Утверждаю
ИП М.Н. Клишева

Меню

с 20.05.19 г. по 26.05.19 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, лист салата, маслины, масло растительное)

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

«Овощной венок» 100 г 35.00

(свежие овощи: капуста, помидоры, огурцы, редис, масло растительное, петрушка, уксус)

Белки-1,56г. Жиры-5,11г. Углеводы-8,23г. 85 ккал.

Салат из свеклы с яблоком и изюмом 100 г.....30.00

(свекла отварная, яблоки, изюм, масло растительное)

Белки-1,12г. Жиры-0,19г. Углеводы-13,06г. 58 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.

Корейская закуска из фунчезы с болгарским перцем 100 г.....30.00

(фунчеза крахмальная, морковь острая, огурцы свежие, перец болгарский, чеснок, уксус)

Белки-1,0г. Жиры-18,1г. Углеводы-20,3г. 248 Ккал.

«Орловский» 100 г.....50.00

(ветчина, морковь отварная, огурцы свежие, картофель отварной, кукуруза консервированная, майонез)

Белки-5,8г. Жиры-15,1г. Углеводы-5,7г. 182 Ккал.

«Охотничий» 100 г 55.00

(печень говяжья отварная, морковь пассерованная, лук фри, яйцо, майонез)

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

Борщ «Сибирский» с курицей и сметаной

250/20/20 г.....60.00

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

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

Уха «Рыбацкая» с горбушей

250/20 г.....50.00

(бульон рыбный, картофель, филе горбуши, лук, зелень, специи)

Белки-14,4г. Жиры-1,7г. Углеводы-1,2г. 78 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

Горбуша с овощами, запеченная в фольге
140 г.....110.00
(филе горбуши, капуста брокколи, капуста цветная, морковь, петрушка, укроп)
Белки-8,6г; жиры-5,7г; углеводы-2,8г; 97 ккал

Мясные

Мясо, запеченное «По-деревенски» 220 г.....120.00
(фарш из говядины и свинины, картофель, сырная шапка, лук, чеснок)
Белки -12,0г. Жиры -7,3г. Углеводы-8,2г. 147 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.

Биточек мясной, тушенный в грибном соусе
50/50 г.....80.00
(фарш из свинины и говядины, батон, лук, соус грибной)
Белки-12,6г. Жиры-16,6г. Углеводы-7,0г. 228 ккал.

Куриные

Куриное филе гриль 100 г.....120.00
(филе куриное, чеснок, базилик)
Белки-14,6г. Жиры-19,4г. Углеводы-13,2г. 286 ккал.

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

Котлета «Сударушка» гриль 80 г.....80.00
(курица, говядина, лук, батон, морковь)
Белки-11,81г. Жиры-19,02г. Углеводы-1,32г. 225 ккал.

Жюльен с курицей и грибами 110 г.....75.00
(сметана, филе куриное, лук, шампиньоны, сыр, зелень)
Белки-6,5г. Жиры-14,8г. Углеводы-3,2г. 169 ккал.

Вторые блюда

Овощные

Картофель жареный с грибами 150 г.....65.00
(картофель, шампиньоны, лук, масло растительное, соль)
Белки-3,3г. Жиры-18,5г. Углеводы-21,7г. 270 ккал.

Капуста, тушенная по-домашнему 150 г.....40.00
(капуста свежая, лук репчатый, морковь, томат-паста, специи, масло растительное)
Белки-2,1г. жиры-5,5г. углеводы-9,8г. 96 ккал.

Капуста брокколи на пару 100 г 65.00
Белки-2,08г. Жиры-3,23г. Углеводы-4,06г. 53 ккал.

Сырник творожный с изюмом 50 г 30.00
(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 отварной со сливочным маслом 150 г 15.00
Белки-0,92г; жиры-3,43г; углеводы-9,2г; 72 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 ветчиной и сыром 70 г 30.00

(тесто: молоко, мука, сахар, яйцо, масло растительное, соль,
начинка: ветчина, сыр)
Белки-8,04г; жиры-9,91г; углеводы-29,96г; 326ккал.

Блинчик с яблоком и корицей 70 г 25.00

(тесто: молоко, мука, сахар, яйцо, масло растительное, соль,
начинка: яблоки, сахар, корица)
Белки-4,02г; жиры-9,46г; углеводы-39,61г; 274ккал.

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 40.00

(клубника свежемороженая, йогурт, сливки растительные, сахарная пудра, желатин, гель нейтральный брило)
Белки-3,27г; жиры-6,88г; углеводы-13,07г; 127 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 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, лимонная кислота)
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.