

Пищевая и энергетическая ценность ОБЕДЕННОГО МЕНЮ (25.07-31.07)



наименование	состав	выход, г	пищевая и энергетическая ценность в 100 гр				цена
			белки	жиры	углеводы	калорийность	
Салаты							
Салат Оливье с колбасой	картофель отварной, морковь отварная, колбаса вареная, огурцы конс, горошек конс, майонез, зелень свежая, яйцо куриное, черри	150	6	17,6	6,3	208	170
Гриль-салат из сезонных овощей	кабачки св, перец болгарский свежий, баклажаны свежие, салат листовой, масло растительное, зелень свежая, лимон, чеснок св	170	1,30	0,40	6,30	34,20	230
Салат со снежным крабом и сметанной заправкой	Крабовые палочки, салат листовой, лук репчатый, помидоры черри, сметана	150	7,2	4,4	2,9	80,9	210
Паштет из индейки с ананасовым конфиюром	фарш из индейки, сало, сливки 38%, масло слив., вино, тимьян, соль, лук репч, чабатта белая, орех арахис, ананасовый конфиюр (ананасы свежие, сахар, розмарин свежий)	100	5,90	26,10	58,90	494,30	190
Супы							
Гаспачо с тартаром из огурца	томат пронто, огурцы свежие, перец болгарский свежий, масло оливковое, соус ворчестерский, соус бальзамический, перец черный ч/м, масло растительное, сок лимона, укроп, петрушка, чеснок св.	230	1,1	5,7	7,3	85	190
Щи из квашеной капусты с говядиной	капуста квашеная, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, говядина б/к, сметана 20%	250	3,6	2,8	3,8	55	190
Куриный бульон с пельменями	морковь свежая, лук репчатый, курица с/м, лавровый лист, мука пшеничная, зелень свежая, масло растительное	250	4,1	2,5	7,7	69,6	150
Горячие блюда							
Пожарская котлета со сливочно грибным соусом	куриные окорочка б/к с/м, соль, лук репчатый, перец ч*м, яйцо куриное, батон, мука пшеничная, сливки 33%, грибы шампиньоны	130/30	17,2	8,7	21,4	232,1	290
Шашлычок из свинины с томатным соусом	свинина б/к, соль, перец ч.м, лук репчатый, соус томатный (томат паста, сахар, соль, зелень свежая, лук репчатый, перец красный молотый)	120/30	14,6	22,4	15,6	322,1	290

Кассероль из белой рыбы	соус бешамель(молоко, масло сливочное, мука пшеничная, мускатный орех), минтай филе, кабачки св, картофель св, брокколи с/м, капуста цветная с/м, розмарин, тимьян, зелень свежая, сыр гауда, чеснок, масло растительное.	230	14,40	11,60	15,00	221,80	310
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, чеснок, перец ч/м), лаваш	130/30	18,10	12,60	14,30	243,00	330
Гарниры							
Рис с овощами	крупа рисовая, горошек зеленый с/м, кукуруза конс, морковь свежая, перец болгарский	150	0,9	6,3	63,9	289	100
Витаминный 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
Картофельное пюре	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль	150	2,9	8,2	15,8	149	100
Десерты							
Пирожное Шу с фундучным пралине	сливки 33%, сахар песок, смесь кремина, фундучное пралине, масло сливочное, сахар тростниковый, мука пшеничная, какао, молоко, яйцо куриное, кресс салат	105	5,90	33,30	28,70	438,50	190
Черничный торт	сахар песок, желатин, сахар песок, черника с/м, сливки растительные, сливки 33%, пудра сахарная, сыр кремлетте, яйцо куриное, мука пшеничная	80	4,6	15	30,2	274,3	150
Пирожок с капустой	яйцо куриное, капуста б/к свежая, масло растительное, соль, перец ч/м , тесто дрожжевое	50	7,90	11,70	34,20	273,80	50
Пирожок с луком и яйцом	лук зеленый свежий, яйцо куриное, соль, масло сливочное, тесто дрожжевое	50	9,70	18,90	30,40	330,40	50
Пирожок с картофелем и грибами	тесто дрожжевое, картофель свежий, шампиньоны свежие, лук репчатый, масло растительное	50	8,50	20,80	34,60	359,40	50
Растегай 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	120
Напитки							
Эспрессо	кофе в зернах, вода	50	0,50	0,50	0,60	8,80	70
Американо	кофе в зернах, вода	200	0,5	0,5	0,6	8,8	70
Капучино	кофе в зернах, вода, молоко	200	2,10	2,60	5,30	52,50	130
Фреш яблоко	яблоки свежие	200	0,40	0,40	11,60	51,60	170
Фреш апельсин	апельсины	200	0,90	0,20	10,30	46,60	170
Морс клюквенно-брусничный	клюква, брусника, вода, сахар песок	250	0,1	0	13,1	53,4	90
Чай черный, зеленый		250/500	0,2	0,1	0	1,4	40/90