

МЕНЮ НА 8 МАЯ 2024 Г.

ОБЕД 11:30-15:45

Выход / р	Наименование блюда	Цена / руб.
<u>1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>		
150 г	САЛАТ "СЕЛЁДОЧНЫЙ"	140,00
150 г	ПОМИДОРЫ С БРЫЗНОЙ И ЗЕЛЁНЫМ САЛАТОМ	140,00
150 г	САЛАТ ИЗ ОГУРЦА СО СМЕТАНОЙ	130,00
150 г	САЛАТ "КАПУСТНЫЙ"	76,00
150 г	ШОКОЛАДНЫЙ СМУЗИ С БАНАНОМ	122,00
<u>2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА</u>		
35.250 г	ЛАГМАН /с фрикадельками из баранины/	146,00
250.25 г	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" /ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ/	120,00
<u>3.ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>		
150.30 г	ГРЕЧКА С ТУШЁНКОЙ И СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	165,00
290 г	ПАСТА С ГРИБАМИ /вешенки, шампиньоны, сливки, сыр/	220,00
75.75 г	ГОВЯДИНА В ГОРЧИЧНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	267,00
150 г	ГЕДЛИБЖЕ /куриное филе тушёное в сметанном соусе, с луком и специями/	185,00
115 г	КОЛБАСКИ С ОВОЩАМИ /свинье/	164,00
147 г	НАВАГА ЖАРЕНАЯ	140,00
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	432,00
100 г	ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ОТВАРНОЕ	224,00
2шт. 30 г	СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	160,00
<u>4.ГАРНИРЫ</u>		
200 г	ТЫКВА ПО-ГРЕЧЕСКИ /с томатами и базиликом/	160,00
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	66,00
200 г	ПИЛАВ	62,00
<u>5.НАПИТКИ</u>		
200 г	КОМПОТ "АССОРТИ"	35,00
<u>6.ХЛЕБ</u>		
1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,00
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,00
1шт.(18г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	2,00
<u>КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ</u>		
200 г	РЯЖЕНКА	40,00
200 г	КЕФИР	40,00

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ БЛЮД

Выход	Наименование блюда	Белки (на порц.)	Жиры (на порц.)	Углеводы (на порц.)	Энерг. ценность ККАЛ (на порц.)
<u>1.ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</u>					
150 г	САЛАТ "КАПУСТНЫЙ"	2,3	15,2	13,7	200,6
150 г	ШОКОЛАДНЫЙ СМУЗИ С БАНАНОМ	4,7	8,4	30,3	215,5
150 г	САЛАТ ИЗ ОГУРЦА СО СМЕТАНОЙ	1,5	5,0	3,2	64,0
150 г	ПОМИДОРЫ С БРЫЗНОЙ И ЗЕЛЁНЫМ САЛАТОМ	4,8	14,9	3,3	166,1
150 г	САЛАТ "СЕЛЁДОЧНЫЙ"	8,1	23,4	9,7	281,3
<u>2.ПЕРВЫЕ БЛЮДА</u>					
250.25 г	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" /ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ/	2,9	9,2	16,0	158,3
35.250 г	ЛАГМАН /с фрикадельками из баранины/	8,3	12,7	3,1	159,3
<u>3.ВТОРЫЕ БЛЮДА</u>					
147 г	НАВАГА ЖАРЕНАЯ	24,5	10,5	5,7	214,9
2шт. 30 г	СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	15,1	15,0	34,2	331,8
115 г	КОЛБАСКИ С ОВОЩАМИ /свинье/	20,4	37,9	3,3	436,4
150.30 г	ГРЕЧКА С ТУШЁНКОЙ И СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	22,2	24,0	66,4	545,8
150 г	ГЕДЛИБЖЕ /куриное филе тушёное в сметанном соусе, с луком и специями/	18,2	15,1	5,5	230,4
290 г	ПАСТА С ГРИБАМИ /вешенки, шампиньоны, сливки, сыр/	22,2	41,0	101,5	863,5
100 г	ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ОТВАРНОЕ	21,6	12,0	0,3	195,8
75.75 г	ГОВЯДИНА В ГОРЧИЧНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	16,9	9,7	7,6	185,7
75 г	СЁМГА ОТВАРНАЯ	17,3	10,7	0,0	164,9
<u>4.ГАРНИРЫ</u>					
200 г	ПИЛАВ	8,6	6,3	61,5	337,1
200 г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	4,3	9,3	33,0	232,7
200 г	ТЫКВА ПО-ГРЕЧЕСКИ /с томатами и базиликом/	3,7	22,5	37,9	368,9
<u>5.НАПИТКИ</u>					
200 г	КОМПОТ "АССОРТИ"	0,2	0,1	27,7	112,4
<u>6.ХЛЕБ</u>					
1шт.(18г)	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	1,2	0,2	7,4	36,5
1шт.(20г)	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,6	10,3	52,3
1шт.(18г)	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1,2	0,2	7,4	36,5
<u>КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ</u>					
200 г	КЕФИР	6,0	6,6	8,2	116,2
200 г	РЯЖЕНКА	5,8	6,4	8,2	113,6