

МЕНЮ

На 12 Сентября 2025 года

ОБЕД 11:30-15:30

Выход	Наименование блюда	Цена
1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ		
150 г	САЛАТ "ВДОХНОВЕНИЕ" /овощной с кедровыми орешками, изюмом и бальзамиком/	154,00
130 г	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С АВОКАДО, КИВИ И МАСЛОМ	135,00
150.2 г	ВИНЕГРЕТ	96,00
35.35.10 г	СЕЛЬДЬ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ И ЯЙЦОМ	120,00
150 г	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ	140,00
150 г	СМУЗИ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	120,00
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА		
250.20 г	СУП-ПЮРЕ КУРИНЫЙ	192,00
250 г	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ /постные/	108,00
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА		
120.30 г	ФИЛЕ КУРИНОЕ ПО-АЛЖИРСКИ /с имбирём, мёдом, миндалём и апельсиновым соусом/	226,00
160.30 г	ЧИМИЧАНГА /куриная с овощами, кукурузой, острым перчиком и сыром/	210,00
110 г	КОТЛЕТА "СОЧИНСКАЯ" /говядина, бекон, болгарский перец/	255,00
150 г	"ПАПРИКАШ"/со свиной шейкой, овощами и паприкой/	218,00
120 г	КУДРЯВЧИКИ РЫБНЫЕ /филе трески, яйцо, соевый соус, мука/	194,00
75 г	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ	298,00
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	498,00
4.ГАРНИРЫ		
150 г	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ С ПЕРЦЕМ И ГРИБАМИ	153,00
175 г	СТЕКЛЯННАЯ ЛАПША С ОВОЩАМИ	130,00
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	104,00
150 г	ГРЕЧКА	62,00
5.НАПИТКИ		
200 г	КОМПОТ "АССОРТИ"	40,00
6.ХЛЕБ		
1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	5,00
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,00
1шт.(20г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	5,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ		
200 г	РЯЖЕНКА	72,00
200 г	КЕФИР	72,00

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮД

Выход	Наименование блюда	Белки (на порц.)	Жиры (на порц.)	Углеводы (на порц.)	Энерг. ценность ККАЛ (на порц.)
1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
150.2 г	ВИНЕГРЕТ	2,2	12,2	14,0	174,7
35.35.10 г	СЕЛЬДЬ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ И ЯЙЦОМ	6,8	16,2	2,7	183,9
150 г	СМУЗИ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	1,1	0,1	28,7	120,5
130 г	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С АВОКАДО, КИВИ И МАСЛОМ	1,6	12,0	7,2	143,7
150 г	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ	1,6	4,1	3,4	57,2
150 г	САЛАТ "ВДОХНОВЕНИЕ" /овощной с кедровыми орешками, изюмом и бальзамиком/	3,3	13,8	20,5	219,2
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
250 г	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ /постные/	4,6	8,8	21,3	183,2
250.20 г	СУП-ПЮРЕ КУРИНЫЙ	13,5	32,9	21,3	435,5
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА					
120 г	КУДРЯВЧИКИ РЫБНЫЕ /филе трески, яйцо, соевый соус, мука/	17,3	26,2	11,6	351,3
160.30 г	ЧИМИЧАНГА /куриная с овощами, кукурузой, острым перчиком и сыром/	25,2	32,8	46,5	582,3
150 г	"ПАПРИКАШ"/со свиной шейкой, овощами и паприкой/	16,7	36,9	12,0	447,1
120.30 г	ФИЛЕ КУРИНОЕ ПО-АЛЖИРСКИ /с имбирём, мёдом, миндалём и апельсиновым соусом/	46,1	45,2	24,4	689,2
110 г	КОТЛЕТА "СОЧИНСКАЯ" /говядина, бекон, болгарский перец/	25,2	28,0	7,4	382,8
75 г	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ	15,0	7,8	0,7	132,4
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	17,3	10,7	0,0	164,9
4.ГАРНИРЫ					
150 г	ГРЕЧКА	9,1	10,5	39,3	287,7
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	4,3	9,3	33,0	232,7
175 г	СТЕКЛЯННАЯ ЛАПША С ОВОЩАМИ	2,6	12,1	74,6	417,8
150 г	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ С ПЕРЦЕМ И ГРИБАМИ	2,8	12,3	6,0	145,6
5.НАПИТКИ					
200 г	КОМПОТ "АССОРТИ"	0,2	0,1	27,7	112,4
6.ХЛЕБ					
1шт.(20г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	1,4	0,3	8,2	40,6
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,9	0,7	12,9	65,4

1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,2	0,2	7,4	36,5
	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ				
200 г	КЕФИР	6,0	6,6	8,2	116,2
200 г	РЯЖЕНКА	5,8	6,4	8,2	113,6