

Пищевая и энергетическая ценность ОБЕДЕННОГО МЕНЮ (02.05-15.05)



наименование	состав	выход, г	пищевая и энергетическая ценность в 100 гр				цена
			белки	жиры	углеводы	калорийность	
Салаты							
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	250
Салат "Вильдорф"	Яблоки свежие, сельдерей стебель, куриное филе, виноград, огурцы свежие, орехи грецкие, майонез	150	6,3	11,4	6,6	154,3	230
Салат со снежным крабом и сметанной заправкой	мясо снежного краба, салат листовой, лук репчатый красный, помидоры черри, сметана	150	7,2	4,4	2,9	80,9	270
Салат с телячьим языком	салат листовой, заправка медово-горчичная (мед, горчица дижонская, майонез), язык отварной, масло растительное, орегано, чеснок св, помидоры черри, яйцо перепелиное	120	6,80	10,80	4,60	142,70	450
Супы							
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	190
Рассольник с говядиной и сметаной	крупа перловая, огурцы конс, морковь свежая, лук репчатый, картофель свежий, говядина б/к, сметана, зелень св	270	6,2	7,9	5,3	116,7	230
Окрошка с колбасой и сметаной	картофель отварной, огурцы свежие, лук зеленый, яйцо куриное, колбаса вареная, редис свежий, зелень свежая, квас, горчица, хрен, сметана	280	5,4	3,8	6	79,7	230
Горячие блюда							

Пожарская котлета с грибным соусом	куриные окорочка б/к с/м, соль, лук репчатый, перец ч*м, яйцо куриное, батон, мука пшеничная, соус грибной (шампиньоны свежие, молоко, горчица дижонская, сливки 33%, лук репчатый, масло растительное)	130/30	17,2	8,7	21,4	232,1	290
Шашлычок из свинины с томатным соусом	свинина шея, лук репчатый, паприка молотая, базилик сухой, лаваш, соус томатный (паста томатная, соус соевый, кинза свежая, чеснок свежий, сахар, соль, соус чили, лук репчатый)	120./30	14,50	22,40	15,50	321,70	370
Окунь, запеченный в конверте с овощами	окунь, картофель отварной, морковь отварная, сельдерей стебель, перец болгарский, брокколи, кабачки св, масло сливочное, соус свежие травы (зелень свежая, масло растительное, лимон, чеснок св)	200	12,80	10,30	8,20	176,70	450
Люля кебаб из баранины с томатным соусом	баранина с/м, куриное филе с/м, лук репчатый, соль, перец ч/м, соус томатный (томатная паста, сахар, соль, кинза, соус чили, соус соевый, чеснок, перец ч/м), лаваш	130/30	18,10	12,60	14,30	243,00	430
Гарниры							
Пюре картофельное:	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль	150	2,9	8,2	15,8	149	100
Рис с овощами	крупа рисовая, горошек зеленый с/м, кукуруза конс, морковь свежая, перец болгарский	150	0,9	6,3	63,9	289	100
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	100
Десерты							
Тирамису	яйцо куриное, сахар песок, мука пшеничная, шоколад темный, кофе растворимый, ликер амаретто, сливки 33%, сыр маскарпоне, желатин, какао, мята св	90	8,1	17,3	26,7	295,9	250
Кокосовый торт	Ванилин, сахар песок, молоко, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное, сливки 33%, сметана, пудра сахарная, сыр маскарпоне, мята свежая	120	5,70	17,40	31,00	303,40	210

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	11,70	34,20	273,80	70
Пирожок с луком и яйцом	лук зеленый свежий, яйцо куриное, соль, масло сливочное, тесто дрожжевое	50	9,70	18,90	30,40	330,40	70
Пирожок с картофелем и грибами	тесто дрожжевое, картофель свежий, шампиньоны свежие, лук репчатый, масло растительное	50	8,50	20,80	34,60	359,40	70
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	170
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	150
Фреш яблоко	яблоки свежие	200	0,40	0,40	11,60	51,60	210
Фреш апельсин	апельсины	200	0,90	0,20	10,30	46,60	290
Морс ягодный	клюква, брусника, вода, сахар песок	250	0,1	0	13,1	53,4	150
Чай черный, зеленый		250/500	0,2	0,1	0	1,4	50/130
Коктейль "Мимоза"	сок апельсиновый, вино игристое белое	150	0,5	0,1	8,9	38,2	210