

**Утверждаю  
ИП М.Н. Клишева**

# **Меню**

**с 08.10.18 г. по 14.10.18 г.**

**Зав. производством  
С.В. Палеева  
Н.С. Бинерт**

**Бухгалтер-калькулятор  
Л.А. Винокурова**

# Салаты

**«Сельдь под шубой» 120г.....45.00**

(филе сельди слабосоленое, отварные овощи: свекла, картофель, морковь, яйцо, лук репчатый, лук зеленый, майонез)

Белки-7,75г. Жиры-18,4 г. углеводы-4,9 г. 217 ккал.

**«Греческий» 100 г.....40.00**

(свежие овощи: помидоры, огурцы, перец болгарский, продукт сырный рассольный, маслины, масло растительное)

Белки-6,25г. Жиры-12,01 г. углеводы-2,48 г. 145 ккал.

**Салат «Здоровье» 100г.....25.00**

(капуста свежая, яблоки, морковь свежая, масло растительное, укроп,уксус)

Белки-1,12г. Жиры-9,10г. Углеводы-10,67г. 126 ккал.

**Салат из свеклы с черносливом и арахисом**

**100 г .....30.00**

(свекла отварная, чернослив, арахис, масло растительное)

Белки-2,91г. Жиры-20,0г. Углеводы-13,47г. 246 ккал

**«Дальневосточный» 100 г.....25.00**

(капуста морская отварная, морковь свежая, лук репчатый, масло растительное, уксус)

Белки-1,01г. Жиры-12,51 г. углеводы-7,78 г. 147 ккал.

**Салат из ветчины с блинами 100 г .....45.00**

(блинчик (молоко, мука в/с, сахар, яйцо, масло растительное, соль), огурцы свежие, майонез, ветчина, укроп )

Белки-5,5г. Жиры-16,7г. Углеводы-11,5г. 218 ккал

**Салат «Охотничий» 100г.....45.00**

(печень куриная, морковь пассерованная, лук фри, яйцо, майонез)

Белки-8,74г. Жиры-25,67 г. углеводы-5,4 г. 287 ккал.

# Первые блюда

## **Солянка домашняя со сметаной 250/20 г .80.00**

(бульон куриный, картофель, лук репчатый, огурцы консервированные, колбаса полукопченая, сосиски, карбонад варено-копченый, маслины, лимон, томат, зелень)

Белки-2,47 г. жиры-5,95 г. углеводы-3,92 г. 80 ккал.

## **Борщ «Сибирский» со сметаной 250/20г ....45.00**

(бульон куриный, свекла, капуста свежая, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, чеснок, зелень)

Белки-1,21г. Жиры-2,18г. Углеводы-5,73г. 46 ккал.

## **Суп картофельный с рисом и фрикадельками**

250/20 г.....50.00

(бульон куриный, картофель, фрикадельки из говядины с луком, рис, морковь, лук, зелень)

Белки-1,94г. Жиры-2,19г. Углеводы-10,8г. 73 ккал.

## **Хлебная булочка белая 50 г .....8.00**

Белки — 6,2г; жиры — 5,9 г; углеводы — 40,4 г; 239 ккал.

## **Хлебная булочка серая 50 г .....8.00**

Белки - 7,32 г; жиры - 3,71 г; углеводы - 47,51 г; 256 ккал.

## **Хлебная булочка ржаная 50 г .....8.00**

Белки — 9,0 г; жиры — 10,1 г; углеводы - 47,80 г; 321 ккал.

# Вторые блюда

## РЫБНЫЕ

**Кета, запеченная с овощами в омлете** 140г..... 120.00  
(филе кеты, яйцо, майонез, лук, морковь, перец болгарский )  
Белки-10,1г; жиры-17,3г; углеводы-4,5г; 214ккал.

## МЯСНЫЕ

**Свинина, запеченная с баклажанами** 150г..... 130.00  
(окорок свиной, сырная шапка, баклажаны, лук, чеснок)  
Белки -12,0г. Жиры -15,35г. Углеводы-2,74г. 194 ккал.

**Зраза рубленая с яйцом и луком** 90г.....80.00  
(курица, говядина, яйцо, лук, батон)  
Белки -16,5г. Жиры -7,3г. Углеводы-5,8г. 155 ккал

**Тефтель «По-гречески», тушеный в маринаде** 60/ 50г.....50.00  
(говядина, свинина, рис, лук, маринад( морковь, лук, перец болгарский, томат))  
Белки -7,63г. Жиры -15,56г. Углеводы-9,34г. 207 Ккал

**Манты с мясом** 1шт/ 60 г.....30.00  
(фарш: свинина, говядина, лук; тесто: мука, яйцо)  
Белки-9,33г. Жиры-15,64г. Углеводы-22,65г. 271 ккал.

## КУРИНЫЕ

**Курица, запеченная с ананасом** 120г.....110.00  
(филе куриное, сырная шапка, ананас консервированный)  
Белки-13,4г. Жиры-9,29г. Углеводы-0,88г. 199ккал.

**Грудка куриная отварная** 75 г.....80.00  
Белки-16,2г. Жиры-12,1г. Углеводы-0,7г. 190 ккал.

**Котлета куриная жареная** 100 г.....85.00  
(курица, батон, лук, сухарь панировочный)  
Белки-16,05г. Жиры-19,39г. Углеводы-12,94г. 291Ккал.

# Вторые блюда

## ОВОЩНЫЕ

**Картофель жареный с грибами** 150 г.....60.00

(картофель, шампиньоны, лук, масло растительное, соль)

Белки-3,3г. Жиры-18,5г. Углеводы-21,7г. 270 ккал.

**Капуста, тушенная по-домашнему** 150 г...35.00

(капуста свежая, лук репчатый, морковь, томат-паста, специи, масло растительное)

Белки-2,1г. жиры-5,5г. углеводы-9,8г. 96 ккал.

**Соте из кабачков и баклажанов** 150 г.....35.00

(кабачки, баклажаны, морковь, лук, перец болгарский, зелень, чеснок)

Белки-1,5г. Жиры-0,2г. Углеводы-8,7г. 42 ккал.

**Сырник творожный с изюмом** 50 г.....25.00

(творог, изюм, яйцо, сахар, мука, соль, ванилин)

Белки-11,39г. Жиры-16,48г. Углеводы-27,6г. 299 ккал.

## ГАРНИРЫ

**Картофельное пюре** 150 г.....20.00

(картофель, молоко, масло сливочное, соль)

Белки-2,01г; жиры-14,94г; углеводы-11,68г; 191 ккал.

**Рис отварной со сливочным маслом** 150 г..15.00

Белки-0,92г. Жиры-3,43г. Углеводы-9,2г. 72 ккал.

**Макароньы отварные со сливочным маслом**

150 г.....15.00

Белки-3,68; жиры-4,45г; углеводы-25,79г; 161 ккал.

## СОУСЫ

**Соус «Сырный»** 50 г.....15.00

(майонез, сыр колбасный, чеснок)

Белки-6,61г. Жиры-44,0г. Углеводы-1,82г. 431 ккал.

**Соус «Барбекю»** 50 г.....15.00

(кетчуп, перец болгарский, лук репчатый, кинза, чеснок)

Белки-0,73г. жиры-4,41г. углеводы-3,54г. 57 ккал.

**Сметана** 50 г.....15.00

# Блинчики

**Блинчик 40 г.....15.00**

(молоко, мука, сахар, яйцо, масло растительное, соль)  
Белки -7,67г , жиры -9,46г, углеводы-39,61г, 274 ккал

**Блинчик с мясом 70 г.....40.00**

(молоко, мука, сахар, яйцо, масло растительное,  
фарш: говядина, свинина, лук репчатый, перец, соль)  
Белки-14,36г; жиры-11,53г; углеводы-20,51г; 245 ккал.

**Блинчик с творогом 70 г.....30.00**

(молоко, мука, сахар, яйцо, масло растительное,  
соль фарш: творог, сахар, яйцо, мука, ванилин)  
Белки-11,04г; жиры-8,22г; углеводы-24,29г; 217 ккал.

**Блинчик с яблоком и корицей 70 г.....25.00**

(молоко, мука, сахар, яйцо, масло растительное,  
соль фарш: яблоко, сахар, корица)  
Белки-4,02г; жиры-4,89г; углеводы-36,39г; 206 ккал.

**Сметана 50 г.....15.00**

Белки-2,8г; жиры-20,0г; углеводы-3,2г; 206 ккал.

**Масло сливочное 20 г.....10.00**

Белки-0,8г; жиры-72,5г; углеводы-1,3г; 661 ккал.

**Молоко сгущенное 50 г.....15.00**

Белки-7,2г; жиры-8,5г; углеводы-55,38г; 307 ккал.

**Мед 20 г.....15.00**

Белки-0,0г; жиры-0,0г; углеводы-082,0г; 328 ккал.

# Сладкие блюда

**Торт «Ореховая роцца» 125 г.....55.00**

(яйцо, масло подсолнечное, мука, сахар, молоко сгущенное вареное, арахис, мед, масло сливочное, гель карамельный, сахарная пудра, шоколадная крошка, маргарин для крема, коньяк, сода пищевая, сорбиновая кислота Е-200)

Белки-6,8г; жиры-32,8г; углеводы-36,7г; 470 ккал.

**Торт «Гамлет» 125 г.....55.00**

(сливки растительные, молоко сгущенное вареное, яйцо, сахар, глазурь шоколадная, мука, какао, коньяк, кофе)

Белки-4,9г; жиры-18,0г; углеводы-39,9г; 338 ккал.

**Торт «Первоклассница» 125 г.....65.00**

(сливки растительные, теграл-бисквит, абрикосы консервированные, яйцо, сахар, клубника, конфитюр вишня, киви, дутый рис, фонд творог, какао, смесь для газирования кларо)

Белки-2,84г; жиры-11,86г; углеводы-24,75г; 217 ккал.

**Торт «Птичье молоко» 112 г.....55.00**

(сахар, яйцо, глазурь шоколадная, молоко сгущенное цельное, патока крахмальная, масло сливочное, маргарин для крема, сливки растительные, мука, масло растительное, крошка шоколадная, агар, молоко цельное, какао, сода пищевая, лимонная кислота)

Белки-3,34г; жиры-16,69г; углеводы-51,82г; 371 ккал.

**Десерт «Тирамису» 80 г.....35.00**

(сливки растительные, сахар, фонд тирамису, яйцо, мука, кофе, крахмал картофельный, какао)

Белки-6,1г; жиры-19,3г; углеводы-34,1г; 335 ккал.

**Мусс клубничный 100 г.....35.00**

(клубника свежемороженая, йогурт, сливки растительные, сахарная пудра, желатин, гель нейтральный брило)

Белки-3,27г; жиры-6,88г; углеводы-13,07г; 127 ккал.

**Пирожное «Калейдоскоп» 50 г.....16.00**

(мука, сахар, жир кондитерский, повидло, яйцо, посыпка сахарная, сода пищевая)

Белки-3,71г; жиры-13,89г; углеводы-56,05г; 364 ккал.

# Горячие напитки

## ЧАЙ

Чай «Гринфилд» 200 мл.....	20.00
Чай «Гринфилд» с сахаром 200 мл.....	20.00
Чай «Гринфилд» с сахаром, лимоном 200 мл .....	20.00
Чай «Гринфилд» зеленый с сахаром, лимоном 200 мл .....	20.00
Сливки 10 мл.....	10.00
<small>Белки - 3,1 г; жиры - 10,0 г; углеводы - 4,0 г; 118 ккал</small>	
Лимон 10 г.....	3.00
<small>Белки-0,9г; жиры-0,1г; углеводы-3г; 34 ккал.</small>	

## КОФЕ

Кофе Эспрессо 90 мл.....	50.00
Кофе Американо 180 мл.....	50.00
Кофе Капучино 180 мл.....	70.00
Кофе Ванильный капучино 180 мл.....	70.00
Кофе Мокачино 180 мл.....	85.00
Кофе Латте 180 мл.....	70.00
Горячий шоколад 180 мл.....	80.00

# Холодные напитки

**Сок пакетированный 200 мл.....25.00**

Белки-0,0г; жиры-0,0г; углеводы-11,0г; 45 ккал.

**Напиток облепиховый 200 мл.....30.00**

(вода, облепиха, сахар)

Белки-0,5; жиры-1,4 г; углеводы-44,7 г; 194 ккал.

**Напиток из чёрной смородины 200 мл.....30.00**

(вода, чёрная смородина, сахар)

Белки-0,13; жиры-0,03 г; углеводы-12,89 г; 50 ккал.

**Минеральная вода «Сибирский бор» 0,5 л.....35.00**

(негазированная)

**Минеральная вода «Благая весть» 0,5 л.....35.00**

(газированная)

# Пицца

**«Супер-пицца» 1/4.....120.00**

(сыр, соус, шампиньоны, филе куриное, майонез, колбаса полукопченая, ветчина, колбаса сырокопченая)

Белки - 4,5 г; жиры - 10,79 г; углеводы - 2,26 г; 124 ккал.

**«Классика» 1/4.....75.00**

(сыр, соус, ветчина, перец болгарский, шампиньоны, кунжут)

Белки - 3,21 г; жиры - 3,44 г; углеводы - 2,92 г; 56 ккал.

**«Грибная» 1/4.....75.00**

(сыр, соус, шампиньоны)

Белки - 0,53 г; жиры - 1,36 г; углеводы - 2,87 г; 26 ккал.

**«Пепперони» 1/4.....75.00**

(сыр, соус, колбаса сырокопченая, маслины, кунжут)

Белки - 2,21 г; жиры - 4,21 г; углеводы - 2,81 г; 58 ккал.

**«Гавайская» 1/4.....75.00**

(сыр, ветчина, соус, ананасы консервированные, кунжут)

Белки - 3,85 г; жиры - 4,32 г; углеводы - 2,41 г; 61 ккал.

**«Пикник» 1/4.....75.00**

(сыр, соус, огурцы консервированные, колбаса сырокопченая, шейка варено-копченый, сосиски, кунжут)

Белки - 3,14 г; жиры - 8,61 г; углеводы - 2,40 г; 100 ккал.

# **Пивное меню**

## **«Сибирская Корона Классическое»**

0,47 л .....80.00

Белки-0,0г; жиры-0,0г; углеводы-4,5г; 46 ккал.

**«Бад»** 0,47 л.....100.00

Белки-0,0г; жиры-0,0г; углеводы-4,5г; 42 ккал.

**«Старопрамен»** 0,47 л.....100.00

Белки-0,7г; жиры-0,0г; углеводы-3,5г; 37ккал.

**Пивной напиток «Эсса»** 0,5 л.....100.00

(со вкусом и ароматом ананаса и грейпфрута)

Белки-0,0г; жиры-0,0г; углеводы-6,0г; 65ккал.

**Сухарики соленые** 50 г.....20.00

Белки-11,88г; жиры-12,15г; углеводы-72,36г; 459 ккал.