



МЕНЮ
НА 27 ИЮЛЯ 2026
ОБЕД 11:30-15:45

Выход	Наименование блюда	Цена
1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ		
150 г	САЛАТ "ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ" /рыбный/	240,00
130 г	ПОМИДОРЫ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	152,00
120 г	САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ /с перцем, зеленью и маслом/	128,00
120 г	САЛАТ ИЗ СТЕБЛЯ СЕЛЬДЕРЕЯ С ОГУРЦОМ И МАСЛОМ	120,00
130 г	СВЁКЛА ОТВАРНАЯ /с грецким орехом, изюмом и маслом/	110,00
150 г	КЛУБНИЧНЫЙ СМУЗИ	110,00
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА		
250 г	СУП-ПЮРЕ ИЗ БРОККОЛИ	200,00
285.20 г	ПОХЛЁБКА "СТАРОМОСКОВСКАЯ" /с мясным набором, грибами и сметаной/	192,00
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА		
300 г	ФАРФАЛЛЕ С КУРИНЫМ ФИЛЕ И ГРИБАМИ	437,00
130 г	ШНИЦЕЛЬ СВИНОЙ В ЯЙЦЕ	225,00
140 г	"КОК ТАЛ" /рыба запечённая с овощами/	332,00
75.75 г	АЗУ ПО-ТАТАРСКИ	402,00
100 г	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ С СЫРОМ И ОВОЩАМИ	198,00
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	563,00
100 г	ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ОТВАРНОЕ	345,00
200.30 г	ВАРЕНИКИ /с творогом и сметаной/	312,00
4.ГАРНИРЫ		
200 г	МЕКСИКАНСКАЯ СМЕСЬ	150,00
200 г	ЗЕЛЁНАЯ ЧЕЧЕВИЦА С ОВОЩАМИ	120,00
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110,00
150 г	ГРЕЧКА	65,00
5.НАПИТКИ		
200 г	НАПИТОК "ОБЛЕПИХОВЫЙ"	60,00
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	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					
130 г	СВЁКЛА ОТВАРНАЯ /с грецким орехом, изюмом и маслом/	3,8	17,0	29,4	285,8
150 г	КЛУБНИЧНЫЙ СМУЗИ	1,0	0,2	27,9	117,6
120 г	САЛАТ ИЗ СТЕБЛЯ СЕЛЬДЕРЕЯ С ОГУРЦОМ И МАСЛОМ	1,1	10,0	2,2	103,3
120 г	САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ /с перцем, зеленью и маслом/	0,9	10,0	3,1	105,8
130 г	ПОМИДОРЫ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	0,8	5,2	4,9	69,8
150 г	САЛАТ "ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ" /рыбный/	6,5	16,6	29,9	294,9
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
285.20 г	ПОХЛЁБКА "СТАРОМОСКОВСКАЯ" /с мясным набором, грибами и сметаной/	9,3	18,1	15,4	262,2
250 г	СУП-ПЮРЕ ИЗ БРОККОЛИ	7,3	29,4	22,9	384,9
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА					
100 г	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ С СЫРОМ И ОВОЩАМИ	24,5	18,7	7,9	297,3
130 г	ШНИЦЕЛЬ СВИНОЙ В ЯЙЦЕ	17,6	29,2	13,4	387,0
200.30 г	ВАРЕНИКИ /с творогом и сметаной/	21,0	10,4	60,1	418,1
140 г	"КОК ТАЛ" /рыба запечённая с овощами/	18,5	14,8	6,7	233,8
100 г	ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ОТВАРНОЕ	21,6	12,0	0,3	195,8
75.75 г	АЗУ ПО-ТАТАРСКИ	16,3	3,8	6,6	125,8



150.150 г	ФАРФАЛЛЕ С КУРИНЫМ ФИЛЕ И ГРИБАМИ	35,8	47,5	110,1	1 011,1
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
200 г	ЗЕЛЁНАЯ ЧЕЧЕВИЦА С ОВОЩАМИ	32,2	10,5	71,9	510,6
200 г	МЕКСИКАНСКАЯ СМЕСЬ	5,5	11,5	14,7	184,4
5.НАПИТКИ					
200 г	НАПИТОК "ОБЛЕПИХОВЫЙ"	0,5	2,2	29,0	137,4
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