**Завтраки**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование | Вес | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность .кКал. на 100 гр |
| **Сэндвич с домашней ветчиной** | 300гр | 120р | 5,8 | 17,3 | 9,8 | 219,1 |
| **Воздушный омлет (с гренками, с беконом)**  | 200гр | 110р | 28,6 | 61,2 | 2,8 | 570,8 |
|  **Овсяная каша на молоке и фруктозе****-** С коктейлем из сухофруктов  - С клубничным соусом- С маслом сливочным - С орехами | 250гр30гр30гр 15гр30гр | 60р20р20р15р30р | 3,53,10,60,517,5 | 27,300,48242,2 | 40,259,06,20,830,5 | 391,25246280748572 |
| **Творожный крем с ягодами** | 120гр | 180р | 14,9 | 24 | 8,55 | 282,6 |
| **Блинчики по-домашнему :****- Семга мягкий сыр****- Икра с Мягким сыром** **-Творог обезжиренный с изюмом****- Варенье домашнее**  **Сгущенка****-Сметана****-Клубничным соус****-Блин + шоколад****-Грибы****-Мясо лук**  | 100гр40гр40гр40гр40гр30гр30гр30гр100гр40гр40гр | 50р150р150р90р20р10р10р20р120р30р40р | 4,319,524,79,90,17,20,30,64,22,96,8 | 11,719,523,90,308,56,00,417,94,5729,1 | 17,10,05033,96543,50,46,236,54,352,4 | 186,9231,5314,51752403205,6280319,5434,2299,75 |

***Первые блюда***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование | Вес | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность .кКал. на 100 гр |
| **Куриный бульон** | 235гр | 80р | 0,518 | 0,2 | 0,11 | 4,3 |
| **Говяжий бульон****-** с овощами и зеленью-с фрикадельками | 235гр31гр25гр | 90р20р30р | 0,43,178,60 | 0,010,275,6 | 0,55,120 | 4,24384 |
| **Рыбный бульон**-смесь рыб и зелени | 235гр | 90р | 0,3 | 0,07 | 0,2 | 2,8 |
| **Суп гороховый (постный)** | 235гр | 80р | 3,71 | 0,20 | 10,77 | 53,33 |
| **Суп-пюре из тыквы** | 235гр | 90р | 5,16 | 14,20 | 3,22 | 167 |
| **Суп-крем куриный** | 235гр | 120р | 5,73 | 11,03 | 13,03 | 178,85 |
| **Суп-пюре овощной «Неженка»** | 235гр | 80р | 1,82 | 0,09 | 5,35 | 32,63 |
| **Сырный суп с шампиньонами** | 235гр | 140р | 4,68 | 12,35 | 9,61 | 177,10 |
| **Суп-крем миндальный с морепродуктами**  | 235гр | 250р | 8,81 | 7,21 | 10,90 | 142,10 |
| **Солянка мясная «Особая»** | 235гр | 230р | 8,68 | 24,54 | 5,93 | 280,55 |
|  **Солянка рыбная** | 235гр | 230р | 8,23 | 1,76 | 6,84 | 76,20 |
| **Суп пюре из зеленого горошка**  | 235гр | 80р | 2,88 | 0,61 | 11,7 | 64,77 |

***Салаты***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование | Вес | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность .кКал. на 100 гр |
| **«Цезарь» с курицей**  | 210гр | 190р | 12,1 |   6,1 | 9,9 | 146,2 |
| **«Греческий» (классический)**  | 180гр | 180р | 3,3 | 15,1 | 4,55 |   171,5 |
| **Микс с креветками** | 120гр | 170р | 4,3 | 12,75 | 7,16 |   164,12 |
| **«Шапка Мономаха» (мясной салат с майонезом)** | 200гр | 170р | 4,39 | 9,72 | 4,79 | 126,3 |
| **Европейский с грибами** | 250гр | 200р | 1,0 |   11,2 | 10,6 | 131,5 |
| **Салат-коктейль из морепродуктов** **под устричным соусом** **Салат «Бабочка» с ветчиной** **Винегрет с сельдью****Салат «Золотой гребешок»** **Салат «Лаймон»** **Салат «Стройняшка»** **Салат «Морячок»** **Салат «Сказка»****Салат «Оливье» с ветчиной****Салат с крабовыми палочками****Фруктовый салат****Салат** **«Блинный»** | 150гр150гр 200гр 200гр200гр 200гр 200гр 160гр200гр 200гр150гр 170гр | 160р180р200р180р180р190р180р160р170р170р200р150р | 0,76,653,757,091,951,946,521,984,644,222,218,65 | 33,1 19,0212,4812,2214,45 14,44 2,88 16,874,542,038,6216,31 | 2,06  2,396,5914,888,19 8,19 2,06 2,455,143,88  17,1914,10 |   313,6209,88 154,67199170,86 170,86 169,20 174,67131,94110,89148,33244,38 |

***Вторые блюда***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование | Вес | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность .кКал. на 100 гр |
| **Жульен-с курицей и грибами**  | 70гр | 150р | 9,1 | 18,1 | 8,1 | 239,8 |
| **Жульен с креветками** | 70гр | 150р | 8,8 | 11,7 | 8,1 | 180,4 |
| . **Сёмга (форель) на пару под сливочным соусом с овощами**  | 270/30гр | 270р | 7,9 | 5,6 | 9,4 | 126,2 |
| **Филе индейки "на пару" с кунжутом** | 250гр | 260р | 9,3 | 20,1 | 2,3 | 218,3 |
| **Горшочек со свининой**  | 285гр | 200р | 7,42 | 18,1 | 4,7 | 218,7 |
| **Горшочек с рубленой говядиной** | 285гр | 200р | 7,4 | 11,2 | 6,6 | 163,9 |
| **Горшочек с лесными грибами**  | 285гр | 200р | 4,9 | 14,2 | 4,4 | 171,2 |
| **Запеченная птица в ананасовом соусе** | 150/30гр | 220р | 4,67 | 12,2 | 3,7 | 145,8 |
| **Сёмга на пару с устричным соусом** | 150/30гр | 220р | 9,1 | 1,2 | 0,9 | 51,5 |
| **Буженина «по-домашнему с овощами»** | 250гр | 250р | 4,5 | 16,5 | 5,8 | 185,5 |
| **Корейка свиная запеченная в бруснике** | 200/30гр | 250р | 5,8 | 8,0 | 2,0 | 103,7 |
| **Мидии в ореховом соусе** | 150гр | 200р | 13,1 | 24,1 | 8,35 | 273,7 |
| **Домашние колбаски из птицы на пару с овощами** | 180гр | 200р | 7,1 | 19,1 | 3,0 | 213,8 |
|  **Мясной рулет с овощами**  | 250гр | 170р | 3,9 | 12,5 | 6,8 | 156,2 |
| **Королевские креветки** **на пару под соусом** **Шашлык из курицы****Треска в томатной заливке с овощами****«Свинья в апельсине»****«Жаркое по-деревенски»****Мясо по-французки****Шоколадное фондю с фруктами** **Сырное фондю с мааздам, красным вином и копченостями****Сырное фондю с Дор-блю белым вином и рыбой****Овощи для фондю****Морковь/сельдерей****/лук репчатый****Шашлык из свинины****Картофель****Отварной****Картофель жареный****Макароны****Овощи** | 70/30гр150гр250гр250гр300гр300рг250/200гр200/150гр200/150гр150гр150гр150гр150гр150гр150гр  | 180р250р220р250р350р350р250р400р 400р70р300р60р80р60р80р | 5,85,93,665,595,648,252,80 21,35 16,221,448,72,41,010,436,8 | 4,325,450,849,737,8819,057,26 51,4047,600,1416,60,450,01,118,1 | 5,68,234,0720,855,346,2520,12 0 0 3,373,211,57,769,73,1 | 91,9169,5840,14 194,70 120,76 236,10 151,20 488,00 157,20 88,0 199,8 82 493 337 18 |