

Пищевая и энергетическая ценность ОБЕДЕННОГО МЕНЮ (09.01-24.01)



наименование	состав	выход, г	пищевая и энергетическая ценность в 100 гр				цена
			белки	жиры	углеводы	калорийность	
<b>Салаты</b>							
<b>Салат Полянка с телячьим языком</b>	Сыр Гауда, язык говяжий отварной, шампиньоны жареные, картофель отварной, майонез, яйцо куриное, зелень свежая,	<b>180</b>	9,10	28,50	7,00	320,70	<b>370</b>
<b>Салат "Панцанелла"</b>	помидоры свежие, огурцы свежие, перец сладкий свежий, салат листовой, маслины б/к, гренки, соус свежие травы (масло растительное, зелень свежая, лимон, чеснок св)	<b>150</b>	2,00	2,20	10,60	70,20	<b>290</b>
<b>Цезарь с цыпленком</b>	салат Романо, хлеб, помидоры свежие, окорочка куриные с/м, сыр Пармезан, соус Цезарь ( майонез, сметана, тунец консервированный, каперсы, сыр пармезан)	<b>150</b>	9,1	14,7	7,7	199	<b>390</b>
<b>Винегрет с сельдью</b>	Картофель отварной, морковь отварная, свекла отварная, капуста квашенная, огурцы конс., горошек конс., филе сельди маринованной, соль, сахар, масло растительное	<b>190</b>	3,80	11,40	10,80	161,00	<b>250</b>
<b>Супы</b>							
<b>Щи из квашеной капусты с говядиной</b>	капуста квашеная, картофель свежий, лук репчатый, морковь свежая, говядина б/к, сметана	<b>250</b>	3,60	2,80	3,80	54,90	<b>270</b>
<b>Куриный бульон с яйцом</b>	куриное филе, морковь свежая, лук репчатый, яйцо куриное, зелень свежая	<b>250</b>	10,6	7,1	16,2	171,3	<b>230</b>
<b>Сырный крем-суп</b>	лук репчатый, морковь свежая, картофель свежий, сыр плавленый, сливки 33%, вино белое столовое, масло растительное	<b>250</b>	4,5	9,7	12,8	156	<b>250</b>
<b>Горячие блюда</b>							

<b>Мясные котлеты с грибным соусом</b>	свинина б/к, куриное филе, говядина б/к лук репчатый, молоко, мука пшеничная, грибы шампиньоны, сливки, масло растительное	<b>120/30</b>	15,90	19,50	6,70	266,30	<b>430</b>
<b>Паста с креветками и овощами в сливочном соусе</b>	креветки тигровые, спагетти, помидоры черри, кабачки, сельдерей стебель, сливки 33%, брокколи, сыр пармезан, масло растительное, базилик свежий, сок лимона, чеснок свежий	<b>240</b>	10,3	20	17,2	289,6	<b>590</b>
<b>Люля кебаб из курицы со сметанным соусом</b>	куриное филе, сало свиное, лук репчатый, сметана, майонез, зелень, чеснок, лаваш	<b>130/30</b>	18,4	17,5	12,1	239	<b>390</b>
<b>Филе минтая в кляре</b>	минтай филе, соль, мука пшеничная, пиво светлое, яйцо куриное, сахар песок, сметана, майонез, зелень св, чеснок	<b>120/30</b>	14,40	12,00	9,00	201,40	<b>370</b>
<b>Гарниры</b>							
<b>Пюре картофельное</b>	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль	<b>150</b>	2,9	8,2	15,8	149	<b>130</b>
<b>Макароны с сыром</b>	макаронные изделия, масло сливочное, сыр Гауда	<b>150</b>	6,7	6,3	30,9	207	<b>130</b>
<b>Капустный салат</b>	капуста б/к свежая, огурцы свежие, перец сладкий свежий, лук репчатый, масло растительное, зелень, морковь свежая	<b>150</b>	1,6	5,1	10,0	92	<b>130</b>
<b>Десерты</b>							
<b>Королевская ватрушка с творогом</b>	творог, сахар песок, яйцо куриное, разрыхлитель, ванилин, мука пшеничная, масло сливочное, сахарная пудра, мята свежая	<b>100</b>	13,8	11	31,5	280,7	<b>230</b>
<b>Торт "Дамские пальчики"</b>	яйцо куриное, мука пшеничная, масло сливочное, сахар песок, сметана, сливки шантипак, мята свежая, клубника свежая, пюре клубничное, лайм	<b>110</b>	4,5	20,7	27,2	314	<b>250</b>
<b>Пирожок с капустой</b>	яйцо куриное, капуста б/к свежая, масло растительное, соль, перец ч/м, тесто дрожжевое (мука пшеничная, масло сливочное, сахар, соль, яйцо куриное, масло растительное)	<b>50</b>	7,90	7,00	34,20	273,80	<b>90</b>
<b>Пирожок с луком и яйцом</b>	лук зеленый свежий, яйцо куриное, соль, масло сливочное, тесто дрожжевое	<b>50</b>	9,70	18,90	30,40	330,40	<b>90</b>

<b>Пирожок с картофелем и грибами</b>	тесто дрожжевое, картофель свежий, шампиньоны свежие, лук репчатый, масло растительное	<b>50</b>	8,50	20,80	34,60	359,40	<b>90</b>
<b>Расстегай с семгой</b>	семга филе с/м, лук репчатый масло сливочное, соль, перец ч/м, зелень, тесто дрожжевое, яйцо куриное	<b>50</b>	17,4	30	36,4	485,4	<b>230</b>
<b>Напитки</b>							
<b>Эспрессо</b>	кофе в зернах, вода	<b>50</b>	0,50	0,50	0,60	8,80	<b>90</b>
<b>Американо</b>	кофе в зернах, вода	<b>200</b>	0,5	0,5	0,6	8,8	<b>90</b>
<b>Капучино</b>	кофе в зернах, вода, молоко	<b>200</b>	2,10	2,60	5,30	52,50	<b>170</b>
<b>Фреш яблоко</b>	яблоки свежие	<b>200</b>	0,40	0,40	11,60	51,60	<b>290</b>
<b>Фреш апельсин</b>	апельсины	<b>200</b>	0,90	0,20	10,30	46,60	<b>330</b>
<b>Морс ягодный</b>	клюква, брусника, вода, сахар песок	<b>250</b>	0,1	0	13,1	53,4	<b>170</b>
<b>Чай черный, зеленый</b>		<b>250/500</b>	0,2	0,1	0	1,4	<b>50/130</b>
<b>Лимонад дня</b>	сорбе черная смородина, апельсиновый сок, сахарный сироп, апельсин, лимон	<b>250</b>	0	0	0,2	0,8	<b>150</b>
<b>Коктейль "Мимоза"</b>	сок апельсиновый, вино игристое белое	<b>150</b>	0,5	0,1	8,9	38,2	<b>250</b>

\***Бульон куриный сухой:** Соль, усилители вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой.

\***Бульон говяжий сухой:** Соль, усилители вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, растительный жир, ароматизаторы (содержат молочные продукты), краситель сахарный колер III, фарш говяжий сухой.