

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Орман»

\_\_\_\_\_ Хайдар Камуран Каракуш

# М е н ю к а ф е «*Turkish*»

## П е р в ы е б л ю д а — *S orbalar*

|                                                                                                                                                   | В ы х о д в<br>г р . | Ц е н а<br>в р у б . |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|
| Ч е ч е в и ч н ы й с у п<br>(Тщательно отобранная чечевица на говяжьем<br>бульоне с добавлением<br>томатной пасты и специй)                      | 300                  | 100                  |
| К у р и н ы й с у п с в е р м и ш е л ь ю<br>(Бульон куриный, кусочки нежного филе курицы,<br>пикантно обжаренная вермишель, зелень)              | 300                  | 100                  |
| К р е м -с у п с с е м г о й<br>(Филе семги, картофель, морковь, лук репчатый,<br>мука)                                                           | 300                  | 200                  |
| Х о л о д н ы й т у р е ц к и й с у п<br>«Д ж а д ж и к »<br>(На основе натурального йогурта с добавлением<br>свежих огурцов,<br>специй и зелени) | 200                  | 150                  |

## Ж а р к о е в г о р ш о ч к а х - *Guvrec*

|                                                                                                                                                                                              |     |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Г у в е ч «И з м и р К ё ф т е с<br>к а р т о ф е л е м »<br>(Котлеты из куриного фарша, бульон куриный, лук<br>репчатый, чеснок,<br>перец болгарский, картофель, томатная паста,<br>специи) | 300 | 300 |
| Т а с -к е б а б и з г о в я д и н ы<br>(Говядина, бульон говяжий, лук репчатый, чеснок,                                                                                                     | 300 | 350 |

картофель, томат,  
перец болгарский, томатная паста, специи)

## Т а в у к с о т э и з к у р и ц ы

300

300

(Филе курицы, бульон, шампиньоны, лук репчатый,  
чеснок, баклажаны, зеленый горошек, картофель,  
томатная паста, специи)

## С а л а т ы — *Salata*

В ы х о д в      Ц е н а в  
г р ·                      р у б ·

### С а л а т н о е а с с о р т и «*Turkish*»

600

500

(Салаты «Греческий», «Морковный с зеленью»,  
«Летний», «Витаминный»)

### С а л а т Ц е з а р ь с

200

300/350

### к у р и ц е й /к р е в е т к а м и

(Филе курицы/креветки, пекинская капуста, томаты  
Черри, сухари соус, сыр)

### В и т а м и н н ы й

150

100

(Капуста белокочанная, свежий огурец, перец  
болгарский, морковь,  
масло растительное, зелень, специи)

### М о р к о в н ы й с з е л е н ь ю

150

90

(Морковь, зелень, соль, масло растительное)

### Г р е ч е с к и й

150

200

(Томат спелый, перец болгарский, капуста  
китайская, огурец свежий,  
брынза, маслины, соль, растительное масло, зелень)

### Л е т н и й

150

200

(Томат спелый, огурец свежий, перец болгарский,  
лук репчатый,  
масло растительное, соль, зелень)

### О л и в ь е

150

130

(Колбаса, картофель отварной, морковь, горошек  
зеленый,  
огурцы маринованные, яйцо, соус)

## Х о л о д н ы е   з а к у с к и   -   *Soguk mezeler*

|                                                                                            |         |         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| Ф р у к т о в а я   в а з а                                                                | 400     | 350     |
| С ы р н а я   т а р е л к а                                                                | 130/200 | 300/400 |
| С о л е н ь я   «Т у р ш у »                                                               | 350     | 210     |
| О в о щ н а я   н а р е з к а<br>(Томат спелый, огурец свежий, перец болгарский, петрушка) | 200     | 200     |
| С е л ь д ь<br>(Сельдь слабосоленая, лук репчатый, лимон, масло растительное)              | 200     | 150     |

## М я с н ы е   б л ю д а   п р и г о т о в л е н н ы е   н а ж и в о м   о г н е   -   *Izgara*

(г о т о в я т с я   в   т е ч е н и е   10-15 м и н у т )

|                                                                                                                                                                                            | В ы х о д   в<br>г р . | Ц е н а   в<br>р у б . |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| М я с н о е   а с с о р т и   « <i>Turkish</i> »<br>(Шашлык из баранины, шашлык из куриных грудок, шашлык из куриных крылышек, котлеты по-турецки « <i>Turkish</i> », лук репчатый, соус). | 1000                   | 1500                   |
| Б а р а н ь и   р е б р ы ш к и<br>«П и р з о л а »<br>(Бараньи ребрышки, специи, лук репчатый, соус)                                                                                      | 250                    | 500                    |
| Ш а ш л ы к   и з   б а р а н и н ы<br>(Мясо баранины, специи, лук репчатый)                                                                                                               | 250                    | 450                    |
| Л ю л я   -к е б а б<br>(Фарш говяжий, специи, лук репчатый, чеснок)                                                                                                                       | 250                    | 400                    |
| К о т л е т ы   с   с ы р о м<br>(Фарш говяжий, специи, сыр, лук репчатый, чеснок)                                                                                                         | 250                    | 380                    |

|                                                                                      |     |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Котлеты “ <i>Turkish</i> ”<br>(Фарш говяжий, лук репчатый, чеснок, специи, петрушка) | 250 | 350 |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                                                        |     |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Кебаб бейти с йогуртом<br>от Шеф-повара<br>(Фарш говяжий, лук репчатый, чеснок, специи, лаваш, йогурт) | 250 | 430 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                    |     |     |
|--------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Шашлык из куриных грудок<br>(Куриные грудки, специи, лук репчатый) | 250 | 350 |
|--------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                        |     |     |
|------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Стейк из куриной грудки<br>(Филе курицы, лук репчатый, чеснок, специи) | 250 | 270 |
|------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                           |     |     |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Шашлык из куриных<br>крылышек<br>(Куриные крылышки, специи, лук репчатый) | 250 | 250 |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                                                                                      |     |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Сэндвич “ <i>Turkish</i> ” в лаваше<br>(Котлеты по-турецки « <i>Turkish</i> », томаты спелые, лук репчатый, кетчуп, майонез, зелень) | 180 | 200 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

Блюда из жареного мяса (кебаб) - *Doner Et yemekleri*  
(готовятся в течение 10 минут)

Выход в гр ·

Цена в руб ·

|                                                                                                                                                          |     |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Искандер-кебаб из<br>говядины<br>(Мясо говядины, специи, томат, турецкая лепешка, томатная паста, масло сливочное, йогурт молочный. Подается с гарниром) | 300 | 500 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                              |     |     |
|------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Искандер-кебаб из курицы<br>(Мясо курицы, специи, турецкая лепешка, томатная | 300 | 400 |
|------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

паста,  
масло сливочное, томат, йогурт молочный Подается с гарниром)

### Кавурма из говядины

(Мясо говядины, специи, лук репчатый Подается с гарниром)

300

400

### Донер-кебаб из говядины

(Мясо говядины, специи, лук репчатый, томат спелый, Подается с гарниром)

150

400

### Шурма из курицы (открытая)

(Мясо курицы, специи, лук репчатый · Подается с гарниром)

300

290

### Шурма с говядиной (в лаваше)

(Мясо говядины, специи, томат свежий, лук репчатый, зелень, лаваш)

100

240

### Шурма с курицей (в лаваше)

(Мясо курицы, капуста белокочанная, морковь, масло растительное, майонез, кетчуп, зелень, лаваш)

100

100

## Гарниры — Garnitur

Выход в      Цена в  
гр ·              руб ·

### Пряный булгур с овощами

(Крупа булгур, перец болгарский, томаты, лук репчатый, томатная паста)

200

100

|                                                                                                                               |     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Р и с   п р и г о т о в л е н н ы й   п о<br>т у р е ц к о м у   р е ц е п т у<br>(Р и с , макароны, бульон говяжий, специи ) | 200 | 100 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                                                     |     |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| М а к а р о н ы   в   т о м а т н о м   с о у с е<br>(Макароны масло растительное, томатная паста ) | 200 | 100 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                                                                                  |     |     |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| К а р т о ф е л ь н о е   п ю р е<br>(Картофель, молоко, масло сливочное, соль ) | 200 | 100 |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|

|                           |     |     |
|---------------------------|-----|-----|
| К а р т о ф е л ь   ф р и | 150 | 150 |
|---------------------------|-----|-----|

### Д е т с к о е   м е н ю   - *Cocuk menusu*

|                                                                                                                                 |         |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----|
| М а к а р о н ы /р и с   с   к о т л е т о й<br>“ <i>Turkish</i> ”<br>(Макароны в томатном соусе, фарш из говядины,<br>специи ) | 100/125 | 300 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----|

|                                                                                                   |         |         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| К а р т о ф е л ь   ф р и   с   с о с и с к а м и<br>и л и   к о т л е т о й   “ <i>Turkish</i> ” | 100/100 | 250/300 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|

|                                                                                          |         |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----|
| М а к а р о н ы   с   с о с и с к а м и<br>(Макароны в томатном соусе, сосиски куриные ) | 100/100 | 250 |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----|

### Н а п и т к и   б е з   а л к о г о л ь н ы е   - *A lkolsiz icecekler*

|           |             |
|-----------|-------------|
| В ы х о д | Ц е н а   в |
|-----------|-------------|

|                                                                                                                            | в мл ·   | руб ·   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|
| <b>А й р а н</b><br>(Айран собственного приготовления: закваска, молоко, вода, соль)                                       | 200/1000 | 50/200  |
| <b>Т у р е ц к и й л и м о н а д «Э ф е н д и»</b><br>(Лимонад собственного приготовления: лимоны, апельсины, вода, сахар) | 200/1000 | 50/200  |
| <b>К о м п о т и з с у х о ф р у к т о в</b><br>(Смесь из сухофруктов, вода, сахар)                                        | 200/1000 | 50/200  |
| <i>Pepsi</i>                                                                                                               | 200/600  | 50/100  |
| <i>7 Up</i>                                                                                                                | 600      | 100     |
| <i>Mirinda</i>                                                                                                             | 600      | 100     |
| <i>Lipton Ice Tea</i>                                                                                                      | 600      | 100     |
| К в а с «Р у с с к и й д а р»                                                                                              | 500      | 100     |
| <i>Adrenalin Rush</i>                                                                                                      | 250/500  | 150/250 |
| М и н е р а л ь н а я в о д а « <i>Aqua minerale</i> »<br>г а з /б г                                                       | 600      | 100     |
| С о к « <i>J7</i> » в а с с о р т и м е н т е                                                                              | 200/1000 | 80/250  |

**Г о р я ч и е н а п и т к и - *Sıcak içecekler: с а у, kahve***

|                                                                     | В ы х о д<br>в ·м л · | Ц е н а в<br>р у б · |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|
| <i>Coffee “Turkish”</i>                                             | 50                    | 200                  |
| <i>Coffee Latte</i> (с с и р о п о м )                              | 200/10                | 200                  |
| <i>Coffee Cappuccino</i>                                            | 150                   | 180                  |
| <i>Coffee Amerikano</i>                                             | 130                   | 150                  |
| <i>Coffee Espresso</i>                                              | 50                    | 100                  |
| <i>Coffee</i> р а с т в о р и м ы й                                 | 150                   | 50                   |
| Г о р я ч и й ш о к о л а д                                         | 130                   | 150                  |
| <hr/>                                                               |                       |                      |
| Ч а й ч е р н ы й о т б о р н ы й «Турецкий<br>МОТИВ»               | 600/1000              | 150\200              |
| Ч а й ч е р н ы й «Русский дар»                                     | 600/1000              | 200\300              |
| Ч а й ч е р н ы й «Чабрец»                                          | 600/1000              | 200\300              |
| Ч а й з е л е н ы й «Молочный улун»                                 | 600/1000              | 200\300              |
| Ч а й з е л е н ы й «Сенча»                                         | 600/1000              | 200\300              |
| Ч а й п а к е т и р о в а н н ы й (ч е р н ы й ,<br>з е л е н ы й ) | 100                   | 50                   |
| <i>Авторский чай</i><br><i>с комплиментами от Шеф-повара</i>        | 600                   | 450                  |



## Десерты - Tatli

|                                                                                           | В ы х о д<br>в · г р · | Ц е н а в<br>р у б · |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|
| С л а д к а я п а х л а в а с<br>г р е ц к и м и о р е х а м и                            | 85                     | 100                  |
| Ш е к е р п а р э “ <i>Turkish</i> ” с о б с т в е н н о г о<br>п р и г о т о в л е н и я | 100                    | 100                  |
| П и р о ж н о е «Л а к о м к а »                                                          | 130                    | 100                  |

## Ч а й н а я к о м п о з и ц и я

|                          |       |       |
|--------------------------|-------|-------|
| Л и м о н                | 20    | 30    |
| С у х о ф р у к т ы      | 20    | 30    |
| М ё д                    | 20    | 30    |
| М о л о к о /с л и в к и | 50/20 | 30/40 |

## М о р о ж е н о е — Dondurma

|                                                                                                                  |     |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| П л о м б и р                                                                                                    | 100 | 150 |
| К л у б н и ч н ы й                                                                                              | 100 | 150 |
| Ш о к о л а д н ы й                                                                                              | 100 | 150 |
| Д о б а в к и: ш о к о л а д н а я к р о ш к а, м о л о т ы й г р е ц к и й о р е х, т о п и н г,<br>к у р а г а | 20  | 30  |
| К о к т е й л ь (с с о к о м)                                                                                    | 200 | 200 |

## **Особенности кулинарных изысков турецкой кухни**

**Булгур** – собранная в период молочной зрелости, высушенная, очищенная от отрубей и измельченная. При варке крупа увеличивается в объеме в три раза, что делает этот вид каши очень доступным и экономичным. **В чем польза крупы булгур.** В этой крупе сохраняются все полезные свойства пшеничного зерна. Булгур насыщен витаминами, особенно витаминами группы В (В1, В2, В3, В4, В5, В6, В9), витамином К, Е, бета-каротином, микроэлементами (фосфором, железом, селеном, медью, цинком, марганцем, калием, натрием, кальцием). Также крупа содержит ненасыщенные жирные кислоты, сахараиды, зольные вещества и клетчатку. Калорийность сухого продукта 342 калорий на 100 г. Регулярное употребление булгура благоприятно сказывается на состоянии нервной системы, для которой витамины группы В наиболее важная и, пожалуй, основная «пища». Большое количество минеральных солей способствует восстановлению обмена веществ, делает кожу и волосы более «живыми». Цвет лица приобретает здоровый оттенок, волосы становятся более блестящими и хорошо растут.

**Чечевица** - мелкое плоское семя однолетнего растения семейства бобовых. Чечевица содержит большое количество растительного белка, который легко усваивается организмом, при этом содержание серных аминокислот и триптофана в чечевице ниже, чем в других бобовых. Чечевица содержит меньше жира, чем горох и является превосходным источником железа. К преимуществам можно отнести быстроту приготовления чечевицы. В чечевице содержится фолиевой кислоты больше, чем в каком-либо другом продукте. В одной порции приготовленной чечевицы содержится 90% рекомендуемой дневной нормы фолиевой кислоты. Чечевица содержит растворимую клетчатку, которая улучшает пищеварение и отодвигает перспективу рака прямой кишки. Чечевичная каша стимулирует обмен веществ, повышает иммунитет и нормализует работу мочеполовой системы. Зерно чечевицы отличается высоким содержанием микроэлементов-кальция, калия, фосфора, железа, марганец, йод, цинк, жирные кислоты из группы Омега-3, Омега-6, а также является хорошим источником витаминов группы В, содержит витамины РР, А. Чечевичный суп стимулирует обмен веществ, повышает иммунитет и нормализует

*работу мочеполовой системы.*