Утверждаю
ИП М.Н. Клишева

Меню

с 11.02.19 г. по 17.02.19 г.

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

Бухгалтер–калькулятор
Л.А. Винокурова

Салаты

«Сельдь под шубой» 120 г.....45.00

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

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

«Греческий» 100 г 60.00

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

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

Винегрет овощной 100 г 25.00

(капуста квашеная, отварные овощи: свекла, картофель, морковь, горошек зеленый, лук репчатый, масло растительное)

Белки-1,74г. Жиры-3,15г. Углеводы-8,38г. 70 ккал.

Салат из свеклы с чесноком 100 г 20.00

(свекла отварная, майонез, чеснок)

Белки-1,9г. Жиры-13,5г. Углеводы-7,4г. 157 Ккал.

«Дальневосточный» 100 г 25.00

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

Белки-1,01г. Жиры-12,51г. Углеводы-7,78г. 147 Ккал.

«Фруктовый» 100 г 45.00

(бананы, апельсины, киви, яблоки, йогурт натуральный, мед, клюква)

Белки-1,5г. Жиры-0,4г. Углеводы-15,0г. 70 Ккал.

«Гнездо перепелки» 100 г.....60.00

(яйцо куриное, курица отварная, лук пассерованный, шампиньоны отварные, картофель пай, майонез, чеснок)

Белки-7,36г. Жиры-17,37г. Углеводы-0,86г. 190 Ккал.

Салаты

«Охотничий» *100 г 50.00*
(печень куриная отварная, морковь пассерованная, лук фри, яйцо, майонез)
Белки-8,74г. Жиры-25,67г. Углеводы-5,4г. 287 ккал.

Мусс клюквенный *130 г 35.00*
(вода, клюква, сахар, манная крупа)
Белки-0,6г; жиры-0,0г; углеводы-13,2г; 56 ккал.

Мусс смородиновый *130 г 35.00*
(вода, смородина, сахар, манная крупа)
Белки-1,3г; жиры-0,2г; углеводы-36,0г; 151 ккал.

Мусс облепиховый *130 г 35.00*
(вода, облепиха, сахар, манная крупа)
Белки-1,3г; жиры-0,8г; углеводы-30,8г; 136 ккал.

Первые блюда

Солянка домашняя со сметаной 250/20 г.....85.00

(бульон куриный, картофель, огурцы консервированные,
колбаса полукопченая, сосиски молочные, карбонад варено-копченый,
говядина, лук, маслины, томат, лимон, зелень)
Белки-2,47 г. жиры-5,95 г. углеводы-3,92 г. 80 ккал.

Рассольник домашний с курицей и сметаной
250/20/20 г.....60.00

(бульон куриный, картофель, филе куриное, огурцы маринованные,
крупа перловая, лук, морковь, томат, зелень)
Белки-8,31г. Жиры-7,72г. Углеводы-10,0г. 146 ккал.

Суп-пюре со шпинатом и чесночными гренками
250/20 г.....50.00

(бульон куриный, картофель, шпинат, молоко, лук,
масло сливочное, зелень)
Белки-10,2г. Жиры-6,1г. Углеводы-10,2г. 137 ккал.

Хлебная булочка белая 50 г.....8.00

Белки - 9,78 г; жиры - 3,67 г; углеводы - 51,13 г; 278 ккал.

Хлебная булочка ржаная 50 г.....8.00

Белки-9,0г. Жиры- 10,1г. углеводы-47,80г. 321 ккал.

Вторые блюда

Рыбные

Рыба «Каприз» запеченная 120 г.....95.00
(филе горбуши, сырная шапка, помидоры, лук, морковь)
Белки-15,8г; жиры-5,4г; углеводы-3,5г; 126 ккал.

Зраза из щуки с луком и яйцом гриль 100 г....80.00
(филе щуки, лук, яйцо, батон, сало свиное, укроп)
Белки-11,17г; жиры-4,97г; углеводы-9,38г; 123 ккал.

Минтай жареный 100 г 55.00
(рыба минтай с косточкой)
Белки-15,8г; жиры-5,4г; углеводы-3,5г; 126 ккал

Мясные

Отбивная из свиной вырезки с луком фри
80/20 г.....120.00
Белки -18,4г. Жиры -13,8г. Углеводы-1,6г. 204 Ккал.

Мясо, запеченное с овощами 160 г.....109.00
(фарш из говядины и свинины, баклажаны, кабачки, помидоры, сыр, кетчуп, майонез, чеснок)
Белки -8,79г. Жиры -14,29г. Углеводы-2,70г. 166 ккал.

Котлета «Беловежская» жареная 130 г.....105.00
(свинина, лук, батон, ветчина, зеленый горошек, сухарь панировочный)
Белки -12,36г. Жиры -29,77г. Углеводы-16,42г. 349 ккал.

Тефтель «По-гречески», тушенный в маринаде 60/50 г.....45.00
(говядина, свинина, рис, лук, маринад (морковь, лук, перец болгарский, томат)
Белки -7,63г. Жиры -15,56г. Углеводы-9,34г. 207 ккал.

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

Печень «По-строгановски» 50/50 г.....60.00
(печень говяжья, сметана, лук репчатый)
Белки-9,66г. Жиры-14,89г. Углеводы-4,51г. 199 ккал.

Куриные

Грудка куриная отварная 75 г 90.00
Белки-16,2г. Жиры-12,1г. Углеводы-0,7г. 190 ккал.

Курица, запеченная «По-балкански» 150 г 120.00
(филе куриное, сырная шапка, лук, карбонад варено-копченый, томат)
Белки-19,45г. Жиры-21,0г. Углеводы-1,3г. 419 ккал.

Люля-кебаб с курицей жареный на гриле 120 г..105.00
(курица, лук, батон, чеснок, кинза, петрушка, кориандр)
Белки -16,62г. Жиры -12,34г. Углеводы-8,31г. 220 ккал.

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.....50.00
(кабачки, морковь, лук, баклажаны, 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.....25.00
(картофель, молоко, масло сливочное, соль)
Белки-2,01г; жиры-14,94г; углеводы-11,68г; 191 ккал.

Рис «По-гавайски» 150 г.....35.00
(рис отварной, морковь отварная, кукуруза консервированная, горошек зеленый, масло растительное)
Белки-2,5г. Жиры-3,6г. Углеводы-16,5г. 109 ккал.

Горошница с овощами 150 г.....15.00
(горох, морковь, лук)
Белки-4,51г. Жиры-0,41г. Углеводы-12,19г. 71 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 роща» 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 «Клубнично-йогуртовый» 125 г 55.00

(сливки растительные, яйцо, сахар, клубника, мука в/с, фонд йогурт, крахмал картофельный, смесь для глазирования «Кларо», кокосовая стружка)
Белки-2,78г; жиры-11,37г; углеводы-8,43г; 207 ккал.

Торт «Трюфель» 112 г.....55.00

(сливки растительные, глазурь темная шоколадная, яйцо, сахар, мука в/с, какао, глазурь белая шоколадная, коньяк, кофе)
Белки-6,07г; жиры-21,4г; углеводы-34,0г; 374 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
Лимон 10 г.....3.00

Белки-0,9г; жиры-0,1г; углеводы-3г; 34 ккал.

Кофе

Кофе Эспрессо 90 мл.....50.00
Кофе Американо 180 мл 50.00
Кофе Капучино 180 мл.....70.00
Кофе Латте 180 мл.....70.00

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 г; жиры-1,4г; углеводы-44,7г; 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.

Напиток из сухофруктов 200 мл 20.00

(вода, смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)
Белки-0,8г; жиры-0,0г; углеводы-14,2г; 60 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 ..... 90.00
(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 ..... 60.00
(сыр, соус, ветчина, перец болгарский, шампиньоны, кунжут)
Белки - 3,21 г; жиры - 3,44 г; углеводы - 2,92 г; 56 ккал.

«Грибная» 1/4 ..... 60.00
(сыр, соус, шампиньоны)
Белки - 0,53 г; жиры - 1,36 г; углеводы - 2,87 г; 26 ккал.

«Пепперони» 1/4 ..... 60.00
(сыр, соус, колбаса сырокопченая, маслины, кунжут)
Белки - 2,21 г; жиры - 4.21 г; углеводы - 2,81 г; 58 ккал.

«Гавайская» 1/4 ..... 60.00
(сыр, ветчина, соус, ананасы консервированные, кунжут)
Белки - 3,85 г; жиры - 4,32 г; углеводы - 2,41 г; 61 ккал.

«Пикник» 1/4 ..... 60.00
(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.

«Велкопоповицкий Козел» 0,5 л 100.00
Белки-0,0г; жиры-0,0г; углеводы-3,0г; 35 ккал.

Сухарики соленые 50 г.....20.00
Белки-11,88г; жиры-12,15г; углеводы-72,36г; 459 ккал.