



**МЕНЮ
НА 15 СЕНТЯБРЯ 2026
ОБЕД 11:30-15:45**

Выход	Наименование блюда	Цена
1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ		
120 г	ЯЙЦО С ГАРНИРОМ	124,00
130 г	РЕДИС С ОГУРЦОМ И СМЕТАНОЙ	140,00
120 г	КОРЕЙСКАЯ МОРКОВЬ /с крабовым мясом и зелёным салатом/	130,00
120 г	САЛАТ ИЗ СТЕБЛЯ СЕЛЬДЕРЕЯ С ОГУРЦОМ И МАСЛОМ	120,00
100 г	ПОМИДОРЫ С МАСЛОМ И ЗЕЛЕНЬЮ	120,00
125.30 г	ШОКОЛАДНАЯ "ПАННА КОТТА" /с вишнёвым соусом/	265,00
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА		
280.20 г	БОРЩ "МОСКОВСКИЙ" /с мясным набором и сметаной/	188,00
250 г	ЛАПША ГРИБНАЯ	140,00
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА		
275	ФАРФАЛЛЕ С ТОМАТАМИ "ЧЕРРИ" /кабачками и сыром "грана падано"/	302,00
250 гр	РИС ПО-КАНТОНСКИ /с куриным филе и креветками/	328,00
100 г	СУДАК ЖАРЕННЫЙ	340,00
75.75 г	СВИНИНА ПО-КРИТСКИ /с перцем, сливками, сыром и базиликом/	286,00
100.30 г	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАНОЙ	264,00
125 г	ФИЛЕ КУРИНОЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ /с томатами, базиликом и сыром/	260,00
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	563,00
75 г	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ	388,00
135 г	ТЫКВА ЗАПЕЧЁННАЯ С ПЕРСИКОМ И РОЗМАРИНОМ	170,00
4.ГАРНИРЫ		
200 г	РАТАТУЙ /помидоры, перец, баклажаны, кабачки, базилик/	300,00
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110,00
200 г	БУЛГУР С ТОМАТОМ	90,00
5.НАПИТКИ		
200 г	КОМПОТ ВИШНЁВЫЙ	55,00
6.ХЛЕБ		
1шт.(20г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	5,00
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,00
1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	5,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ		
200 г	РЯЖЕНКА	92,00



200 г КЕФИР

75,00



БУЛКА
кофе



-20%

**НА ВСЮ
ВЫПЕЧКУ И ДЕСЕРТЫ
ИЗ ВИТРИНЫ
С 15:00**

📍 Столовая ЦМТ, подъезд 3
🕒 8:00 - 16:00

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					
100 г	ПОМИДОРЫ С МАСЛОМ И ЗЕЛЕНЬЮ	0,2	10,9	3,5	112,9
120 г	САЛАТ ИЗ СТЕБЛЯ СЕЛЬДЕРЕЯ С ОГУРЦОМ И МАСЛОМ	1,1	10,0	2,2	103,3
120 г	ЯЙЦО С ГАРНИРОМ	4,1	19,0	7,0	215,7
120 г	КОРЕЙСКАЯ МОРКОВЬ /с крабовым мясом и зелёным салатом/	2,0	15,6	15,6	211,1
130 г	РЕДИС С ОГУРЦОМ И СМЕТАНОЙ	1,3	4,1	2,8	53,5
125.30 г	ШОКОЛАДНАЯ "ПАННА КОТТА" /с вишнёвым соусом/	6,1	32,5	40,7	479,2
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
250 г	ЛАПША ГРИБНАЯ	6,8	9,9	39,0	271,9
280.20 г	БОРЩ "МОСКОВСКИЙ" /с мясным набором и сметаной/	9,9	21,6	30,3	355,0
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА					
135 г	ТЫКВА ЗАПЕЧЁННАЯ С ПЕРСИКОМ И РОЗМАРИНОМ	1,0	3,5	37,0	183,5
125 г	ФИЛЕ КУРИНОЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ / с томатами, базиликом и сыром/	27,3	16,5	6,8	285,3
100.30 г	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ СО СМЕТАНОЙ	28,0	33,7	19,5	492,9
75.75 г	СВИНИНА ПО-КРИТСКИ /с перцем, сливками, сыром и базиликом/	12,5	38,1	4,5	410,6
275	ФАРФАЛЛЕ С ТОМАТАМИ "ЧЕРРИ" /кабачками и сыром "грана падано"/	15,0	13,2	91,6	545,3
250 гр	РИС ПО-КАНТОНСКИ /с куриным филе и креветками/	27,1	23,5	94,3	696,6



100 г	СУДАК ЖАРЕННЫЙ	18,1	1,6	0,0	86,8
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

200 г	БУЛГУР С ТОМАТОМ	29,4	8,0	140,7	751,9
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	4,3	9,3	33,0	232,7
200 г	РАТАТУЙ /помидоры, перец, баклажаны, кабачки, базилик/	3,6	25,2	21,9	328,9

5.НАПИТКИ

200 г	КОМПОТ ВИШНЁВЫЙ	0,3	0,0	27,3	110,6
-------	-----------------	-----	-----	------	-------

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