

**МЕНЮ
НА 17 АВГУСТА 2026
ОБЕД 11:30-15:45**

Выход	Наименование блюда	Цена
1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ		
150 г	ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ БРЫНЗОЙ	220,00
125 г	САЛАТ "ОВОЩНОЙ" /с ароматным маслом/	135,00
130 г	САЛАТ "КРАБОВЫЙ" /с кукурузой, салатом и майонезом/	130,00
150 г	САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ /с яйцом и сметаной/	130,00
120 г	КВАШЕНАЯ КАПУСТА /с клюквой/	90,00
150 г	СМУЗИ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	138,00
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА		
275.20 г	ЩИ "ЗЕЛЁНЫЕ" /с говядиной, яйцом и сметаной/	204,00
250 г	ЛАПША ГРИБНАЯ	140,00
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА		
250 г	ФАРФАЛЛЕ С ЛОСОСЕМ /помидорами "черри", луком пореем и сливками/	450,00
140 г	ГОВЯДИНА В ПЕРЕЧНОМ СОУСЕ ПО-КИТАЙСКИ	443,00
120 г	РЫБА "БРИЗОЛЬ"	294,00
165 г	СВИНИНА ПО-ФРАНЦУЗСКИ	290,00
100.30 г	ЛЮЛЯ-КЕБАБ /куриный/	250,00
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	563,00
100 г	ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ОТВАРНОЕ	354,00
110 г	МОРКОВНЫЕ КОТЛЕТЫ ПОСТНЫЕ	82,00
4.ГАРНИРЫ		
200 г	ОВОЩНОЕ СОТЕ	150,00
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110,00
170 г	ПЕРЛОВАЯ КАША С ОВОЩАМИ	73,00
150 г	ГРЕЧКА	65,00
5.НАПИТКИ		
200 г	НАПИТОК МАНГО-МАРАКУЙЯ	50,00
6.ХЛЕБ		
1шт.(20г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	5,00
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,00
1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	5,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ		
200 г	РЯЖЕНКА	92,00

200 г КЕФИР

75,00



-20%
НА ВСЮ
ВЫПЕЧКУ И ДЕСЕРТЫ
ИЗ ВИТРИНЫ
С 15:00

Столовая ЦМТ, подъезд 3
8:00 - 16:00

БУЛКА
кофе

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮД

Выход	Наименование блюда	Белки (на порц.)	Жиры (на порц.)	Углеводы (на порц.)	Энерг. ценность ККАЛ (на порц.)
1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
120 г	КВАШЕНАЯ КАПУСТА /с клюквой/	1,9	6,1	15,1	122,3
130 г	САЛАТ "КРАБОВЫЙ" /с кукурузой, салатом и майонезом/	4,7	14,2	16,0	210,5
150 г	САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ /с яйцом и сметаной/	3,9	7,2	2,8	91,4
125 г	САЛАТ "ОВОЩНОЙ" /с ароматным маслом/	0,8	16,0	2,8	158,4
150 г	СМУЗИ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	1,1	0,1	28,7	120,5
150 г	ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ БРЫНЗОЙ	6,0	13,2	3,9	158,7
2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
250 г	ЛАПША ГРИБНАЯ	6,8	9,9	39,0	271,9
275.20 г	ЩИ "ЗЕЛЁНЫЕ" /с говядиной, яйцом и сметаной/	10,0	16,0	20,3	265,3
3.ВТОРЫЕ БЛЮДА					
110 г	МОРКОВНЫЕ КОТЛЕТЫ ПОСТНЫЕ	2,1	0,9	18,5	90,1
100.30 г	ЛЮЛЯ-КЕБАБ /куриный/	41,8	16,5	11,5	361,5
165 г	СВИНИНА ПО-ФРАНЦУЗСКИ	18,7	66,6	10,4	715,3
120 г	РЫБА "БРИЗОЛЬ"	25,7	9,4	6,5	213,8
100 г	ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ОТВАРНОЕ	21,6	12,0	0,3	195,8
140 г	ГОВЯДИНА В ПЕРЕЧНОМ СОУСЕ ПО-КИТАЙСКИ	26,1	35,7	9,1	461,7
250 г	ФАРФАЛЛЕ С ЛОСОСЕМ /помидорами "черри", луком пореем и сливками/	24,6	35,5	108,3	851,3



75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	17,3	10,7	0,0	164,9
4.ГАРНИРЫ					
150 г	ГРЕЧКА	9,1	10,5	39,3	287,7
170 г	ПЕРЛОВАЯ КАША С ОВОЩАМИ	13,4	11,4	84,1	492,8
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	4,3	9,3	33,0	232,7
200 г	ОВОЩНОЕ СОТЕ	4,4	15,8	12,3	208,6
5.НАПИТКИ					
200 г	НАПИТОК МАНГО-МАРАКУЙЯ	0,1	0,0	22,5	90,4
6.ХЛЕБ					
1шт.(20г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	1,4	0,3	8,2	40,6
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,9	0,7	12,9	65,4
1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,2	0,2	7,4	36,5
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ					
200 г	КЕФИР	6,0	6,6	8,2	116,2
200 г	РЯЖЕНКА	5,8	6,4	8,2	113,6