

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

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

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

***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.