **Паста с грибами и тыквенным соусом / Pasta with Mushrooms and Pumpkin Sauce**  
Макароньы Спагетти, шампиньоны, приправа базилик, сыр, перец, соль, соус тыквенный  
Белки 5.12, Жиры 4.82, Углеводы 21.76
- 100 **Минтай запеченный с томатами / Pollock baked with tomatoes**  
Филе минтая, соль, перец, мука пшеничная, лук, помидоры, сыр, масло раст.  
Белки 19.35, Жиры 13.96, Углеводы 5.19
- 125 **Поджарка из свинины / Roast pork**  
Свинина, масло раст., лук репчатый, соль, перец, чесночно масло, соус томатный, вода  
Белки 15.76, Жиры 26.81, Углеводы 6.36
- 150 **Картофель запеченный / Baked potatoes**  
Картофель, масло раст., соль, перец  
Белки 2.94, Жиры 7.25, Углеводы 23.93
- 150 **Рис отварной / Boiled rice**  
Крупа рис, масло раст., соль  
Белки 3.03, Жиры 3.76, Углеводы 30.77
- 20 **Хлеб ржаной / Rye bread**  
хлеб ржаной  
Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41
- 200 **Компот из яблок с каркаде / Apple compote with karkade**  
Яблоки, сахар, вода, чай каркаде  
Белки 0.05, Жиры 0.05, Углеводы 11.23

Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из сухофруктов (без сахара) / Dried fruit compote (sugar-free)</b> Сухофрукты, лимонная кислота, вода Белки 0.28, Жиры 0.04, Углеводы 5.13	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	

**ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
 VEGETARIAN SET LUNCH

280

120	<b>Салат "Витаминный" с помидорами / Vitamin salad with tomatoes</b> Помидоры, огурцы свежие, яблоки, морковь, соль, масло раст., лимонный сок Белки 0.79, Жиры 8.51, Углеводы 5.05	
250	<b>Суп овощной со стручковой фасолью и перцем / Vegetable soup with green beans and peppers</b> Картофель, лук, морковь, фасоль стручковая, перец, капуста цветная, соль, перец, вода, бульон овощной  Белки 0.92, Жиры 4.67, Углеводы 5.16	
200	<b>Паста с грибами и тыквенным соусом / Pasta with Mushrooms and Pumpkin Sauce</b> Макароны Спагетти, шампиньоны, приправа базилик, сыр, перец, соль, соус тыквенный Белки 5.12, Жиры 4.82, Углеводы 21.76	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
200	<b>Компот из яблок с каркаде / Apple compote with karkade</b> Яблоки, сахар, вода, чай каркаде Белки 0.05, Жиры 0.05, Углеводы 11.23	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из сухофруктов (без сахара) / Dried fruit compote (sugar-free)</b> Сухофрукты, лимонная кислота, вода Белки 0.28, Жиры 0.04, Углеводы 5.13	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ**  
 COLD SNACKS

120/20	<b>Салат "Цезарь" с курицей / Caesar Salad with Chicken</b> Филе куриное, сыр пармезан, салат айсберг, помидоры черри, соус цезарь, гренки пшеничные, соль Белки 8.6, Жиры 15.32, Углеводы 5.48	130-00
--------	---	--------

Выход г / мл		Цена руб.
120	<b>Салат из моркови с изюмом / Carrot salad with raisins</b> Морковь, изюм, масло раст., сахар Белки 1.56, Жиры 1.01, Углеводы 20.86	60-00
120	<b>Салат Греческий с сыром фета / Greek salad with feta cheese</b> Помидоры, огурцы свежие, сыр Сиртаки, перец болгарский, салат Айсберг, лук красный, маслины, чесночная паста Белки 2.02, Жиры 14.22, Углеводы 3.15	100-00
120	<b>Салат "Витаминный" с помидорами / Vitamin salad with tomatoes</b> Помидоры, огурцы свежие, яблоки, морковь, соль, масло раст., лимонный сок Белки 0.79, Жиры 8.51, Углеводы 5.05	60-00
120	<b>Салат "Вальдорф" / Waldorf salad</b> Филе куриное, сельдерей, яблоки, грецкий орех, лимон, масло раст., соль, майонез Белки 9.66, Жиры 15.4, Углеводы 4.4	96-00

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	<b>Борщ с индейкой / Borscht with turkey</b> Свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, перец, масло раст., сахар, уксус, вода, соль, бульон куриный, перец, чеснок, индейка, укроп, петрушка, сметана Белки 3.74, Жиры 5.88, Углеводы 6.29	120-00
250	<b>Суп - пюре из кабачков пряный / Mashed zucchini soup, spicy</b> Картофель, морковь, сливки, кабачки, соль, приправа куркума, приправа карри, вода, молоко, муучная жировая пассеровка Белки 1.46, Жиры 4.03, Углеводы 7.76	85-00
250	<b>Суп овощной со стручковой фасолью и перцем / Vegetable soup with green beans and peppers</b> Картофель, лук, морковь, фасоль стручковая, перец, капуста цветная, соль, перец, вода, бульон овощной Белки 0.92, Жиры 4.67, Углеводы 5.16	84-00

## ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

125	<b>Бефстроганов из говядины / Beef stroganoff</b> Говядина, лук репчатый, масло раст., соль, перец, сметана, соус Бешамель, приправа Лавровый лист, бульон говяжий Белки 19.46, Жиры 20.85, Углеводы 7.17	204-00
80	<b>Язык отварной / Boiled Tongue</b> Язык отварной Белки 27.32, Жиры 20.59, Углеводы 4.38	216-00
120	<b>Стрипсы куриные / Chicken strips</b> Стрипсы куриные, мачло фритюрное Белки 17.97, Жиры 13.14, Углеводы 17.97	160-00
120	<b>Люля кебаб из птицы с овощами / Lulya kebab with poultry and vegetables</b> Куриное филе, индейка, шаурма, кукуруза, лук репчатый, перец, приправа зира, приправа хмели - сунели, масло раст., кетчуп Белки 18.28, Жиры 10.52, Углеводы 4.49	180-00

Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Паста с грибами и тыквенным соусом / Pasta with Mushrooms and Pumpkin Sauce</b> Макароны Спагетти, шампиньоны, приправа базилик, сыр, перец, соль, соус тыквенный Белки 5.12, Жиры 4.82, Углеводы 21.76	156-00
100	<b>Минтай запеченный с томатами / Pollock baked with tomatoes</b> Филе минтая, соль, перец, мука пшеничная, лук, помидоры, сыр, масло раст. Белки 19.35, Жиры 13.96, Углеводы 5.19	197-00
125	<b>Поджарка из свинины / Roast pork</b> Свинина, масло раст., лук репчатый, соль, перец, чесночно масло, соус томатный, вода Белки 15.76, Жиры 26.81, Углеводы 6.36	180-00
150	<b>Сёмга запеченная со шпинатом в сливочном соусе / Salmon baked with spinach in a creamy sauce</b> Филе семги, соль, шпинат, лук порей, перец, масло раст., соус сливочный Белки 20.37, Жиры 15.03, Углеводы 2.25	556-00
100	<b>Биточек куриный на пару / Steamed chicken chops</b> Куриное филе, куриное бедро, хлеб белый, вода, соль, перец Белки 21.77, Жиры 4.87, Углеводы 10.74	144-00
100	<b>Филе индейки, в сухарях и семечках подсолнечника / Turkey fillet, breaded and garnished with sunflower seeds</b> Филе индейки, лезон на воде, соль, сухари панировочные, семена подсолнуха, масло раст. Белки 23.97, Жиры 14.76, Углеводы 7.82	180-00

## ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	<b>Картофель запеченный / Baked potatoes</b> Картофель, масло раст., соль, перец Белки 2.94, Жиры 7.25, Углеводы 23.93	70-00
150	<b>Паста Триколлини отварная / Boiled Tricollini pasta</b> Макароны Триколлини, вода, соль, масло раст. Белки 7.23, Жиры 3.67, Углеводы 34.06	60-00
150	<b>Рис отварной / Boiled rice</b> Крупа рис, масло раст., соль Белки 3.03, Жиры 3.76, Углеводы 30.77	60-00
150	<b>Рис из цветной капусты с овощами / Cauliflower rice with vegetables</b> Рис из цветной капусты, соль, масло раст., горошек зеленый, кукуруза, перец болгарский, лук, морковь Белки 3.16, Жиры 8.39, Углеводы 5.11	144-00
150	<b>Тыква запеченная с розмарином / Pumpkin baked with rosemary</b> Тыква, масло раст., бульон овощной, розмарин, сахар Белки 1.49, Жиры 6.83, Углеводы 8.03	130-00

ДЕСЕРТ  
DESSERT

20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	4-00
----	---	------

НАПИТКИ  
DRINK

200	<b>Компот из яблок с каркаде / Apple compote with karkade</b> Яблоки, сахар, вода, чай каркаде Белки 0.05, Жиры 0.05, Углеводы 11.23	36-00
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	40-00
200	<b>Компот из сухофруктов (без сахара) / Dried fruit compote (sugar-free)</b> Сухофрукты, лимонная кислота, вода Белки 0.28, Жиры 0.04, Углеводы 5.13	36-00

ДРУГОЕ  
OTHER

20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	4-00
----	---	------



# МЕНЮ

В течение недели в меню  
возможны изменения

03.12.2025 Среда / Wednesday

Выход г / мл		Цена руб.
<b>ЗАВТРАК</b> BREAKFAST		
150	<b>Яблоко запеченное с медом и корицей / Baked apple with honey and cinnamon</b> Яблоко, мед, приправа корица Белки 0.53, Жиры 0.42, Углеводы 18.2	95-00
52	<b>Яйцо отварное / Boiled egg</b> Яйцо куриное, вода, соль Белки 12.7, Жиры 11, Углеводы 0.7	30-00
60	<b>Сосиска отварная / Boiled sausage</b> Сосиска молочная, вода Белки 11, Жиры 28	48-00
150	<b>Сосиски отварные с зеленым горошком / Boiled sausages with green peas</b> Сосиски молочные, горошек Белки 9.43, Жиры 23.48, Углеводы 0.06	150-00
200	<b>Каша гречневая молочная / Buckwheat porridge with milk</b> Крупа гречневая, молоко, вода, сахар, соль, масло раст. Белки 3.9, Жиры 4.07, Углеводы 17.86	54-00
120	<b>Наггетсы куриные / Chicken nuggets</b> Наггетсы куриные,масло фритюрное Белки 12.5, Жиры 26.64, Углеводы 22.5	160-00
120	<b>Стрипсы куриные / Chicken strips</b> стрипсы куриные,масло фритюрное Белки 17.5, Жиры 8.75, Углеводы 17.5	160-00
140	<b>Пудинг творожный с ананасом / Cottage cheese pudding with pineapple</b> Творожная масса, ананасы, сметана, сахарная пудра, мята зелень Белки 14.58, Жиры 7.61, Углеводы 15.52	96-00
180	<b>Тост Крок мадам / Croque Madame toast</b> Хлеб Харрис, кетчуп, майонез, ветчина, яйцо, сыр Белки 13.48, Жиры 18.03, Углеводы 22.41	220-00

Выход г / мл		Цена руб.
65	<b>Колбаска Баварская жареная / Fried Bavarian sausage</b> Сосиска куриная, масло растительное Белки 16, Жиры 19.61, Углеводы 1	130-00
30	<b>Бекон жареный / Fried bacon</b> Бекон свиной, масло раст Белки 26, Жиры 89.98	120-00
120	<b>Творожные шарики во фритюре / Fried cottage cheese balls</b> Творожный продукт, яйцо, крупа манная, мука пшеничная, соль, сахар, ванилин, масло фритюрное Белки 16.63, Жиры 15.99, Углеводы 30.14	88-00
46	<b>Яичница глазунья / Fried egg</b> Яйцо, соль, масло раст Белки 14.36, Жиры 12.12, Углеводы 0.79	30-00
100	<b>Колбаса жареная / Fried sausage</b> Колбаса докторская, масло растительное Белки 14.34, Жиры 29.86, Углеводы 1.68	140-00
170	<b>Кесадилья с грибами / Mushroom quesadilla</b> Тортилья пшеничная, лук, майонез, кетчуп, сыр Моцарелла, соль, перец, бульон грибной, шампиньоны Белки 5.1, Жиры 15.83, Углеводы 25.08	170-00
200	<b>Каша овсяная на воде с ягодами / Oatmeal porridge cooked in water with berries</b> Крупа Геркулес, ягодная смесь, вода, сахар, соль Белки 1.87, Жиры 0.9, Углеводы 13.14	54-00
75	<b>Блинчик с ореховой начинкой / Pancake with nut filling</b> Мука пшеничная, яйцо, молоко, сахар, соль, начинка ореховая, масло раст., масло сливочное Белки 8.71, Жиры 25.85, Углеводы 31.68	60-00
150	<b>Блины с мясом / Pancakes with meat</b> Мука пшеничная, яйцо, сахар, маргарин сливочный, соль, дрожжи, молоко, масло раст., куриное филе, лук репчатый Белки 14.15, Жиры 10.93, Углеводы 29.04	96-00
150	<b>Омлет натуральный / Plain omelette</b> Яйцо, молоко, масло раст., соль Белки 10.52, Жиры 12.77, Углеводы 2.74	78-00
150	<b>Картофель по - деревенски дольки / Rustic potato wedges</b> Картофель, масло фритюрное, соль, приправа паприка сладкая Белки 2.54, Жиры 13.82, Углеводы 20.66	101-00
130	<b>Сосиска в лаваше / Sausage in lavash wrap</b> Сосиска молочная, лаваш армянский, сыр "Российский", яйцо, майонез, масло растительное Белки 13.19, Жиры 28.28, Углеводы 13.53	108-00
150	<b>Овощи трио на пару / Steamed vegetable trio</b> Капуста цветная, капуста брокколи, фасоль стручковая, соус соевый, масло раст., соль, зелень, чесночная паста Белки 2.88, Жиры 6.75, Углеводы 5.22	144-00
140	<b>Тост с "Крем - авокадо" и яйцом / Toast with avocado cream and egg</b> Хлеб Харрис, яйцо, сыр творожный, сливки, соус Гуакамоле Белки 8.36, Жиры 12.01, Углеводы 14.72	195-00
200	<b>Буррито с индейкой / Turkey burrito</b> Тортилья пшеничная, майонез, сыр Моцарелла, масло раст., индейка, лук, фасоль красная, кукуруза, перец, морковь, томатная паста, соус Кимчи, соль, перец, приправа для шашлыка Белки 10.8, Жиры 16.32, Углеводы 23.46	270-00



Выход г / мл		Цена руб.
140	<b>Оладьи дрожжевые со сметаной / Yeast pancakes with sour cream</b> Тесто дрожжевое, масло раст., сметана Белки 7.51, Жиры 8.98, Углеводы 37.87	78-00

**КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
SET LUNCH

**280**

120	<b>Салат "Дуэт" с крабовыми палочками / "Duet" Salad with Crab Sticks</b> Огурцы свежие, крабовые палочки, яйцо, майонез, салат китайский, соль Белки 3.81, Жиры 10.22, Углеводы 4.89	
120	<b>Спаржа с морковью по - корейски / Asparagus with Korean Carrots</b> Спаржа, морковь по - корейски Белки 3.5, Жиры 8.25, Углеводы 6.25	
250	<b>Щи из свежей капусты / Cabbage soup made from fresh cabbage</b> Вода, капуста, картофель, лук, морковь, томатная паста, петрушка, чеснок, соль, перец, приправа Лавровый лист, бульон овощной. приправа хмели - сунели, масло раст. Белки 0.84, Жиры 2.1, Углеводы 4.46	
250	<b>Бульон куриный с яйцом и гренками / Chicken broth with egg and croutons</b> Бульон куриный, яйцо, гренки Белки 7.41, Жиры 5.44, Углеводы 4.14	
250	<b>Суп "Лагман" с мясом / Lagman soup with meat</b> Говядина отварная, картофель, баклажаны, лук репчатый, сельдерей, морковь, перец болгарский, вода, помидоры, лапша яичная, томатная паста, перец, масло раст., бульон говяжий, чеснок, кинза, соль Белки 3.87, Жиры 7.87, Углеводы 8.37	
250	<b>Плов "Русский" с грибами / Russian pilaf with mushrooms</b> Крупа перловая, шампиньоны, соль, вода, лук, морковь Белки 3.51, Жиры 2.15, Углеводы 28.12	
105	<b>Горбуша жареная с лимоном / Salmon fried with lemon</b> Филе горбуши, мука пшеничная, масло раст., соль, перец, лимоны Белки 20.44, Жиры 10.19, Углеводы 3.58	
125	<b>Гуляш из индейки / Turkey goulash</b> Филе индейки, морковь, лук репчатый, масло раст., соль, вода, соус томатный, бульон куриный, перец, приправа Лавровый лист Белки 20.03, Жиры 13.66, Углеводы 6.02	
150	<b>Гречка отварная с морковью и луком / Boiled buckwheat with carrots and onions</b> Крупа гречневая, вода, лук, морковь, соль Белки 5.67, Жиры 2.05, Углеводы 28.2	
150	<b>Картофель отварной / Boiled potatoes</b> Картофель, масло раст. Белки 2.32, Жиры 7.12, Углеводы 18.91	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из клубники / Strawberry compote</b> Клубника, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.2, Жиры 0.03, Углеводы 10.75	

Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Напиток из плодов шиповника (без сахара) / Sugar-free rosehip drink</b> Шиповник, вода Белки 0.26, Жиры 0.1, Углеводы 3.62	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	
<b>ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b> VEGETARIAN SET LUNCH		<b>280</b>

120	<b>Спаржа с морковью по - корейски / Asparagus with Korean Carrots</b> Спаржа, морковь по - корейски Белки 3.5, Жиры 8.25, Углеводы 6.25	
250	<b>Плов "Русский" с грибами / Russian pilaf with mushrooms</b> Крупа перловая, шампиньоны, соль, вода, лук, морковь Белки 3.51, Жиры 2.15, Углеводы 28.12	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из клубники / Strawberry compote</b> Клубника, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.2, Жиры 0.03, Углеводы 10.75	
200	<b>Напиток из плодов шиповника (без сахара) / Sugar-free rosehip drink</b> Шиповник, вода Белки 0.26, Жиры 0.1, Углеводы 3.62	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b> COLD SNACKS		

120	<b>Салат "Дуэт" с крабовыми палочками / "Duet" Salad with Crab Sticks</b> Огурцы свежие, крабовые палочки, яйцо, майонез, салат китайский, соль Белки 3.81, Жиры 10.22, Углеводы 4.89	96-00
120	<b>Спаржа с морковью по - корейски / Asparagus with Korean Carrots</b> Спаржа, морковь по - корейски Белки 3.5, Жиры 8.25, Углеводы 6.25	96-00
120	<b>Салат Цезарь с курицей / Caesar salad with chicken</b> Филе куриное, салат Айсберг, салат китайский, сыр пармезан, гренки пшеничные, помидоры черри, соус Цезарь, соль Белки 7.25, Жиры 14.24, Углеводы 5.43	130-00

Выход г / мл		Цена руб.
120	<b>Салат Капрезе / Caprese salad</b> Помидоры черри, салат Руккола, сыр Моцарелла, соус песто с базиликом, соль Белки 8.41, Жиры 14.15, Углеводы 3	216-00
120	<b>Салат "Деликатесный" с языком / Delicacy Salad with Language</b> Язык отварной, огурцы соленые, горошек, салат китайский, майонез, соль, укроп Белки 6.73, Жиры 16.43, Углеводы 2.01	150-00

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	<b>Щи из свежей капусты / Cabbage soup made from fresh cabbage</b> Вода, капуста, картофель, лук, морковь, томатная паста, петрушка, чеснок, соль, перец, приправа Лавровый лист, бульон овощной. приправа хмели - сунели, масло раст. Белки 0.84, Жиры 2.1, Углеводы 4.46	84-00
250	<b>Бульон куриный с яйцом и гренками / Chicken broth with egg and croutons</b> Бульон куриный, яйцо, гренки Белки 7.41, Жиры 5.44, Углеводы 4.14	84-00
250	<b>Суп "Лагман" с мясом / Lagman soup with meat</b> Говядина отварная, картофель, баклажаны, лук репчатый, сельдерей, морковь, перец болгарский, вода, помидоры, лапша яичная, томатная паста, перец, масло раст., бульон говяжий, чеснок, кинза, соль Белки 3.87, Жиры 7.87, Углеводы 8.37	150-00

## ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

80	<b>Буженина запеченная / Baked pork</b> Буженина запеченная, масло раст. Белки 23.28, Жиры 25.94, Углеводы 0.8	204-00
100	<b>Филе куриное отварное / Boiled chicken fillet</b> Филе куриное, лук репчатый, морковь, соль, перец, приправа Лавровый лист Белки 32.08, Жиры 2.56, Углеводы 1.18	180-00
130	<b>Шашлык из курицы с соусом "Сальса" / Chicken kebabs with Salsa sauce</b> Куриное филе, лук репчатый, перец, соль, приправа для курицы, приправа паприка, соус "Сальса", майонез Белки 24.42, Жиры 7.3, Углеводы 3.21	250-00
100	<b>Биточки рыбные / Fish balls</b> Филе сайды, филе горбуши, филе минтая, хлеб белый, молоко, яйцо, лук, соль, перец, сухари панировочные, масло раст. Белки 17.28, Жиры 12.26, Углеводы 11.3	144-00
100	<b>Котлета "Пожарская" / Pozharskaya cutlet</b> Фарш куриный, масло сливочное, лезон на молоке, мука пшеничная, масло раст., хлеб белый Белки 15.1, Жиры 21.25, Углеводы 16.68	144-00
250	<b>Плов "Русский" с грибами / Russian pilaf with mushrooms</b> Крупа перловая, шампиньоны, соль, вода, лук, морковь Белки 3.51, Жиры 2.15, Углеводы 28.12	120-00
105	<b>Горбуша жареная с лимоном / Salmon fried with lemon</b> Филе горбуши, мука пшеничная, масло раст., соль, перец, лимоны Белки 20.44, Жиры 10.19, Углеводы 3.58	204-00

Выход г / мл		Цена руб.
150	<b>Шашлык из семги / Salmon shish kebab</b> Филе семги, масло раст., лимонный сок, соль, перец, маслины, оливки, лимон, петрушка Белки 22.63, Жиры 20.49, Углеводы 1.27	600-00
100	<b>Бифштекс с помидором / Steak with tomato</b> Фарш, масло раст., соль, перец, помидоры, майонез, сыр Белки 17.54, Жиры 26.66, Углеводы 7.21	180-00
125	<b>Гуляш из индейки / Turkey goulash</b> Филе индейки, морковь, лук репчатый, масло раст., соль, вода, соус томатный, бульон куриный, перец, приправа Лавровый лист Белки 20.03, Жиры 13.66, Углеводы 6.02	180-00

## ГАРНИРЫ

### SIDE DISH

150	<b>Гречка отварная с морковью и луком / Boiled buckwheat with carrots and onions</b> Крупа гречневая, вода, лук, морковь, соль Белки 5.67, Жиры 2.05, Углеводы 28.2	60-00
150	<b>Картофель отварной / Boiled potatoes</b> Картофель, масло раст. Белки 2.32, Жиры 7.12, Углеводы 18.91	70-00
150	<b>Спагетти отварные / Boiled spaghetti</b> Макароны спагетти, масло раст., соль Белки 4.2, Жиры 3.75, Углеводы 30.24	70-00
150/1	<b>Кускус с овощами / Couscous with vegetables</b> Смесь овощная, морковь, лук, соль, приправа карри, кускус отварной Белки 3.5, Жиры 4.04, Углеводы 19.66	116-00
150	<b>Овощи трио на пару / Steamed vegetable trio</b> Капуста цветная, капуста брокколи, фасоль стручковая, соус соевый, масло раст., соль, зелень, чесночная паста Белки 2.88, Жиры 6.75, Углеводы 5.22	144-00

## НАПИТКИ

### DRINK

200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	40-00
200	<b>Компот из клубники / Strawberry compote</b> Клубника, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.2, Жиры 0.03, Углеводы 10.75	36-00
200	<b>Напиток из плодов шиповника (без сахара) / Sugar-free rosehip drink</b> Шиповник, вода Белки 0.26, Жиры 0.1, Углеводы 3.62	36-00

**ДРУГОЕ**  
OTHER

20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	4-00
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	4-00



# МЕНЮ

В течение недели в меню  
возможны изменения

04.12.2025 Четверг / Thursday

Выход г / мл		Цена руб.
<b>ЗАВТРАК</b> BREAKFAST		
200	<b>Каша Дружба на кокосовом молоке / "Druzhba" porridge with coconut milk</b> Крупа пшено, крупа рис круглый, молоко кокосовое, вода, сахар, соль Белки 1.5, Жиры 4.98, Углеводы 15.72	90-00
150	<b>Картофель беби запеченный / Baked baby potatoes</b> Картофель мини, масло раст., соль, перец, чеснок, приправа паприка, розмарин, укроп Белки 2.78, Жиры 7.29, Углеводы 22.15	50-00
200	<b>Каша ячневая молочная / Barley porridge with milk</b> Крупа ячневая, молоко, вода, сахар, масло сливочное, соль Белки 2.58, Жиры 4.54, Углеводы 7.17	54-00
200	<b>Буритто с говядиной / Beef burrito</b> Майонез, сыр Моцарелла, масло раст., тортилья пшеничная, говядина, лук, фасоль красная, кукуруза, перец, морковь, томатная паста, соус соевый, соль, перец, масло раст., приправа для шашлыка Белки 10.67, Жиры 18.19, Углеводы 23.42	290-00
52	<b>Яйцо отварное / Boiled egg</b> яйцо, соль, вода Белки 12.7, Жиры 11, Углеводы 0.7	30-00
60	<b>Сосиска отварная / Boiled sausage</b> сосиска молочная, вода Белки 11, Жиры 28	48-00
120	<b>Наггетсы куриные / Chicken nuggets</b> Наггетсы куриные, масло фритюрное Белки 12.5, Жиры 26.64, Углеводы 22.5	160-00
120	<b>Стрипсы куриные / Chicken strips</b> стрипсы куриные, масло фритюрное Белки 17.5, Жиры 8.75, Углеводы 17.5	160-00
130	<b>Запеканка творожная / Cottage cheese casserole</b> Творожный продукт, крупа манная, сахар, яйцо, масло раст., сухари панировочные, соль, молоко, ванилин, сахарная пудра Белки 17.34, Жиры 12.02, Углеводы 16.64	106-00

Выход г / мл		Цена руб.
180	<b>Тост Крок месье / Croque Monsieur toast</b> хлеб Харрис, ветчина, сыр, соус горчичный Белки 11.83, Жиры 12.55, Углеводы 26.38	200-00
65	<b>Колбаска Баварская жареная / Fried Bavarian sausage</b> Сосиска куриная, масло растительное Белки 16, Жиры 19.61, Углеводы 1	130-00
30	<b>Бекон жареный / Fried bacon</b> Бекон свиной, масло растительное Белки 26, Жиры 89.99	120-00
46	<b>Яичница глазунья / Fried egg</b> яйцо, соль, масло растительное Белки 14.36, Жиры 21.12	30-00
100	<b>Колбаса жареная / Fried sausage</b> Колбаса докторская, масло растительное Белки 14.34, Жиры 29.86, Углеводы 1.68	140-00
120	<b>Хачапури из лаваша / Lavash khachapuri</b> Лаваш армянский, масло раст., яйцо, перец, зелень, сыр Белки 7.28, Жиры 11.8, Углеводы 26.21	150-00
75	<b>Блинчик с вареной сгущенкой / Pancake with boiled condensed milk</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, масло раст., молоко сгущенное, масло сливочное Белки 6.35, Жиры 17, Углеводы 37.33	60-00
75	<b>Блинчик с курицей / Pancake with chicken</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль, масло раст., курица, масло сливочное Белки 10.77, Жиры 19.42, Углеводы 19.34	60-00
200	<b>Запеканка из тыквы / Pumpkin casserole</b> Тыква, масло сливочное, крупа пшено, молоко, яйцо, сахар, соль, сметана, масло раст., сцхари панировочные, вода, сахарная пудра Белки 5.63, Жиры 15.35, Углеводы 21.87	120-00
150	<b>Скрэмбл / Scrambled Eggs</b> Яйцо, молоко, соль, масло растительное Белки 10.6, Жиры 16.15, Углеводы 2.6	100-00
50	<b>Блинчики тонкие / Thin Pancakes</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль, масло раст. Белки 6.8, Жиры 9.34, Углеводы 28.84	25-00
140	<b>Тост с "Крем - авокадо" и яйцом / Toast with avocado cream and egg</b> Хлеб Харрис, яйцо, сыр творожный, сливки, соус Гуакамоле Белки 8.36, Жиры 12.01, Углеводы 14.72	195-00
130	<b>Тост с грибами и поматами / Toast with mushrooms and tomatoes</b> Хлеб Харрис, помидоры, шампиньоны, лук, майонез, сыр Моцарелла, масло раст. Белки 4.92, Жиры 15.45, Углеводы 17.01	125-00
170	<b>Фриттата с овощами / Vegetable frittata</b> Яйцо, молоко, соль, перец, фасоль стручковая, перец болгарский, помидоры, лук, морковь, масло раст., петрушка, бульон овощной Белки 7.87, Жиры 10.07, Углеводы 5.28	160-00

**КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
**SET LUNCH**

**280**

- 120 **Салат Цезарь с курицей / Caesar salad with chicken**  
Филе куриное, сыр пармезан, хлеб белый, салат Айсберг, томаты Черри, майонез, соус соевый, чеснок  
Белки 8.08, Жиры 15.57, Углеводы 3.82
- 120 **Салат - коктейль с ветчиной / Salad cocktail with ham**  
Ветчина, сыр, огурцы свежие, перец болгарский, яйцо, соль, майонез  
Белки 10.83, Жиры 17.78, Углеводы 1.09
- 120 **Винегрет овощной / Vegetable vinaigrette**  
Свекла, картофель, огурцы соленые, капуста квашенная, морковь отварная, горошек, лук репчатый, укроп, масло раст., соль  
Белки 1.73, Жиры 8.94, Углеводы 7.91
- 250 **Крем - суп грибной / Mushroom cream soup**  
Морковь, картофель, лук, шампиньоны, сливки, молоко, вода, чесночное масло, соль, перец, петрушка, бульон грибной  
Белки 1.51, Жиры 3.75, Углеводы 8.75
- 250 **Уха "Норвежская" с горбушей / Norwegian Fish Soup with Pink Salmon**  
Филе горбуши, морковь, картофель, сельдерей, перец, помидоры, лук, масло раст., сливки, вода, соль, перец, петрушка, бульон рыбный  
Белки 2.5, Жиры 6.13, Углеводы 5.86
- 250 **Юшка из кабачков / Yushka from zucchini**  
Картофель, кабачки, морковь, лук, помидоры, масло раст., вода, соль, перец, приправа хмели - сунели, приправа Лавровый лист, бульон овощной  
Белки 0.9, Жиры 3.32, Углеводы 5.95
- 250 **Капуста тушеная с фасолью / Cabbage stewed with beans**  
Фасоль красная, капуста, томатная паста, морковь, лук, масло раст., вода, соль, сахар, уксус, перец, априправа Лавровый лист  
Белки 3.75, Жиры 8.16, Углеводы 11.32
- 100 **Курица жареная со специями / Fried chicken with spices**  
Куриное филе, приправа для курицы, приправа паприка, перец чили, масло раст., чеснок, соль  
Белки 30.02, Жиры 7.41, Углеводы 1.45
- 130 **Тефтели мясные в томатном соусе / Meatballs in Tomato Sauce**  
Свинина, куриное филе, яйцо, лук, рис круглый, масло раст., соль, перец, мука пшеничная, соус Томатный, вода  
Белки 13.84, Жиры 18.36, Углеводы 12.49
- 130 **Котлета из трех видов рыб с соусом Тартар / Three-fish patty with Tartar sauce**  
Филе судака, филе трески, филе горбуши, хлеб белый, сливки, молоко, яйцо, масло раст., соль, перец, соус "Тартар"  
Белки 10.77, Жиры 23.52, Углеводы 9.29
- 150 **Макароны отварные / Boiled pasta**  
Макароны, масло раст., соль  
Белки 5, Жиры 7.16, Углеводы 36
- 150 **Рис отварной с песто / Boiled rice with pesto**  
Крупа рис, вода, соль, соус "Песто"  
Белки 3.09, Жиры 7.43, Углеводы 30.27



Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из черной смородины (без сахара) / Blackcurrant compote (without sugar)</b> Черная смородина, вода Белки 0.15, Жиры 0.05, Углеводы 1.82	
200	<b>Компот из яблок / Compote of apples</b> Яблоки, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.07, Жиры 0.07, Углеводы 11.71	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	

## **ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД** **VEGETARIAN SET LUNCH**

**280**

120	<b>Винегрет овощной / Vegetable vinaigrette</b> Свекла, картофель, огурцы соленые, капуста квашенная, морковь отварная, горошек, лук репчатый, укроп, масло раст., соль Белки 1.73, Жиры 8.94, Углеводы 7.91	
250	<b>Капуста тушенная с фасолью / Cabbage stewed with beans</b> Фасоль красная, капуста, томатная паста, морковь, лук, масло раст., вода, соль, сахар, уксус, перец, априправа Лавровый лист Белки 3.75, Жиры 8.16, Углеводы 11.32	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из черной смородины (без сахара) / Blackcurrant compote (without sugar)</b> Черная смородина, вода Белки 0.15, Жиры 0.05, Углеводы 1.82	
200	<b>Компот из яблок / Compote of apples</b> Яблоки, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.07, Жиры 0.07, Углеводы 11.71	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ**  
COLD SNACKS

120	<b>Салат "Праздничный" из кальмаров / "Festive" Calamari Salad</b> Яйцо, кальмар, огурцы свежие, лук красный, масло раст., майонез, соль, чеснок, петрушка, лимонный сок  Белки 15.97, Жиры 16.06, Углеводы 3.41	120-00
120	<b>Салат Цезарь с курицей / Caesar salad with chicken</b> Филе куриное, сыр пармезан, хлеб белый, салат Айсберг, томаты Черри, майонез, соус соевый, чеснок Белки 8.08, Жиры 15.57, Углеводы 3.82	130-00
120	<b>Салат - коктейль с ветчиной / Salad cocktail with ham</b> Ветчина, сыр, огурцы свежие, перец болгарский, яйцо, соль, майонез Белки 10.83, Жиры 17.78, Углеводы 1.09	96-00
120	<b>Винегрет овощной / Vegetable vinaigrette</b> Свекла, картофель, огурцы соленые, капуста квашенная, морковь отварная, горошек, лук репчатый, укроп, масло раст., соль Белки 1.73, Жиры 8.94, Углеводы 7.91	72-00

**ПЕРВЫЕ БЛЮДА**  
FIRST COURSE

250	<b>Крем - суп грибной / Mushroom cream soup</b> Морковь, картофель, лук, шампиньоны, сливки, молоко, вода, чесночное масло, соль, перец, петрушка, бульон грибной Белки 1.51, Жиры 3.75, Углеводы 8.75	120-00
250	<b>Уха "Норвежская" с горбушей / Norwegian Fish Soup with Pink Salmon</b> Филе горбуши, морковь, картофель, сельдерей, перец, помидоры, лук, масло раст., сливки, вода, соль, перец, петрушка, бульон рыбный Белки 2.5, Жиры 6.13, Углеводы 5.86	110-00
250	<b>Юшка из кабачков / Yushka from zucchini</b> Картофель, кабачки, морковь, лук, помидоры, масло раст., вода, соль, перец, приправа хмели - сунели, приправа Лавровый лист, бульон овощной Белки 0.9, Жиры 3.32, Углеводы 5.95	84-00

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**  
SECOND COURSE

100	<b>Сайда отварная / Boiled saithe</b> Филе сайды, лук репчатый, морковь, приправа Лавровый лист, соль, перец, укроп Белки 24.37, Жиры 1.14, Углеводы 0.65	204-00
100	<b>Филе индейки отварное / Boiled turkey fillet</b> Филе индейки, соль, бульон куриный, лук репчатый, морковь Белки 32.31, Жиры 2.12, Углеводы 0.94	180-00
250	<b>Капуста тушеная с фасолью / Cabbage stewed with beans</b> Фасоль красная, капуста, томатная паста, морковь, лук, масло раст., вода, соль, сахар, уксус, перец, априправа Лавровый лист Белки 3.75, Жиры 8.16, Углеводы 11.32	70-00

Выход г / мл		Цена руб.
100	<b>Шницель куриный "Парадиз" / Chicken Schnitzel "Paradise"</b> Куриное филе, мука пшеничная, крупа Геркулес, лезон на молоке, масло раст., приправа паприка, соль Белки 22.45, Жиры 18.59, Углеводы 12.54	180-00
100	<b>Курица жареная со специями / Fried chicken with spices</b> Куриное филе, приправа для курицы, приправа паприка, перец чили, масло раст., чеснок, соль Белки 30.02, Жиры 7.41, Углеводы 1.45	180-00
120	<b>Оладьи из печени со сметаной / Liver fritters with sour cream</b> Говяжья печень, масло раст., сметана Белки 17.97, Жиры 13.96, Углеводы 10.26	144-00
130	<b>Тефтели мясные в томатном соусе / Meatballs in Tomato Sauce</b> Свинина, куриное филе, яйцо, лук, рис круглый, масло раст., соль, перец, мука пшеничная, соус Томатный, вода Белки 13.84, Жиры 18.36, Углеводы 12.49	144-00
100	<b>Свинина в кляре / Pork in batter</b> Свинина, соль, перец, чесночное масло, мука пшеничная, масло фритюрное, кляр Белки 17.47, Жиры 27.26, Углеводы 19.72	180-00
150	<b>Шашлык из семги / Salmon shish kebab</b> Филе семги, масло раст., лимонный сок, соль, перец, маслины, оливки, лимон свежий, петрушка зелень Белки 22.63, Жиры 20.49, Углеводы 1.27	600-00

## ГАРНИРЫ

### SIDE DISH

150	<b>Картофель беби запеченный / Baby baked potatoes</b> Картофель мини, масло раст., соль, перец, чеснок, приправа паприка, розмарин, укроп Белки 2.78, Жиры 7.29, Углеводы 22.15	50-00
150	<b>Макароны отварные / Boiled pasta</b> Макароны, масло раст., соль Белки 5, Жиры 7.16, Углеводы 36	60-00
150	<b>Рис отварной с песто / Boiled rice with pesto</b> Крупа рис, вода, соль, соус "Песто" Белки 3.09, Жиры 7.43, Углеводы 30.27	60-00
150	<b>Капуста тушеная с фасолью / Cabbage stewed with beans</b> Фасоль красная, капуста, томатная паста, морковь, лук, масло раст., вода, соль, сахар, уксус, перец, приправа Лавровый лист Белки 3.72, Жиры 8.67, Углеводы 10.96	60-00
150	<b>Цветная капуста на пару / Steamed cauliflower</b> Капуста цветная, соль, соус соевый, масло раст., укроп, чесночное масло Белки 2.25, Жиры 4.33, Углеводы 5.34	120-00

## НАПИТКИ

### DRINK

200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	40-00
-----	---	-------

Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Компот из черной смородины (без сахара) / Blackcurrant compote (without sugar)</b> Черная смородина, вода Белки 0.15, Жиры 0.05, Углеводы 1.82	36-00
200	<b>Компот из яблок / Compote of apples</b> Яблоки, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.07, Жиры 0.07, Углеводы 11.71	36-00

## **ДРУГОЕ** OTHER

---

20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	4-00
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	4-00



# МЕНЮ

В течение недели в меню  
возможны изменения

05.12.2025 Пятница / Friday

Выход г / мл		Цена руб.
<b>ЗАВТРАК</b> BREAKFAST		
40	<b>Яйцо отварное / Boiled egg</b> яйцо куриное Белки 12.7, Жиры 11, Углеводы 0.7	30-00
60	<b>Сосиска отварная / Boiled sausage</b> сосиска молочная, вода Белки 11, Жиры 28	48-00
200	<b>Буритто с курицей / Burritos with chicken</b> Тортилья пшеничная, майонез, сыр Моцарелла, начинка для буритто, масло раст. Белки 9.9, Жиры 19.17, Углеводы 23.49	250-00
200	<b>Запеканка морковная с курагой / Carrot casserole with dried apricots</b> Морковь, масло раст., сухари панировочные, сахарная пудра Белки 2.85, Жиры 4.37, Углеводы 30.89	150-00
150	<b>Капуста цветная, жареная в сухарях / Cauliflower fried in breadcrumbs</b> Капуста цветная, масло раст., яйцо, сухари панировочные, соль Белки 4.99, Жиры 13.27, Углеводы 11.15	144-00
120	<b>Наггетсы куриные / Chicken nuggets</b> наггетсы куриные, масло фритюрное Белки 12.5, Жиры 26.64, Углеводы 22.5	160-00
120	<b>Стрипсы куриные / Chicken strips</b> стрипсы куриные, масло фритюрное Белки 17.5, Жиры 8.75, Углеводы 17.5	160-00
200	<b>Каша молочная кукурузная / Cornmeal porridge with milk</b> Крупа кукурузная, молоко, вода, сахар, масло сливочное, соль Белки 3.44, Жиры 4.39, Углеводы 16.71	54-00
130	<b>Запеканка творожная с курагой / Cottage cheese casserole with dried apricots</b> Творожная масса, курага, сметана, сухари панировочные, сахарная пудра Белки 17.1, Жиры 8.83, Углеводы 24.41	140-00

Выход г / мл		Цена руб.
65	<b>Колбаска Баварская жареная / Fried Bavarian sausage</b> сосиска куриная, масло растительное Белки 16, Жиры 19.61, Углеводы 1	130-00
30	<b>Бекон жареный / Fried bacon</b> бекон свиной, масло растительное Белки 26, Жиры 89.99	120-00
40	<b>Яичница глазунья / Fried egg</b> яйцо, соль, масло раст. Белки 14.36, Жиры 21.12	30-00
100	<b>Колбаса жареная / Fried sausage</b> колбаса докторская, масло растительное Белки 14.34, Жиры 29.86, Углеводы 1.68	140-00
140/20	<b>Сырники домашние со сметаной / Homemade syrniki with sour cream</b> Творог, мука, сахар, соль, яйцо, масло растительное, сметана Белки 14.19, Жиры 7.27, Углеводы 19.84	134-00
150	<b>Омлет натуральный / Omelet is natural</b> Яйцо, молоко, масло раст., соль Белки 10.52, Жиры 12.77, Углеводы 2.74	78-00
75	<b>Блинчик с яблоками / Pancake with apples</b> Мука пшеничная, молоко, сахар, соль, яйцо, масло раст., масло сливочное, яблоко Белки 4.08, Жиры 15.62, Углеводы 24.38	50-00
150	<b>Блинчики с ветчиной и сыром / Pancakes with ham and cheese</b> мука пшеничная, ветчина, сыр, молоко, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, соль Белки 12.5, Жиры 14.92, Углеводы 25.83	140-00
180	<b>Лаваш с начинкой из яйца и сыра / Pita bread with egg and cheese filling</b> Лаваш армянский, яйцо, сыр, масло раст. Белки 16.19, Жиры 15, Углеводы 19.59	180-00
200	<b>Каша рисовая на воде с курагой / Rice porridge cooked in water with dried apricots</b> Крупа рис круглый, курага, вода, сахар, соль Белки 1.44, Жиры 0.19, Углеводы 29.64	54-00
100	<b>Сыр Сулугуни, жареный с соусом / Suluguni cheese, fried with sauce</b> Сыр Сулугуни, сухари панировочные, лезон на воде, мука пшеничная, масло фритюрное, соус ягодный Белки 13.03, Жиры 28.28, Углеводы 16.45	169-00
180	<b>Тост Крок мадам / Toast Croc Madame</b> Хлеб Харрис, кетчуп, майонез, ветчина, яйцо, сыр Белки 13.48, Жиры 18.03, Углеводы 22.41	220-00
140	<b>Тост с "Крем - авокадо" и яйцом / Toast with "Cream Avocado" and an egg</b> Хлеб Харрис, яйцо, сыр творожный, сливки, соус Гуакамоле Белки 8.36, Жиры 12.01, Углеводы 14.72	195-00
50	<b>Блинчик бездрожжевой / Yeast-free Pancake</b> Мука пшеничная, сахар, соль, яйцо, молоко Белки 6.81, Жиры 9.34, Углеводы 28.84	25-00

**КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
**SET LUNCH**

**280**

- 120 **Салат из квашеной капусты с клюквой / Sauerkraut Salad with Cranberries**  
Капуста квашеная, сахар, лук, клюква, масло раст.  
Белки 1.51, Жиры 8.43, Углеводы 3.67
- 120 **Салат "Столичный" с курицей / Stolichny salad with chicken**  
Картофель, филе куриное, огурцы свежие, яйцо, морковь, горошек, майонез, перец, соль, петрушка  
Белки 8.12, Жиры 10.97, Углеводы 6.44
- 250 **Бульон куриный с яйцом и гренками / Chicken broth with egg and croutons**  
Бульон куриный, яйцо отварное, гренки пшеничные  
Белки 3.48, Жиры 2.21, Углеводы 4.5
- 250 **Суп гороховый с копченостями / Pea soup with smoked meat**  
Бекон, картофель, горох, лук, морковь, соль, вода, приправа Лавровый лист, перец, петрушка, горчица  
Белки 3.98, Жиры 4.67, Углеводы 9.08
- 250 **Суп - пюре овощной / Vegetable puree soup**  
Картофель, морковь, лук, сельдерей, капуста цветная, пуста брокколи, масло раст., вода, перец, соль, бульон овощной  
Белки 0.67, Жиры 2.57, Углеводы 4.01
- 125 **Гуляш из курицы / Chicken goulash**  
Куриное филе, масло раст., лук, морковь, бульон куриный, вода, соус томатный, приправа Лавровый лист, соль, перец  
Белки 20.91, Жиры 15.22, Углеводы 7.29
- 100 **Котлета "Домашняя" с говядиной / Homemade Beef Cutlet**  
Фарш мясной, хлеб белый, молоко, соль, масло раст., перец, лук, яйцо, сухари панировочные  
Белки 19.62, Жиры 18.95, Углеводы 13.81
- 100 **Горбуша под маринадом / Pink salmon with marinade**  
Филе горбши, маринад овощной, масло раст., соль, мука пшеничная, перец  
Белки 14.74, Жиры 13.3, Углеводы 10.44
- 200 **Лапша Соба с овощами / Soba noodles with vegetables**  
Лук репчатый, морковь, фасоль стручковая, перец болгарский, бульон овощной, перец, чеснок, соль, масло раст., лапша Соба, соус терияки, кунжут обжаренный  
Белки 4.95, Жиры 10.56, Углеводы 28.26
- 150 **Картофельное пюре / Mashed potatoes**  
Картофель, масло сливочное, молоко, соль  
Белки 2.63, Жиры 3.36, Углеводы 18.19
- 200 **Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)**  
чай пакетированный, сахар, вода  
Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0
- 200 **Компот из вишни с/м (без сахара) / Cherry compote (without sugar)**  
вишня с/м, вода  
Белки 0.1, Жиры 0.03, Углеводы 1.35
- 200 **Компот из груш / Compote of pears**  
Груши, сахар, лимонная кислота, вода  
Белки 0.06, Жиры 0.04, Углеводы 14.13

Выход г / мл		Цена руб.
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	
<b>ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b> VEGETARIAN SET LUNCH		<b>280</b>
120	<b>Салат из квашеной капусты с клюквой / Sauerkraut Salad with Cranberries</b> Капуста квашеная, сахар, лук, клюква, масло раст. Белки 1.51, Жиры 8.43, Углеводы 3.67	
250	<b>Суп - пюре овощной / Vegetable puree soup</b> Картофель, морковь, лук, сельдерей, капуста цветная, пуста брокколи, масло раст., вода, перец, соль, бульон овощной Белки 0.67, Жиры 2.57, Углеводы 4.01	
200	<b>Лапша Соба с овощами / Soba noodles with vegetables</b> Лук репчатый, морковь, фасоль стручковая, перец болгарский, бульон овощной, перец, чеснок, соль, масло раст., лапша Соба, соус терияки, кунжут обжаренный Белки 4.95, Жиры 10.56, Углеводы 28.26	
150	<b>Гречка отварная / Boiled buckwheat</b> Крупа гречневая, соль, масло раст., вода Белки 6.05, Жиры 4.91, Углеводы 29.95	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Компот из вишни с/м (без сахара) / Cherry compote (without sugar)</b> вишня с/м, вода Белки 0.1, Жиры 0.03, Углеводы 1.35	
200	<b>Компот из груш / Compote of pears</b> Груши, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.06, Жиры 0.04, Углеводы 14.13	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b> COLD SNACKS		
120	<b>Салат Цезарь с курицей / Caesar salad with chicken</b> Филе куриное, сыр пармезан, хлеб белый, салат Айсберг, томаты Черри, майонез, соус соевый, чеснок Белки 8.08, Жиры 15.57, Углеводы 3.82	130-00



Выход г / мл		Цена руб.
120	<b>Салат из свежих огурцов с салатом айсберг / Fresh Cucumber Salad with Iceberg Lettuce</b> Огурцы свежие, салат Айсберг, масло раст., соль, укроп Белки 0.83, Жиры 4.28, Углеводы 1.9	80-00
120	<b>Салат с колбасками / Salad with sausages</b> Сосиски куриные, картофель, перец болгарский, огурцы маринованные, маслины, масло раст., соль, майонез, петрушка Белки 4.64, Жиры 20.45, Углеводы 6.53	96-00
120	<b>Салат из квашеной капусты с клюквой / Sauerkraut Salad with Cranberries</b> Капуста квашеная, сахар, лук, клюква, масло раст. Белки 1.51, Жиры 8.43, Углеводы 3.67	60-00
120	<b>Салат "Столичный" с курицей / Stolichny salad with chicken</b> Картофель, филе куриное, огурцы свежие, яйцо, морковь, горошек, майонез, перец, соль, петрушка Белки 8.12, Жиры 10.97, Углеводы 6.44	96-00

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	<b>Бульон куриный с яйцом и гренками / Chicken broth with egg and croutons</b> Бульон куриный, яйцо отварное, гренки пшеничные Белки 3.48, Жиры 2.21, Углеводы 4.5	84-00
250	<b>Суп гороховый с копченостями / Pea soup with smoked meat</b> Бекон, картофель, горох, лук, морковь, соль, вода, приправа Лавровый лист, перец, петрушка, горчица Белки 3.98, Жиры 4.67, Углеводы 9.08	96-00
250	<b>Суп - пюре овощной / Vegetable puree soup</b> Картофель, морковь, лук, сельдерей, капуста цветная, пуста брокколи, масло раст., вода, перец, соль, бульон овощной Белки 0.67, Жиры 2.57, Углеводы 4.01	84-00

## ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

125	<b>Говядина тушеная с овощами / Beef stew with vegetables</b> Говядина, морковь, лук, перец, томаты, мучная пассеровка, томатная паста, соль, перец, приправа Лавровый лист, бульон овощной, петрушка, вода Белки 17, Жиры 10.36, Углеводы 7.3	240-00
80	<b>Язык отварной / Boiled Tongue</b> Язык отварной Белки 27.32, Жиры 20.59, Углеводы 4.38	216-00
120	<b>Бедро куриное отварное / Boiled chicken thigh</b> Куриное бедро, укроп Белки 28.63, Жиры 15.74, Углеводы 0.23	180-00
125	<b>Гуляш из курицы / Chicken goulash</b> Куриное филе, масло раст., лук, морковь, бульон куриный, вода, соус томатный, приправа Лавровый лист, соль, перец Белки 20.91, Жиры 15.22, Углеводы 7.29	180-00

Выход г / мл		Цена руб.
100	<b>Котлета "Домашняя" с говядиной / Homemade Beef Cutlet</b> Фарш мясной, хлеб белый, молоко, соль, масло раст., перец, лук, яйцо, сухари панировочные Белки 19.62, Жиры 18.95, Углеводы 13.81	144-00
250	<b>Оджахури со свининой / Ojahuri with pork</b> Свинина, картофель, лук репчатый, масло раст., соль, перец, бульон овощной, приправа кориандр, приправа паприка, приправа хмели - сунели, чеснок, кинза, петрушка, перец чили острый Белки 7.72, Жиры 9.35, Углеводы 17.47	185-00
100	<b>Горбуша под маринадом / Pink salmon with marinade</b> Филе горбши, маринад овощной, масло раст., соль, мука пшеничная, перец Белки 14.74, Жиры 13.3, Углеводы 10.44	204-00
150	<b>Шашлык из семги / Salmon shish kebab</b> Филе семги, масло раст., лимонный сок, соль, перец, маслины, оливки, лимон, петрушка Белки 22.63, Жиры 20.49, Углеводы 1.27	600-00
200	<b>Лапша Соба с овощами / Soba noodles with vegetables</b> Лук репчатый, морковь, фасоль стручковая, перец болгарский, бульон овощной, перец, чеснок, соль, масло раст., лапша Соба, соус терияки, кунжут обжаренный Белки 4.95, Жиры 10.56, Углеводы 28.26	120-00
100	<b>Филе индейки под грибным жульеном / Turkey fillet with mushroom julienne</b> Филе индейки, мука пшеничная, перец, соль, масло раст., жульен грибной, сыр Белки 25.27, Жиры 18.06, Углеводы 6.19	180-00

## ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	<b>Гречка отварная / Boiled buckwheat</b> Крупа гречневая, соль, масло раст., вода Белки 6.05, Жиры 4.91, Углеводы 29.95	60-00
150	<b>Булгур с грибами / Bulgur with mushrooms</b> Булгур, шампиньоны, лук Белки 5.36, Жиры 5.07, Углеводы 22.13	75-00
150	<b>Картофельное пюре / Mashed potatoes</b> Картофель, масло сливочное, молоко, соль Белки 2.63, Жиры 3.36, Углеводы 18.19	70-00
150	<b>Паста Триколлини / Pasta Tricollini</b> Макароны Триколлини, вода, соль, масло раст. Белки 7.23, Жиры 3.67, Углеводы 34.16	60-00
150	<b>Брокколи на пару / Steamed broccoli</b> Капуста брокколи, соль, соус соевый, укроп, чесночная паста Белки 2.29, Жиры 1.82, Углеводы 4.24	100-00

## НАПИТКИ DRINK

200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	40-00
-----	---	-------

Выход г / мл		Цена руб.
200	<b>Компот из вишни с/м (без сахара) / Cherry compote (without sugar)</b> вишня с/м, вода Белки 0.1, Жиры 0.03, Углеводы 1.35	36-00
200	<b>Компот из груш / Compote of pears</b> Груши, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.06, Жиры 0.04, Углеводы 14.13	36-00

#### ДРУГОЕ OTHER

---

20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	4-00
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	4-00



# МЕНЮ

В течение недели в меню  
возможны изменения

06.12.2025 Суббота / Saturday

Выход г / мл		Цена руб.
<b>ЗАВТРАК</b> BREAKFAST		
65	<b>Колбаска Баварская / Bavarian sausage</b> сосиска куриная Белки 11, Жиры 17	130-00
40	<b>Яйцо отварное / Boiled egg</b> яйцо куриное Белки 12.9, Жиры 11.6, Углеводы 0.8	30-00
200	<b>Сосиска отварная / Boiled sausage</b> свинина, говядина, соль, перец, молоко, яйцо Белки 11, Жиры 23.9, Углеводы 1.6	48-00
125	<b>Кесадилья с курицей и беконом / Chicken and Bacon Quesadilla</b> Тортилья пшеничная, филе куриное, масло раст., кукуруза, помидоры, бекон, сыр, соус Шрирача, томатная паста, соус Чили сладкий Белки 13.51, Жиры 13.65, Углеводы 19.78	168-00
120	<b>Наггетсы куриные / Chicken nuggets</b> наггетсы куриные, масло фритюрное Белки 17.7, Жиры 7.9, Углеводы 16.1	160-00
120	<b>Стрипсы куриные / Chicken strips</b> стрипсы куриные, масло фритюрное Белки 15.3, Жиры 24.5, Углеводы 7.8	160-00
140	<b>Пудинг творожный с персиками / Cottage cheese pudding with peaches</b> Творожная масса, персики, сахарная пудра, сметана, мята Белки 15.55, Жиры 8.11, Углеводы 16.21	135-00
120	<b>Творожные шарики во фритюре / Deep-Fried Cottage Cheese Balls</b> Творог, яйцо, крупа манная, мука пшеничная, соль, сахар, ванилин, масло фритюрное Белки 16.63, Жиры 15.99, Углеводы 30.14	88-00
150	<b>Картофель фри / French fries</b> Картофель фри с/м, масло фритюрное, соль, перец черный молотый Белки 3.17, Жиры 17.68, Углеводы 29.16	108-00

Выход г / мл		Цена руб.
30	<b>Бекон жареный / Fried bacon</b> бекон свиной Белки 33.9, Жиры 35.1, Углеводы 1.7	120-00
40	<b>Яичница глазунья / Fried eggs</b> яйцо, соль, масло раст Белки 5.53, Жиры 4.37, Углеводы 0.34	30-00
100	<b>Колбаса жареная / Fried sausage</b> колбаса докторская, масло растительное Белки 13, Жиры 13.9, Углеводы 2.4	140-00
150	<b>Блинчики с мясом / Meat pancakes</b> Мука пшен., молоко, яйцо, масло раст., фарш мясной, сахар, соль Белки 13.9, Жиры 14.9, Углеводы 25.22	150-00
200	<b>Каша пшенная на воде с тыквой / Millet Porridge with Pumpkin (made with water)</b> Крупа пшено, вода, тыква, сахар, соль Белки 2.88, Жиры 0.76, Углеводы 15.47	54-00
150	<b>Омлет натуральный / Natural omelet</b> яйцо, соль, молоко, масло растительное Белки 8.84, Жиры 13.02, Углеводы 1.91	78-00
200	<b>Каша овсяная молочная / Oatmeal milk porridge</b> Крупа Геркулес, молоко, вода, сахар, соль, масло сливочное Белки 3.27, Жиры 4.31, Углеводы 14.38	54-00
75	<b>Блинчик с курагой / Pancake with dried apricots</b> Мука пшеничная, молоко, яйцо, сахар, соль, масло раст., масло сливочное, курага Белки 4.45, Жиры 15.65, Углеводы 36.15	60-00
130	<b>Сосиска в лаваше / Sausage in pita bread</b> Сосиски молочные, лаваш армянски, сыр, яйцо, майонез, кетчуп, масло раст. Белки 13.1, Жиры 31.28, Углеводы 16.03	108-00
150	<b>Овощи на пару / Steamed vegetables</b> Капуста брокколи с/м, капуста цветная с/м, фасоль стручковая с/м, перец болгарский, соль, соус соевый, масло раст., зелень, чеснок Белки 2.62, Жиры 6.76, Углеводы 5.08	120-00
150	<b>Блинчик тонкий / Thin pancake</b> мука пшеничная, масло сливочное, молоко, яйцо, сахар, соль Белки 7.74, Жиры 7.14, Углеводы 23.13	70-00
180	<b>Тост Крок мадам / Toast Croc Madame</b> Хлеб Харрис, кетчуп, майонез, ветчина, яйцо, сыр Белки 13.48, Жиры 18.03, Углеводы 22.41	220-00
180	<b>Тост Крок месье / Toast Croc Monsieur</b> хлеб Харрис, ветчина, сыр, соус горчичный Белки 11.83, Жиры 12.55, Углеводы 26.38	200-00

**КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
**SET LUNCH**

**280**

- 120 **Морковь по - корейски / Carrots in Korean**  
Морковь по - корейски  
Белки 1, Жиры 9, Углеводы 7.5
- 120 **Салат "Пражский" с ветчиной / Prague Salad with Ham**  
Ветчина, картофель, огурцы соленые, огурцы свежие, морковь, яйцо, майонез, соль, петрушка  
Белки 4.44, Жиры 13.88, Углеводы 5.61
- 250 **Крем суп из тыквы / Pumpkin Cream Soup**  
Тыква, лук, морковь, сливки, молоко, перец, соль, мучная пассеровка, вода  
Белки 1.15, Жиры 3.07, Углеводы 4.34
- 200 **Солянка сборная по - домашнему / Solyanka home**  
Куриное бедро, сосиски молочные, ветчина, бекон, лук, картофель, огурцы соленые, маслины, томатная паста, вода, соль, перец, бульон овощной, приправа Лавровый лист, сахар, укроп, лимоны, масло раст.  
Белки 2.19, Жиры 4.57, Углеводы 4.04
- 100 **Минтай запеченный под сметанным соусом / Baked Pollock with Sour Cream Sauce**  
Филе минтая, мука пшеничная, соль, перец, масло раст., соус "Бешамель", сметана, сыр  
Белки 19.39, Жиры 16.18, Углеводы 7.17
- 150 **Фрикасе из курицы с карри / Chicken Fricassee with Curry**  
Куриное филе, ельдерей, лук репчатый, морковь, масло раст., соль, перец, бульон куриный, сливки, соус "Бешамель" томатная паста, приправа карри, приправа паприка, чеснок  
Белки 18.5, Жиры 13.29, Углеводы 7.81
- 250 **Макароны по - флотски / Pasta in the Navy**  
Курица, макароны, лук репчатый, масло раст., чеснок сушеный, соль, перец, приправа паприка сладкая, бульон куриный, томатная паста  
Белки 9.49, Жиры 10.17, Углеводы 20.4
- 150 **Гречка отварная / Boiled buckwheat**  
Крупа гречневая, соль, масло раст., вода  
Белки 6.05, Жиры 4.91, Углеводы 29.95
- 150 **Картофель отварной с зеленью / Boiled potatoes with herbs**  
Картофель отварной, масло раст., укроп  
Белки 2.07, Жиры 2.41, Углеводы 16.79
- 200 **Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)**  
чай пакетированный, сахар, вода  
Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0
- 200 **Напиток из облепихи (без сахара) / Sea buckthorn drink (without sugar)**  
Облепиха, лимонная кислота, вода  
Белки 0.28, Жиры 0.04, Углеводы 0.66
- 20 **Хлеб ржаной / Rye bread**  
хлеб ржаной  
Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41
- 20 **Хлеб пшеничный / Wheat bread**  
хлеб пшеничный  
Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4

**ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД**  
VEGETARIAN SET LUNCH

120	<b>Морковь по - корейски / Carrots in Korean</b> Морковь по - корейски Белки 1, Жиры 9, Углеводы 7.5	
250	<b>Крем суп из тыквы / Pumpkin Cream Soup</b> Тыква, лук, морковь, сливки, молоко, перец, соль, мучная пассеровка, вода Белки 1.15, Жиры 3.07, Углеводы 4.34	
200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	
200	<b>Напиток из облепихи (без сахара) / Sea buckthorn drink (without sugar)</b> Облепиха, лимонная кислота, вода Белки 0.28, Жиры 0.04, Углеводы 0.66	
20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ**  
COLD SNACKS

120	<b>Салат Цезарь с курицей / Caesar salad with chicken</b> Филе куриное, сыр пармезан, хлеб белый, салат Айсберг, томаты Черри, майонез, соус соевый, чеснок Белки 8.08, Жиры 15.57, Углеводы 3.82	130-00
120	<b>Морковь по - корейски / Carrots in Korean</b> Морковь по - корейски Белки 1, Жиры 9, Углеводы 7.5	72-00
120	<b>Салат "Идиллия" / Idyll salad</b> Морковь, свекла, яблоки, масло раст., соль, петрушка, капуста Белки 1.49, Жиры 4.31, Углеводы 7.06	60-00
120	<b>Салат "Пражский" с ветчиной / Prague Salad with Ham</b> Ветчина, картофель, огурцы соленые, огурцы свежие, морковь, яйцо, майонез, соль, петрушка Белки 4.44, Жиры 13.88, Углеводы 5.61	96-00

**ПЕРВЫЕ БЛЮДА**  
FIRST COURSE

250	<b>Похлебка грибная с перловкой / Mushroom soup with pearl barley</b> Перловка, лук, морковь, картофель, вода, бульон грибной, сол, перец, приправа Лавровый лист, укроп, шампиньоны Белки 1.96, Жиры 1.49, Углеводы 7.83	84-00
-----	---	-------

Выход г / мл		Цена руб.
250	<b>Крем суп из тыквы / Pumpkin Cream Soup</b> Тыква, лук, морковь, сливки, молоко, перец, соль, мучная пассеровка, вода Белки 1.15, Жиры 3.07, Углеводы 4.34	84-00
200	<b>Солянка сборная по - домашнему / Solyanka home</b> Куриное бедро, сосиски молочные, ветчина, бекон, лук, картофель, огурцы соленые, маслины, томатная паста, вода, соль, перец, бульон овощной, приправа Лавровый лист, сахар, укроп, лимоны, масло раст. Белки 2.19, Жиры 4.57, Углеводы 4.04	124-00

## ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	<b>Минтай запеченный под сметанным соусом / Baked Pollock with Sour Cream Sauce</b> Филе минтая, мука пшеничная, соль, перец, масло раст., соус "Бешамель", сметана, сыр Белки 19.39, Жиры 16.18, Углеводы 7.17	197-00
100	<b>Филе куриное отварное / Boiled Chicken Fillet</b> Куриное филе, лук репчатый, морковь, соль, перец, лавровый лист Белки 32.08, Жиры 2.56, Углеводы 1.18	180-00
150	<b>Фрикасе из курицы с карри / Chicken Fricassee with Curry</b> Куриное филе, ельдерей, лук репчатый, морковь, масло раст., соль, перец, бульон куриный, сливки, соус "Бешамель" томатная паста, приправа карри, приправа паприка, чеснок Белки 18.5, Жиры 13.29, Углеводы 7.81	180-00
100	<b>Филе куриное, жареное в кляре / Chicken fillet fried in batter</b> Куриное филе, мука пшеничная, соль, перец, кляр, масло фритюрное Белки 22.32, Жиры 14.54, Углеводы 14	180-00
100	<b>Свинина по-французски / French-style pork</b> Свинина, помидоры, лук репчатый, масло раст., соль, сыр, паприка, майонез, перец, мука пшеничная Белки 18.77, Жиры 32.97, Углеводы 4.89	180-00
250	<b>Макароны по - флотски / Pasta in the Navy</b> Курица, макароны, лук репчатый, масло раст., чеснок сушеный, соль, перец, приправа паприка сладкая, бульон куриный, томатная паста Белки 9.49, Жиры 10.17, Углеводы 20.4	144-00
100	<b>Горбуша припущенная с овощами / Pink salmon stewed with vegetables</b> Филе горбуши, лук репчатый, морковь, сельдерей, приправа Лавровый лист, перец, соль, петрушка, бульон рыбный Белки 19.43, Жиры 0.68, Углеводы 2.3	204-00
250	<b>Овощное рагу с капустой / Vegetable stew with cabbage</b> Картофель, морковь, капуста, лук репчатый, масло раст., приправа Лавровый лист, соль, чеснок, томатная паста, перец, вода, бульон овощной Белки 2.15, Жиры 6.97, Углеводы 14.69	120-00

## ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	<b>Гречка отварная / Boiled buckwheat</b> Крупа гречневая, соль, масло раст., вода Белки 6.05, Жиры 4.91, Углеводы 29.95	60-00
-----	--	-------



Выход г / мл		Цена руб.
150	<b>Картофель отварной с зеленью / Boiled potatoes with herbs</b> Картофель отварной, масло раст., укроп Белки 2.07, Жиры 2.41, Углеводы 16.79	70-00
150	<b>Каша перловая с овощами / Pearl barley porridge with vegetables</b> Крупа перловая, морковь, лук, соль, вода, бульон овощной Белки 3.06, Жиры 1.34, Углеводы 24.37	60-00
150	<b>Капуста цветная на пару / Steamed cauliflower</b> Капуста цветная, соль, соевый, масло раст., укроп, чесночное масло Белки 2.25, Жиры 4.33, Углеводы 5.34	120-00

## НАПИТКИ DRINK

200	<b>Чай черный/ чай зеленый (пак 0,02 г.) / Black tea/ green tea (pack 0.02 g)</b> чай пакетированный, сахар, вода Белки 0, Жиры 0, Углеводы 0	40-00
200	<b>Компот из груш / Compote of pears</b> Груши, сахар, лимонная кислота, вода Белки 0.06, Жиры 0.04, Углеводы 14.13	36-00
200	<b>Напиток из облепихи (без сахара) / Sea buckthorn drink (without sugar)</b> Облепиха, лимонная кислота, вода Белки 0.28, Жиры 0.04, Углеводы 0.66	36-00

## ДРУГОЕ OTHER

20	<b>Хлеб ржаной / Rye bread</b> хлеб ржаной Белки 6.6, Жиры 1.1, Углеводы 41	4-00
20	<b>Хлеб пшеничный / Wheat bread</b> хлеб пшеничный Белки 7.05, Жиры 2.09, Углеводы 51.4	4-00