

Пищевая и энергетическая ценность ОБЕДЕННОГО МЕНЮ (15.04-26.04)



наименование	состав	выход, г	пищевая и энергетическая ценность в 100 гр				цена
			белки	жиры	углеводы	калорийность	
<b>Салаты</b>							
<b>Салат с омлетом и копченой куриной грудкой</b>	Фунчоза отварная, яйцо куриное, молоко, огурцы свежие, куриная грудка копченая, морковь по корейски, соус свежие травы (масло растительное, зелень свежая, чеснок св., лимон), соус ворчестерский, кунжут	150	7,20	17,40	28,00	297,10	250
<b>Салат с жареной говядиной и яйцом</b>	говядина б/к, огурцы конс, морковь св., лук репчатый, салат листовой, соус бальзамический, яйцо куриное, соус свежие травы (зелень свежая, лимон, чеснок свежий, масло растительное)	120	12,1	21,1	6,8	267	330
<b>Салат с медовой свеклой</b>	помидоры черри, свекла, мед, салат листовой, сыр крематта, соус бальзамический, соус свежие травы (масло растительное, зелень свежая, сок лимона, чеснок свежий), орех кедровый	150	3,70	10,00	18,00	177,60	270
<b>Форшмак из сельди с гренками из бородинского хлеба</b>	лук репчатый, яблоки свежие, сельдь филе, масло сливочное, майонез, лук зеленый, хлеб бородинский, редис, укроп св	140	8,20	36,80	17,50	433,70	210
<b>Супы</b>							
<b>Куриный бульон с фрикадельками</b>	морковь свежая, лук репчатый, курица с/м, зелень свежая, макаронные изделия, перец ч/м	260	4,8	3,8	3,8	68	190
<b>Борщ с куриным филе и ржаной булочкой</b>	картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, свекла свежая, капуста б/к, уксус пищевой, соль, сахар, масло растительное, куриное филе, булочка ржаная, чеснок, сметана	260/60	5,8	8,9	13,0	155	230
<b>Грибной суп со сметаной</b>	картофель св., лук репчатый, грибы лесные, сметана, лук зеленый, масло растительное, лавровый лист	250	1,00	4,90	3,40	61,50	210
<b>Горячие блюда</b>							
<b>Тигровые креветки с молодым картофелем и соусом тар-тар</b>	креветки тигровые, картофель мини, чеснок св, лимон, сметана, майонез, зелень свежая, огурцы консервированные, лук репчатый красный, мед	90/120/30	10,2	8,1	10,2	154,1	670
<b>Паста "Карбонара"</b>	паста спагетти, бекон х/к, сливки 33%, яйцо куриное, сыр пармезан, масло растительное	210	10,2	24,9	24,5	363	330

<b>Люля кебаб из телятины с сыром</b>	говядина б/к, свинина б/к, лук репчатый, батон, молоко, масло сливочное, сало свиное свежее, лаваш, огурцы св, помидоры св, лук зеленый, зелень свежая, лук маринованный, соус томатный ( томат паста, сахар, соль, кинза свежая, соус чили, соус соевый, чеснок, лук репчатый, перец ч/м)	<b>130./30</b>	12,9	19,9	14,4	288,3	<b>450</b>
<b>Тeftели из индейки с соусом Демиглас</b>	индейка филе с/м, куриные окорочка, лук репчатый сливки 33%, соус демиглас (сливки 33%, *соус демиглас, чеснок св, тимьян свежий)	<b>120/30</b>	17,6	26,7	1,8	318	<b>370</b>
<b>Скумбрия, запеченная с тимьяном и горчицей</b>	скумбрия филе, горчица дижонская, тимьян свежий, лимон, масло растительное, зелень свежая, чеснок свежий.	<b>90</b>	15,10	22,80	1,30	270,40	<b>390</b>

**Гарниры**

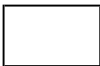
<b>Пюре картофельное:</b>	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль	<b>150</b>	2,9	8,2	15,8	149	<b>100</b>
<b>Греча с грибами</b>	крупа гречневая, масло растительное, грибы шампиньоны	<b>150</b>	5,1	7,1	24,7	183	<b>100</b>
<b>Капустный салат:</b>	капуста б/к свежая, огурцы свежие, перец сладкий свежий, лук репчатый, масло растительное, зелень, морковь свежая	<b>150</b>	1,6	5,1	10,0	92	<b>100</b>

**Десерты**

<b>Вафельная трубочка с сырным кремом</b>	яйцо куриное, масло сливочное, сахар песок, мука пшеничная, ванилин, сыр маскарпоне, сливки, пудра сахарная, шоколад молочный, шоколад темный, какао масло, микс орехов, масло растительное, кресс салат	<b>70</b>	14,00	36,00	43,00	422,00	<b>250</b>
<b>Брусничная шарлотка</b>	марципан, сахар песок, масло сливочное, яйцо куриное, мука пшеничная, разрыхлитель, брусника с/м	<b>105</b>	4,10	11,50	45,60	302,10	<b>270</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	11,70	34,20	273,80	<b>70</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>70</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>70</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>170</b>

**Напитки**

<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>150</b>
<b>Фреш яблоко</b>	яблоки свежие	<b>200</b>	0,40	0,40	11,60	51,60	<b>210</b>
<b>Фреш апельсин</b>	апельсины	<b>200</b>	0,90	0,20	10,30	46,60	<b>290</b>
<b>Морс ягодный</b>	клюква, брусника, вода, сахар песок	<b>250</b>	0,1	0	13,1	53,4	<b>150</b>



<b>Чай черный, зеленый</b>		<b>250/500</b>	0,2	0,1	0	1,4	<b>50/130</b>
<b>Котейль "Мимоза"</b>	сок апельсиновый, вино игристое белое	<b>150</b>	0,5	0,1	8,9	38,2	<b>210</b>

\*Соус Демиглас сухой : Пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи, (лук, томаты, корень сельдерея), загуститель E1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота).