

## МЕНЮ НА 14 МАЯ 2026 ОБЕД 11:30-15:45

Выход	Наименование блюда	Цена
<b>1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>		
150 г	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДИ ПО-РУССКИ	160,00
130 г	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С АВОКАДО, КИВИ И МАСЛОМ	185,00
150 гр	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ПЕРЦЕМ И МАСЛОМ	162,00
120 г	РЕДИС С ЯЙЦОМ, ЗЕЛЁНЫМ ЛУКОМ И СМЕТАНОЙ	135,00
150 г	САЛАТ "КАПУСТНЫЙ" /С ОГУРЦОМ/	88,00
150 г	КЛУБНИЧНО-БАНАНОВЫЙ "БРИЗ"	120,00
<b>2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>		
250г	УХА "АМУРСКАЯ" /судак, сёмга, горбуша, пикша/	264,00
270.20 г	СУП "ЧИЛИ КОН КАРНЕ" /с говяжьим фаршем и сметаной/	214,00
<b>3.ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>		
150 г	"РОПА ВЪЕХА" /говядина тушёная с овощами, каперсами и специями/	345,00
240 г	МАКАРОНЫ ПО-ДОМАШНЕМУ / с фаршем из говядины и овощами/	323,00
115 г	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ /с грибами и сыром/	252,00
100 г	СВИНИНА В ГОРЧИЧНО-МЕДОВОМ СОУСЕ	234,00
100.25 г	КОЛБАСКИ ПО-ТАЙСКИ С СОУСОМ "ЧИЛИ" /куриные с кунжутным маслом и "Карри"/	216,00
100 г	ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	190,00
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	552,00
150.30 г	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ /с курагой и сметаной/	250,00
<b>4.ГАРНИРЫ</b>		
250 г	КУС-КУС С ОВОЩАМИ	290,00
200 г	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И МОРКОВЬЮ	122,00
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	104,00
200 г	БУЛГУР С ТОМАТОМ	90,00
<b>5.НАПИТКИ</b>		
200 г	КЛЮКВЕННЫЙ НАПИТОК	64,00
<b>6.ХЛЕБ</b>		
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

## ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮД

Выход	Наименование блюда	Белки (на порц.)	Жиры (на порц.)	Углеводы (на порц.)	Энерг. ценность ККАЛ (на порц.)
<b>1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>					
150 г	САЛАТ "КАПУСТНЫЙ" /С ОГУРЦОМ/	1,9	10,1	10,5	140,6
150 г	КЛУБНИЧНО-БАНАНОВЫЙ "БРИЗ"	1,2	0,2	23,9	102,6
120 г	РЕДИС С ЯЙЦОМ, ЗЕЛЁНЫМ ЛУКОМ И СМЕТАНОЙ	3,7	6,3	2,6	81,6
150 г	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДИ ПО-РУССКИ	7,8	20,6	8,3	249,4
150 гр	САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ПЕРЦЕМ И МАСЛОМ	1,4	10,3	4,4	115,8
130 г	САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С АВОКАДО, КИВИ И МАСЛОМ	1,6	12,0	7,2	143,7
<b>2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
270.20 г	СУП "ЧИЛИ КОН КАРНЕ" /с говяжьим фаршем и сметаной/	18,6	12,2	22,0	272,0
250г	УХА "АМУРСКАЯ" /судак, сёмга, горбуша, пикша/	11,6	10,5	22,9	232,4
<b>3.ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
100 г	ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	23,6	1,9	0,7	114,5
100.25 г	КОЛБАСКИ ПО-ТАЙСКИ С СОУСОМ "ЧИЛИ" /куриные с кунжутным маслом и "Карри"/	24,4	17,3	10,8	296,7
100 г	СВИНИНА В ГОРЧИЧНО-МЕДОВОМ СОУСЕ	19,6	54,7	10,6	613,4
150.30 г	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ /с курагой и сметаной/	18,9	19,9	28,6	368,8
115 г	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ /с грибами и сыром/	17,2	28,8	4,5	345,9
240 г	МАКАРОНЫ ПО-ДОМАШНЕМУ / с фаршем из говядины и овощами/	37,3	11,9	108,4	690,0
150 г	"РОПА ВЪЕХА" /говядина тушёная с овощами, каперсами и специями/	12,0	8,1	5,8	144,4
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	17,3	10,7	0,0	164,9
<b>4.ГАРНИРЫ</b>					
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	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И МОРКОВЬЮ	3,7	10,5	9,2	145,9
250 г	КУС-КУС С ОВОЩАМИ	18,9	17,3	113,5	685,5
<b>5.НАПИТКИ</b>					



200 г	КЛЮКВЕННЫЙ НАПИТОК	0,2	0,0	26,6	106,8
6.ХЛЕБ					
1 шт.(20г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	1,4	0,3	8,2	40,6
1 шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,9	0,7	12,9	65,4
1 шт.(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