



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

22.04.2024 Понедельник / Monday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
SET LUNCH

- 120 **Салат из капусты с морковью**
Капуста белокачанная, морковь, зелень, масло подсолнечное, сахар, соль
Белки 1.5, Жиры 1.7, Углеводы 7.2
- 250 **Борщ с курицей и сметаной**
Свекла, капуста б/к, картофель, морковь, лук, сахар, соль, лавровый лист, перец горошком, томатная паста, уксус, бульон куриный
Белки 4.4, Жиры 4.4, Углеводы 8.7
- 75/50 **Бефстроганов из куриного филе**
Куриное филе, лук, сметана, соль, специи, подсолнечное масло
Белки 21.1, Жиры 2.4, Углеводы 1.3
- 150 **Макароны отварные**
Паста, соль, масло подсолнечное
Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2
- 200 **Напиток из ягод**
Ягодная смесь, сахар
Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4
- 20 **Хлеб**
Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
VEGETARIAN SET LUNCH

- 120 **Салат из капусты с морковью**
Капуста белокачанная, морковь, зелень, масло подсолнечное, сахар, соль
Белки 1.5, Жиры 1.7, Углеводы 7.2

Выход г / мл		Цена руб.
250	Суп овощной Брокколи, картофель, бульон овощной, лук, морковь, чеснок, специи Белки 1.7, Жиры 1.6, Углеводы 4.2	
250	Паста спагетти с грибами и сыром тофу Спагетти, грибы, сыр Тофу, лук, масло растительное, соль, специи Белки 7, Жиры 1.7, Углеводы 24.7	
200	Напиток из ягод Ягодная смесь, сахар Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	
20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей Салат айсберг, салат китайский, филе куриное, томат, соус цезарь, сыр, гренки пшеничные Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат греческий с сыром фета Салат айсберг, перец сладкий, помидор, огурец, лук красный, маслины, сыр фета, орегано, заправка для греческого Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Салат морковь по корейски Морковь, масло подсолнечное, специи Белки 1.2, Жиры 8.2, Углеводы 9	60-00
120	Салат домашний с курицей Куриное филе, огурец соленый, морковь, горошек зеленый, яйцо, картофель Белки 2.12, Жиры 1.93, Углеводы 0.12	80-00
120	Салат из капусты с морковью Капуста белокочанная, морковь, зелень, масло подсолнечное, сахар, соль Белки 1.5, Жиры 1.7, Углеводы 7.2	60-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Борщ с курицей и сметаной Свекла, капуста б/к, картофель, морковь, лук, сахар, соль, лавровый лист, перец горошком, томатная паста, уксус, бульон куриный Белки 4.4, Жиры 4.4, Углеводы 8.7	70-00
250	Суп овощной Брокколи, картофель, бульон овощной, лук, морковь, чеснок, специи Белки 1.7, Жиры 1.6, Углеводы 4.2	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА
SECOND COURSE

100	Карбонат запеченый с овощами Свинина, перец сладкий, баклажаны, лук, подсолнечное масло ,соль ,специи Белки 6, Жиры 2, Углеводы 12	150-00
100	Рыба жареная Филе сайды, специи, масло подсолнечное Белки 16.6, Жиры 11.3, Углеводы 10.6	170-00
100	Отбивная из куриного филе с сыром и ветчиной Куриное филе, ветчина, специи, соль, сыр Белки 20.9, Жиры 5.6, Углеводы 1.8	150-00
125	Свинина по китайски Карбонад свинной, помидор,перец сладкий, горох зеленый, лук, морковь, соль, специи Белки 6.6, Жиры 14.1, Углеводы 9.4	150-00
100	Филе куриное на пару Филе куриное, соль Белки 21.2, Жиры 1.2, Углеводы 0.9	150-00
250	Паста спагетти с грибами и сыром тофу Спагетти, грибы, сыр Тофу, лук, масло растительное, соль, специи Белки 7, Жиры 1.7, Углеводы 24.7	180-00
75/50	Бефстроганов из куриного филе Куриное филе, лук, сметана, соль, специи, подсолнечное масло Белки 21.1, Жиры 2.4, Углеводы 1.3	150-00

ГАРНИРЫ
SIDE DISH

150	Картофель запеченый Картофель, паприка копченая, масло подсолнечное, соль Белки 2.5, Жиры 0.1, Углеводы 19	70-00
150	Гречка отварная Гречневая крупа, масло подсолнечное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00
150	Овощи гриль Кабачки, баклажаны, лук, перец сладкий, помидоры, соль, масло подсолнечное Белки 1.5, Жиры 1.6, Углеводы 4.8	150-00
150	Макароны отварные Паста, соль, масло подсолнечное Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00

НАПИТКИ
DRINK

200	Напиток из ягод Ягодная смесь, сахар Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	30-00
-----	--	-------

Выход
г / мл

Цена
руб.

ДРУГОЕ
OTHER

20

Хлеб

Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

4-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

23.04.2024 Вторник / Tuesday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
SET LUNCH

- 120 **Салат трио**
Капуста б/к, огурец, кукуруза, сметана, соль
Белки 1.6, Жиры 0.2, Углеводы 5.2
- 250 **Солянка мясная**
Говядина, сосиски, маслины, огурцы соленые, лимон, томатная паста, масло подсолнечное, соль, специи, зелень
Белки 12, Жиры 11, Углеводы 14
- 100 **Котлета рыбная**
Фарш рыбный, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи
Белки 12.76, Жиры 10.58, Углеводы 10.92
- 150 **Картофельное пюре**
Картофель, соль, молоко, масло сливочное, зелень
Белки 2.5, Жиры 0.1, Углеводы 19
- 200 **Напиток из шиповника**
Шиповник, сахар, лимонная кислота
Белки 0.2, Углеводы 8.9
- 20 **Хлеб**
Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕGETАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
VEGETARIAN SET LUNCH

- 120 **Нарезка из свежих овощей**
Огурец свежий, помидор свежий, перец болгарский
Белки 0.98, Жиры 8.47, Углеводы 3.14

Выход г / мл		Цена руб.
25	<p>Суп овощной с цветной капустой</p> <p>Цветная капуста, перец сладкий, помидоры, лук, морковь, картофель, масло подсолнечное, бульон овощной, специи</p> <p>Белки 1.6, Жиры 0.5, Углеводы 4.9</p>	
250	<p>Рис с тыквой</p> <p>Рис, тыква, масло подсолнечное, соль</p> <p>Белки 2, Жиры 1.9, Углеводы 18.7</p>	
200	<p>Напиток из шиповника</p> <p>Шиповник, сахар, лимонная кислота</p> <p>Белки 0.2, Углеводы 8.9</p>	
20	<p>Хлеб</p> <p>Пшеничный, ржаной</p> <p>Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47</p>	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	<p>Салат оливье с ветчиной</p> <p>Ветчина, огурец соленый, морковь, горошек зеленый, яйцо, картофель, майонез</p> <p>Белки 6, Жиры 9.8, Углеводы 6.5</p>	80-00
120	<p>Салат цезарь с курицей</p> <p>Салат айсберг, салат китайский, филе куриное, томат, соус цезарь, сыр, гренки пшеничные</p> <p>Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8</p>	80-00
120	<p>Салат трио</p> <p>Капуста б/к, огурец, кукуруза, сметана, соль</p> <p>Белки 1.6, Жиры 0.2, Углеводы 5.2</p>	60-00
120	<p>Салат греческий с сыром фета</p> <p>Салат айсберг, перец сладкий, помидор, огурец, лук красный, маслины, сыр фета, орегано, заправка для греческого</p> <p>Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1</p>	80-00
120	<p>Нарезка из свежих овощей</p> <p>Огурец свежий, помидор свежий, перец болгарский</p> <p>Белки 0.98, Жиры 8.47, Углеводы 3.14</p>	60-00
120	<p>Салат степной</p> <p>Огурец соленый, морковь, горошек зеленый, яйцо, картофель, масло подсолнечное</p> <p>Белки 1.9, Жиры 7.4, Углеводы 11</p>	60-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	<p>Солянка мясная</p> <p>Говядина, сосиски, маслины, огурцы соленые, лимон, томатная паста, масло подсолнечное, соль, специи, зелень</p> <p>Белки 12, Жиры 11, Углеводы 14</p>	70-00
25	<p>Суп овощной с цветной капустой</p> <p>Цветная капуста, перец сладкий, помидоры, лук, морковь, картофель, масло подсолнечное, бульон овощной, специи</p> <p>Белки 1.6, Жиры 0.5, Углеводы 4.9</p>	70-00

Выход г / мл		Цена руб.
100	Рыба под маринадом Филе сайды, морковь, лук, соль, томат, специи, масло подсолнечное Белки 15, Жиры 0.8, Углеводы 1.7	170-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	Филе куриное по милански Филе куриное, сухари панировочные, мука, подсолнечное масло, соль, специи, сыр Белки 18.4, Жиры 10.1, Углеводы 4.1	150-00
100	Котлета рыбная Фарш рыбный, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи Белки 12.76, Жиры 10.58, Углеводы 10.92	120-00
150	Лодочка из кабачков с овощами Кабачки, помидор, сыр, лук, морковь, соль, сахар, масло подсолнечное, майонез Белки 4.7, Жиры 7.8, Углеводы 6.4	120-00
120	Крокеты картофельные Картофель, масло подсолнечное, зелень, панировочные сухари, сыр Белки 14.9, Жиры 37.4, Углеводы 29.1	80-00
200	Паста карбонара с беконом Спагетти, бекон, сливки, сыр, яйцо, бульон куриный, масло подсолнечное, зелень, специи Белки 6.5, Жиры 4.5, Углеводы 17	180-00
100	Говядина отварная Говядина, соль Белки 25.8, Жиры 16.8, Углеводы 0	200-00
100	Рыба на пару с лимоном Филе горбуши, соль, лимон Белки 19.3, Жиры 7.2, Углеводы 0.3	170-00

ГАРНИРЫ SIDE DISH

150	Картофельное пюре Картофель, соль, молоко, масло сливочное, зелень Белки 2.5, Жиры 0.1, Углеводы 19	70-00
150	Булгур с овощами Булгур, перец сладкий, морковь, лук, масло растительное, соль, специи Белки 3, Жиры 1.4, Углеводы 17.4	70-00
150	Макароньы отварные Макароньы, масло подсолнечное, соль Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00
150	Рис с тыквой Рис, тыква, масло подсолнечное, соль Белки 2, Жиры 1.9, Углеводы 18.7	70-00
150	Гречка отварная Крупа гречневая, масло, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00

Выход
г / мл

Цена
руб.

НАПИТКИ
DRINK

200	Напиток из шиповника Шиповник, сахар, лимонная кислота Белки 0.2, Углеводы 8.9	30-00
-----	---	-------

ДРУГОЕ
OTHER

20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	4-00
----	--	------



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

24.04.2024 Среда / Wednesday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
SET LUNCH

120 **Салат здоровье со свеклой**
Свекла, капуста б/к, морковь, соль, сахар, масло подсолнечное
Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1

250 **Суп картофельный с курицей**
Бульон, лук, зелень, паста томатная, курица, морковь, картофель, масло, соль
Белки 4.2, Жиры 2.9, Углеводы 11.7

250 **Плов с курицей**
Куриное филе, рис, морковь, лук, соль, специи, чеснок
Белки 8.5, Жиры 6.8, Углеводы 16.6

200 **Напиток из яблок**
Яблоки, вода, сахар, лимонная кислота
Белки 0.8, Жиры 0, Углеводы 14.5

20 **Хлеб**
Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
VEGETARIAN SET LUNCH

120 **Салат здоровье со свеклой**
Свекла, капуста б/к, морковь, соль, сахар, масло подсолнечное
Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1

250 **Суп паприкаш овощной**
Перец сладкий, помидоры, лук, морковь, картофель, масло подсолнечное, бульон овощной, специи
Белки 3.5, Жиры 0.1, Углеводы 8.9

250 **Паста спагетти с овощами и сыром тофу**
Спагетти, сыр Тофу, лук, морковь, перец болгарский, кабачки, масло растительное, соль, специи
Белки 3, Жиры 3.1, Углеводы 13.1

Выход г / мл		Цена руб.
200	Напиток из яблок Яблоки, вода, сахар, лимонная кислота Белки 0.8, Жиры 0, Углеводы 14.5	
20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS		
120	Салат здоровье со свеклой Свекла, капуста б/к, морковь, соль, сахар, масло подсолнечное Белки 1.6, Жиры 2.6, Углеводы 5.1	60-00
120	Салат из редиса с огурцом Редис, огурец свежий, масло, зелень, соль Белки 4.3, Жиры 3.5, Углеводы 2.5	60-00
120	Салат мимоза Горбуша консервированная, яйцо, морковь, масло сливочное, сыр, картофель, зелень, соль Белки 9.4, Жиры 4.5, Углеводы 23.6	80-00
120	Салат сельдь под шубой Свекла, картофель, филе сельди, сыр, яйцо, морковь, майонез, соль Белки 8, Жиры 18.2, Углеводы 3.7	80-00
120	Салат студенческий с ветчиной Ветчина, кукуруза, лук зеленый, майонез, сухари Белки 12.4, Жиры 23.8, Углеводы 2.6	80-00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE		
250	Суп паприкаш овощной Перец сладкий, помидоры, лук, морковь, картофель, масло подсолнечное, бульон овощной, специи Белки 3.5, Жиры 0.1, Углеводы 8.9	70-00
250	Суп картофельный с курицей Бульон, лук, зелень, паста томатная, курица, морковь, картофель, масло ,соль Белки 4.2, Жиры 2.9, Углеводы 11.7	70-00
ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE		
100	Куриное филе запеченое под грибным жульеном Филе куриное, помидор, сыр, майонез, соль, специи, масло Белки 14.5, Жиры 7.6, Углеводы 1.8	150-00
100	Ежики мясные Фарш мясной(свинина/курица), рис, морковь, лук, томатная паста, соль, масло подсолнечное, специи Белки 8.6, Жиры 4.5, Углеводы 7.4	120-00

Выход г / мл		Цена руб.
250	Плов с курицей Куриное филе, рис, морковь, лук, соль, специи, чеснок Белки 8.5, Жиры 6.8, Углеводы 16.6	150-00
100	Свинина по французски Свинина, мука, помидор, лук, сыр, соль, масло Белки 10, Жиры 23, Углеводы 4.6	150-00
200	Лапша соба с курицей и овощами Гречневая лапша, морковь, лук, сыр, куриное филе, масло подсолнечное, кунжут, чеснок, базилик, соль Белки 11.56, Жиры 7.28, Углеводы 21	180-00
100	Котлета по киевски Куриное филе, масло сливочное, укроп, панировочные сухари, соль, специи Белки 15.9, Жиры 23.6, Углеводы 21.6	150-00
100	Рыба на пару с лимоном Филе горбуши, соль, лимон Белки 19.3, Жиры 7.2, Углеводы 0.3	170-00
100	Филе куриное на пару Филе куриное, соль, масло Белки 21.2, Жиры 1.2, Углеводы 0.9	150-00

ГАРНИРЫ

SIDE DISH

150	Нут с овощами Нут, морковь, лук, горошек, фасоль, перец сладкий, масло подсолнечное, соль Белки 2.2, Жиры 3.1, Углеводы 8.1	70-00
250	Паста спагетти с овощами и сыром тофу Спагетти, сыр Тофу, лук, морковь, перец болгарский, кабачки, масло растительное, соль, специи Белки 3, Жиры 3.1, Углеводы 13.1	180-00
150	Макароны отварные Паста, соль, масло подсолнечное Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00
150	Гречка отварная Гречка, масло подсолнечное, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00
150	Картофельное пюре Картофель, специи, молоко, масло сливочное, соль Белки 2.1, Жиры 4.6, Углеводы 8.5	70-00

НАПИТКИ

DRINK

200	Напиток из яблок Яблоки, вода, сахар, лимонная кислота Белки 0.8, Жиры 0, Углеводы 14.5	30-00
-----	--	-------

Выход
г / мл

Цена
руб.

ДРУГОЕ
OTHER

20

Хлеб

Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

4-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

25.04.2024 Четверг / Thursday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
SET LUNCH

- 120 **Салат из капусты с болгарским перцем**
Капуста белокачанная, перец болгарский, зелень, масло подсолнечное, сахар, соль
Белки 1.6, Жиры 3.8, Углеводы 6
- 250 **Суп чечевицы с курицей**
Морковь, капуста цветная, картофель, лук, масло, соль, чечевица, курица, бульон куриный
Белки 4.2, Жиры 0.3, Углеводы 3
- 120 **Шарик куриный в сливочном соусе**
Фарш куриный, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи
Белки 17.7, Жиры 8.3, Углеводы 3
- 150 **Гречка отварная**
Крупа гречневая, масло, соль
Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6
- 200 **Напиток из сухофруктов**
Сухофрукты, сахар, вода
Белки 1.1, Жиры 0, Углеводы 52.3
- 20 **Хлеб**
Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
VEGETARIAN SET LUNCH

- 120 **Салат из капусты с болгарским перцем**
Капуста белокачанная, перец болгарский, зелень, масло подсолнечное, сахар, соль
Белки 1.6, Жиры 3.8, Углеводы 6
- 250 **Суп министроне овощной**
Бульон овощной, картофель, морковь, лук, паста томатная, соль, специи, подсолнечное масло
Белки 2.6, Жиры 2.2, Углеводы 5.4

Выход г / мл		Цена руб.
250	Капуста тушеная Капуста б/к, лук, морковь, томатная паста, масло подсолнечное, соль, сахар, специи Белки 1.3, Жиры 1.3, Углеводы 5.2	
200	Напиток из сухофруктов Сухофрукты, сахар, вода Белки 1.1, Жиры 0, Углеводы 52.3	
20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей Салат айсберг, салат китайский, филе куриное, томат, соус цезарь, сыр, гренки пшеничные Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат океан с горбушей Горбуша консервированная, яйцо, рис, крабовые палочки, зеленый лук, майонез Белки 14.1, Жиры 12.9, Углеводы 3.9	80-00
120	Салат греческий Салат айсберг, томат, перец сладкий, сыр фета, маслины, заправка греческая Белки 2.5, Жиры 6.4, Углеводы 4.1	80-00
120	Рулетки из ветчины Ветчина, сыр, майонез, чеснок, соль Белки 10.6, Жиры 18, Углеводы 1.33	100-00
120	Салат из капусты с болгарским перцем Капуста белокачанная, перец болгарский, зелень, масло подсолнечное, сахар, соль Белки 1.6, Жиры 3.8, Углеводы 6	60-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Суп чечевицы с курицей Морковь, капуста цветная, картофель, лук, масло, соль, чечевица, курица, бульон куриный Белки 4.2, Жиры 0.3, Углеводы 3	70-00
250	Суп министроне овощной Бульон овощной, картофель, морковь, лук, паста томатная, соль, специи, подсолнечное масло Белки 2.6, Жиры 2.2, Углеводы 5.4	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	Пушистая отбивная из куриного филе Филе курицы, яйцо, сыр, майонез, соль, специи, мука Белки 17.9, Жиры 7.9, Углеводы 5.5	150-00
-----	--	--------

Выход г / мл		Цена руб.
100	Рыба на пару с лимоном Филе горбуши, подсолнечное масло, лимон, соль Белки 19.3, Жиры 7.2, Углеводы 0.3	170-00
120	Шарик куриный в сливочном соусе Фарш куриный, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи Белки 17.7, Жиры 8.3, Углеводы 3	120-00
75/50	Азу из говядины Говядина, огурец соленый, морковь, лук, томатная паста, соль, специи, мука Белки 9.5, Жиры 5.5, Углеводы 2.6	180-00
100	Карбонат жареный на гриле Свинина, специи, соль Белки 13.7, Жиры 18.4, Углеводы 0.1	150-00
250	Капуста тушеная Капуста б/к, лук, морковь, томатная паста, масло подсолнечное, соль, сахар, специи Белки 1.3, Жиры 1.3, Углеводы 5.2	120-00
150	Куриные окорочка отварные Окорочка куриные, соль, масло Белки 21.3, Жиры 11, Углеводы 0.1	120-00

ГАРНИРЫ

SIDE DISH

150	Лобио из фасоли Фасоль красная, лук, чеснок, кинза, орех грецкий, масло подсолнечное, соль, специи Белки 3.5, Жиры 5.9, Углеводы 5.8	80-00
150	Каша перловая с овощами Перловая крупа, перец сладкий, морковь, лук, масло растительное, соль, специи Белки 2.8, Жиры 2, Углеводы 18.5	60-00
150	Овощи гриль Кабачки, баклажаны, лук, перец сладкий, помидоры, соль, масло подсолнечное Белки 1.5, Жиры 1.6, Углеводы 4.8	150-00
150	Гречка отварная Крупа гречневая, масло, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00
150	Картофель жареный Картофель, специи, подсолнечное масло, соль Белки 1.9, Жиры 4.2, Углеводы 17.3	70-00

НАПИТКИ

DRINK

200	Напиток из сухофруктов Сухофрукты, сахар, вода Белки 1.1, Жиры 0, Углеводы 52.3	30-00
-----	--	-------

Выход
г / мл

Цена
руб.

ДРУГОЕ
OTHER

20

Хлеб

Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

4-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

26.04.2024 Пятница / Friday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
SET LUNCH

- 120 **Салат винегрет**
Свекла, огурец соленый, капуста квашеная, морковь, картофель, горошек зеленый, масло ,соль
Белки 1.7, Жиры 4.7, Углеводы 8.5
- 250 **Суп голандский с курицей и фасолью**
Горбуша филе, картофель, помидор, сельдерей, сливки, лук, петрушка, соль, специи
Белки 4.4, Жиры 1.5, Углеводы 4.5
- 100 **Тефтели мясные**
Куриное филе, свинина, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи
Белки 7.2, Жиры 13.2, Углеводы 7.1
- 150 **Картофельное пюре**
Картофель, масло сливочное, молоко, соль
Белки 2.1, Жиры 4.6, Углеводы 8.5
- 200 **Напиток из ягод**
Ягодная смесь, сахар, вода
Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4
- 20 **Хлеб**
Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
VEGETARIAN SET LUNCH

- 120 **Салат винегрет**
Свекла, огурец соленый, капуста квашеная, морковь, картофель, горошек зеленый, масло ,соль
Белки 1.7, Жиры 4.7, Углеводы 8.5
- 250 **Суп пюре овощной**
Морковь, бульон овощной, рис, картофель, лук, масло, соль, лавровый лист
Белки 0.9, Жиры 1.7, Углеводы 5.5

Выход г / мл		Цена руб.
250	Перловая каша с овощами Перловая крупа, морковь, лук, кабачки, баклажаны, перец болгарский, соль, масло подсолнечное Белки 2.8, Жиры 2, Углеводы 18.5	
200	Напиток из ягод Ягодная смесь, сахар, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	
20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат цезарь с курицей Салат айсберг, салат китайский, филе куриное, томат, соус цезарь, сыр, гренки пшеничные Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00
120	Салат домашний с курицей Куриное филе, огурец соленый, морковь, горошек зеленый, яйцо, картофель Белки 2.12, Жиры 1.93, Углеводы 0.12	80-00
120	Салат винегрет Свекла, огурец соленый, капуста квашеная, морковь, картофель, горошек зеленый, масло ,соль Белки 1.7, Жиры 4.7, Углеводы 8.5	60-00
120	Салат морковь по корейски Морковь, масло подсолнечное, специи Белки 1.2, Жиры 8.2, Углеводы 9	60-00
120	Рулетки из баклажан с сыром Баклажаны, сыр, зелень, чеснок, соль, специи Белки 6, Жиры 19, Углеводы 5	100-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Суп голландский с курицей и фасолью Горбуша филе, картофель, помидор, сельдерей, сливки, лук, петрушка, соль, специи Белки 4.4, Жиры 1.5, Углеводы 4.5	80-00
250	Суп пюре овощной Морковь, бульон овощной, рис, картофель, лук, масло, соль, лавровый лист Белки 0.9, Жиры 1.7, Углеводы 5.5	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	Рыба под маринадом Филе сайды, морковь, лук, соль, томат, специи, масло подсолнечное Белки 15, Жиры 0.8, Углеводы 1.7	170-00
-----	--	--------

Выход г / мл		Цена руб.
100	Кордон блю из куриного филе Филе куриное, сыр, ветчина, сухари панировочные, яйцо, соль, масло Белки 12.1, Жиры 13, Углеводы 14.9	150-00
100	Шашлык из индейки Филе индейки, масло ,соль ,специи в ассортименте Белки 15.1, Жиры 1, Углеводы 2.3	150-00
100	Отбивная из куриного филе с овощами Куриное филе, овощи, специи, соль, сыр Белки 17.9, Жиры 7.9, Углеводы 5.5	150-00
100	Куриное филе бризоль Куриное филе, яйцо, мука пшеничная, молоко, соль, специи, масло Белки 18.1, Жиры 7.7, Углеводы 4.6	150-00
100	Тефтели мясные Куриное филе, свинина, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи Белки 7.2, Жиры 13.2, Углеводы 7.1	120-00
100	Рыба на пару с лимоном Филе горбуши, соль, специи Белки 15, Жиры 0.8, Углеводы 1.7	170-00
250	Перловая каша с овощами Перловая крупа, морковь, лук, кабачки, баклажаны, перец болгарский, соль, масло подсолнечное Белки 2.8, Жиры 2, Углеводы 18.5	60-00

ГАРНИРЫ

SIDE DISH

150	Цветная капуста на пару Капуста цветная, соль Белки 2.5, Жиры 0.3, Углеводы 4.3	100-00
150	Рис отварной Рис, соль, масло подсолнечное Белки 2.2, Жиры 0.5, Углеводы 24.9	60-00
150	Картофельное пюре Картофель, масло сливочное, молоко, соль Белки 2.1, Жиры 4.6, Углеводы 8.5	70-00
150	Макароны отварные Паста отварная, соль, масло Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00

НАПИТКИ

DRINK

200	Напиток из ягод Ягодная смесь, сахар, вода Белки 0.2, Жиры 0.1, Углеводы 10.4	30-00
-----	--	-------

Выход
г / мл

Цена
руб.

ДРУГОЕ
OTHER

20

Хлеб

Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

4-00



МЕНЮ

В течение недели в меню
возможны изменения

27.04.2024 Суббота / Saturday

Выход г / мл Цена руб.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
SET LUNCH

- 120 **Салат витаминный**
Капуста б/к, морковь, зелень, сок лимона, масло подсолнечное, соль, специи
Белки 1.5, Жиры 3.1, Углеводы 10.5
- 250 **Суп картофельный с курицей**
Бульон, лук, зелень, паста томатная, курица, морковь, картофель, масло, соль
Белки 2.4, Жиры 1.4, Углеводы 2.7
- 100 **Котлета куриная**
Филе куриное, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи
Белки 11.9, Жиры 7, Углеводы 6.7
- 150 **Макароны отварные**
Паста, соль, масло подсолнечное
Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2
- 200 **Напиток из шиповника**
Шиповник, сахар, сок лимона
Белки 0.2, Углеводы 8.9
- 20 **Хлеб**
Пшеничный, ржаной
Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД **230**
VEGETARIAN SET LUNCH

- 120 **Салат витаминный**
Капуста б/к, морковь, зелень, сок лимона, масло подсолнечное, соль, специи
Белки 1.5, Жиры 3.1, Углеводы 10.5
- 250 **Суп овощной**
Морковь, капуста цветная, картофель, брокколи, фасоль, лук, масло, соль
Белки 1.1, Жиры 1.5, Углеводы 7.8

Выход г / мл		Цена руб.
150	Булгур с овощами Булгур, морковь, лук, горошек, фасоль, перец сладкий, масло подсолнечное, соль Белки 3, Жиры 1.4, Углеводы 17.4	
200	Напиток из шиповника Шиповник. сахар, сок лимона Белки 0.2, Углеводы 8.9	
20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ COLD SNACKS

120	Салат витаминный Капуста б/к, морковь, зелень, сок лимона, масло подсолнечное, соль, специи Белки 1.5, Жиры 3.1, Углеводы 10.5	60-00
120	Салат из свежих овощей Помидор, огурец, капуста пекинская, зелень, масло подсолнечное, соль Белки 1.6, Жиры 4.4, Углеводы 8.3	60-00
120	Салат из свеклы с маслом Свекла, масло подсолнечное, соль Белки 1.5, Жиры 8.8, Углеводы 6.8	60-00
120	Салат берлинский с ветчиной Ветчина, сыр, зелень, майонез, соль, специи Белки 11.3, Жиры 13.1, Углеводы 3.9	80-00
120	Салат цезарь с курицей Салат айсберг, салат китайский, филе куриное, томат, соус цезарь, сыр, гренки пшеничные Белки 12, Жиры 3, Углеводы 8	80-00

ПЕРВЫЕ БЛЮДА FIRST COURSE

250	Суп картофельный с курицей Бульон, лук, зелень, паста томатная, курица, морковь, картофель, масло, соль Белки 2.4, Жиры 1.4, Углеводы 2.7	70-00
250	Суп овощной Морковь, капуста цветная, картофель, брокколи, фасоль, лук, масло, соль Белки 1.1, Жиры 1.5, Углеводы 7.8	70-00

ВТОРЫЕ БЛЮДА SECOND COURSE

100	Котлета куриная Филе куриное, панировочные сухари, молоко, хлеб, лук, соль, специи Белки 11.9, Жиры 7, Углеводы 6.7	120-00
-----	--	--------

Выход г / мл		Цена руб.
100	Отбивная из куриного филе с сыром и ветчиной Куриное филе, ветчина, специи, соль, сыр Белки 12.1, Жиры 13, Углеводы 14.9	150-00
100	Свинина по французски Свинина, мука, помидор, лук, сыр, соль, масло Белки 10, Жиры 23, Углеводы 4.6	150-00
100	Филе индейки по гавайски Филе индейки, ананас, масло подсолнечное, сыр, майонез, специи Белки 16.8, Жиры 6.8, Углеводы 2.9	150-00
100	Филе куриное на пару Филе куриное, соль, масло Белки 21.2, Жиры 1.2, Углеводы 0.9	150-00

ГАРНИРЫ

SIDE DISH

150	Булгур с овощами Булгур, морковь, лук, горошек, фасоль, перец сладкий, масло подсолнечное, соль Белки 3, Жиры 1.4, Углеводы 17.4	80-00
150	Макароны отварные Паста, соль, масло подсолнечное Белки 3.5, Жиры 0.4, Углеводы 23.2	60-00
150	Гречка отварная Крупа гречневая, масло, соль Белки 3, Жиры 3.4, Углеводы 14.6	60-00

НАПИТКИ

DRINK

200	Напиток из шиповника Шиповник. сахар, сок лимона Белки 0.2, Углеводы 8.9	30-00
-----	---	-------

ДРУГОЕ

OTHER

20	Хлеб Пшеничный, ржаной Белки 8, Жиры 1.2, Углеводы 47	4-00
----	--	------