

МЕНЮ 1							
Название	Состав	К	Б	Ж	У	Вес 0,5/1	
<b>Завтраки</b>							
Овсянка «Гурмэ» с печеным яблоком и корицей	овсяные хлопья (длительного варения), молоко, вода, подсла	104	3,1	3,8	14,2	400/800	
Омлет с овощами	яйцо, молоко, помидор, перец, лук	170	7	13	5	350/700	
Блинчики с творогом	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, творог	118	11	4	8	350/700	
Оладьи со сгущенным молоком	сливочное масло, мука, яйцо, сахар, ваниль, соль, сода, ябло	138	3	1,5	16	250/400	
Полоска песочная	сливочное масло, мука, яйцо, сахар, ваниль, соль, сода, ябло	270	705	5	50	220/450	
Сырники творожные со сметаной	творог, яйцо, ванилин, сахар-песок, масло сливочное	158	10	5	19	250/500	
<b>Супы</b>							
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850	
Борщ постный	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	64	1,1	3,1	7,8	400/850	
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850	
Томатный суп с курицей и сельдереем	вода, бедро куриное, помидоры свежие, сельдерей, лук репча	63,4	3,1	3,8	4,2	400/850	
Суп фасолевый с колбасками	фасоль сухая, картофель, морковь, лук репчатый, перец болгар	34	12,5	4,5	6,5	400/800	
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850	
<b>Вторые блюда</b>							
Жаркое по-домашнему	свинина, картофель, лук репчатый, морковь, специи, масло ра	219	6	15	15	400/800	
Рыбка под томатами и сырной шапкой	рыба, помидоры, лук, перец, сыр, майонез	211	8	15	11,4	350/700	
Свинина в кляре	свинина(карбонат), яйцо, мука, молоко, масло растительное, с	201	11,8	11,9	11,4	350/550	
Зраза куриная с грибами	фарш куриный, грибы, сыр, лук репчатый, яйца, булка, специи	252	18,2	10,8	20,4	350/700	
Люля-кебаб из говядины	говядина (фарш), лук репчатый, специи, перец сладкий, масл	221	16,7	14	7,7	350/700	
Филе курицы по-боярски	филе курицы, морковь, сыр порховской, яйцо, майонез, специ	163	19	7	6	350/700	
<b>Гарниры</b>							
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренна	164	2,4	9,8	16,5	400/800	
Греча отварная	греча, соль	100	1	5	15	300/600	
Картофель Айдахо	картофель, масло растительное, чеснок, соль	134	2,8	2,3	25,4	300/600	
Цветная капуста в сухарях	цветная капуста, яйцо, сухари, соль, специи	150	7,5	2,9	23,6	250/500	
Ризотто	рис, кукуруза, перец	119	3,1	4,8	15,7	400/800	
Рожки отварные с сырным соусом	макаронные изделия рожки отварные, соус сырный	140	5	0,4	28,6	250/500	
Каша перловая с овощами и сливочным маслом	перловка, морковь, лук, масло сливочное	120	2,6	5,1	15,7	350/700	
<b>Салат</b>							
Салат «Витаминный»	капуста б/к, морковь, яблоко, сладкий перец, зелень, заправка	101	1,3	7,4	7,8	400/800	
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700	
Салат «Восточный» с фунчозой	фунчоза , перец болгарский, морковь свежая, огурцы свежие, с	112	1,4	4,2	16,8	350/700	
Салат Оливье	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700	
Салат Невеста (слоями)	картофель отварной, майонез, курица отварная, лук репчатый	204,3	11	4,8	6,9	350/700	
Салат Мимоза (слоями)	картофель, горбуша, лук репчатый, яйцо, морковь, майонез	195	9	15,3	5,4	350/700	
Салат Крабовый	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600	
Сельдь под шубой (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700	

<b>МЕНЮ 2</b>						
<b>Название</b>	<b>Состав</b>	<b>К</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Вес 0,5/1</b>
<b>Завтраки</b>						
Каша молочная рисовая с кокосом кон. ананасом	овсяные хлопья (длительного варения), молоко, вода, подсла	162	3,4	6	24	400/800
Омлет с шампиньонами	яйцо, молоко, шампиньоны, соль	186	20,5	10,8	2,1	350/700
Блинчики с ветчиной и сыром	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, ветчина, сыр	165	15	8,5	3	300/650
Манник с вишней	манная крупа, вишня, творог, молоко, яйцо, сахар, ванилин	330	7,5	1	76,5	350/700
Запеканка творожная с изюмом	творог, яйцо, манная крупа, изюм, ванилин, сахар-песок, масло	209	13	10,4	16	350/700
Оладьи с яблоком и сметаной	яйцо, мука, молоко, дрожжи, соль, яблоко	334	9,4	2	69,5	250/450
<b>Супы</b>						
Щи из свежей капусты с курой и сметаной	капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло растите	33	1	2	3,4	400/800
Суп харчо с курицей	рис, лук репчатый, томат паста, масло растительное, курица, с	108	6,7	3,9	11,6	400/800
Суп картофельный с фрикадельками	картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, фрик	75	2,5	4,5	6	400/800
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850
<b>Вторые блюда</b>						
Лазанья	листья для лазаньи, сыр, филе курицы, лук репчатый, морковь	393	13,3	21,3	31,6	400/800
Рыбка по-гречески	рыба, помидоры, сыр, яйцо, специи, оливки, майонез, сметана	170	15,3	11,5	1	380/700
Свинина по-французски	свинина (карбонат), лук репчатый, помидоры, майонез, яйцо, с	390	12,3	37,8	2,9	350/650
Биточки куриные в белом соусе	фарш куриный, булка, лук репчатый, грибы, масло растит., ма	129	21,5	3	2,3	350/750
Говядина по-министерски	говядина (фарш), лук репчатый, майонез, яблоко, яйцо, сметан	284	19,7	21,8	2,3	300/600
Шницель куриный натуральный	филе кури, яйцо, сухари панировочные, масло сливочное, спе	205	17,7	11	8,7	300/600
<b>Гарниры</b>						
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренна	164	2,4	9,8	16,5	400/800
Греча отварная	греча, соль	100	1	5	15	300/600
Картофель по-деревенски	картофель, лук репчатый, специи	188	3	9,5	22,4	300/600
Овощи тушеные	капуста, морковь, тыква, кабачок	101	2	8,3	4,4	350/700
Картофель отварной с маслом и зеленью	картофель, масло сливочное, зелень	161	1,9	8,4	19,4	350/700
Спиральки отварные с овощным соусом	макароны спиральки, соус томатный	140	5	0,4	28,6	300/600
Смесь 2-х рисов с овощами и соусом	рис южный, рис белый отварной, кукуруза, морковь, соус салы	177	4,8	0,7	41	300/600
<b>Салат</b>						
Салат из квашеной капусты с морковью по-корейски	квашеная капуста, морковь корейская, масло растит., сахар, л	30	1,7	0,1	5	300/600
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700
Салат «Шуба вегетарианца»	свекла отварная, картофель отварной, огурцы маринованные,	187	1,9	16,4	8	400/800
Салат Оливье с копченой колбасой	картофель, колбаса вар. копч., огурец, морковь, горошек, яйцо,	157	5,2	12,1	7,8	400/800
Салат Дубки (слоями)	картофель отварной, морк. обжаренная, грибы жарен., ветчина	126	13	6,7	2,7	350/700
Салат Изысканный (слоями)	картофель отварной, майонез, курица отварная, яблоко, майон	130	7,5	10	3,5	350/700
Салат Крабовый	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600
Сельдь под шубой (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700

МЕНЮ 3						
Название	Состав	К	Б	Ж	У	Вес 0,5/1
<b>Завтраки</b>						
Пшениная каша на кокосовом молоке с курагой	крупя пшениная, молоко, молоко кокосовое, вода, курага, сахар	141	2,8	6,2	18,6	400/800
Скрэмбл со шпинатом и томатами	яйцо куриное, шпинат, томаты, молоко, масло сливочное, соль	131	9,8	9,4	1,8	350/700
Блинчики с джемом	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, джем	327	4,3	12,8	48,7	250/450
Оладьи с тыквой и сметаной	яйцо, мука, тыква, молоко, дрожжи, соль	322	10	13,6	42,7	250/450
Шарлотка с яблоком	яйца, сахар, мука, яблоки, корица, лимон, лимонный сок	317	7,4	4,1	62,6	250/500
Сырники с шоколадным топингом	творог, яйцо, мука, сахар, ваниль	210	11	11	17	250/500
<b>Супы</b>						
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850
Легкий суп с фрикадельками из индейки	филе индейки, картофель, морковь свежая, лук репчатый, вод	64	4,2	2,8	5,5	400/850
Суп куриный с рисом	картофель, рис, морковь, лук репчатый, масло растительное, п	380	80	10	65	400/850
Суп грибной со сметаной	картофель, крупа перловая, грибы, лук репчатый, морковь, ма	85	4	6	4	400/850
<b>Вторые блюда</b>						
Плов с курицей	Курица, Морковь, Лук репчатый, Рис, Масло растительное, Пе	228	6,1	13,7	21,3	400/800
Рыбные биточки с укропом и цедрой	минтай, батон пшеничный, молоко, яйцо куриное, укроп свежи	187	17,6	7,4	12,5	350/700
Свинина запеченая с картофелем	Свинина, Чеснок, Лук репчатый, Картофель, Майонез, Яйцо, С	271	10,9	21,9	7,7	300/600
Филе курицы под шубой	Филе курицы, лук репчатый обжаренный, морковь обжаренная, п	120	18	5	2	300/600
Бифштекс из говядины запеченый с овощами и сыром	Говядина, Яйцо, Лук репчатый, Перец сладкий, Масло расте	176	22	9	1,5	300/600
Поджарка из филе курицы в сливках с овощами	Филе курицы, Лук репчатый, Морковь, Сливки, Масло растительн	121	14	6	2	400/800
<b>Гарниры</b>						
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренна	164	2,4	9,8	16,5	400/800
Фарфале в сливочном соусе с зеленью	макаронные изделия бантики, соус сливочный, зелень	158	4,6	2,5	30,5	300/600
Макаронные изделия отварные	макаронны, соль	344	12	2	67	300/600
Картофель по-деревенски	картофель, лук репчатый, специи	188	3	9,5	22,4	300/600
Капуста тушеная	капуста, морковь, лук, томатная паста, уксус, масло раститель	102,2	2,7	5,9	10,2	350/700
Рис здоровье с соусом барбекю	рис здоровье отварной, соус барбекю	340	7,5	2	73	350/700
Жареный рис с яйцом	рис, яйцо, масло сливочное, соль	202	5,8	8,2	26,4	300/600
<b>Салат</b>						
Салат «Курица по-корейски»	Морковь по-корейски, Филе куриное, Болгарский перец, Майон	155	5,5	12,2	5,7	350/700
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700
Салат из печеной свеклы с фетой и орехами	свекла свежая, сыр Фета, орехи грецкие, масло, сок лимона, ч	164	4,2	12,5	8,8	350/700
Салат «Алекс»	филе куриное, шампиньоны, лук репчатый, томаты свежие, сы	236	12,4	19,8	2,1	350/700
Салат Столичный	филе куриное отварное, картофель, яйцо вареное, морковь, го	154	8,2	10,5	6,8	350/700
Салат Оливье	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700
Салат Крабовый	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600
Сельдь под шубой (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700

МЕНЮ 3						
Название	Состав	К	Б	Ж	У	Вес 0,5/1
<b>Завтраки</b>						
Пшениная каша на кокосовом молоке с курагой	крупа пшениная, молоко, молоко кокосовое, вода, курага, сахар	141	2,8	6,2	18,6	400/800
Скрэмбл со шпинатом и томатами	яйцо куриное, шпинат, томаты, молоко, масло сливочное, соль	131	9,8	9,4	1,8	350/700
Блинчики с джемом	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, джем	327	4,3	12,8	48,7	250/450
Оладьи с тыквой и сметаной	яйцо, мука, тыква, молоко, дрожжи, соль	322	10	13,6	42,7	250/450
Шарлотка с яблоком	яйца, сахар, мука, яблоки, корица, лимон, лимонный сок	317	7,4	4,1	62,6	250/500
Сырники с шоколадным топингом	творог, яйцо, мука, сахар, ваниль	210	11	11	17	250/500
<b>Супы</b>						
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850
Легкий суп с фрикадельками из индейки	филе индейки, картофель, морковь свежая, лук репчатый, вод	64	4,2	2,8	5,5	400/850
Суп куриный с рисом	картофель, рис, морковь, лук репчатый, масло растительное, п	380	80	10	65	400/850
Суп грибной со сметаной	картофель, крупа перловая, грибы, лук репчатый, морковь, ма	85	4	6	4	400/850
<b>Вторые блюда</b>						
Плов с курицей	Курица, Морковь, Лук репчатый, Рис, Масло растительное, Пе	228	6,1	13,7	21,3	400/800
Рыбные биточки с укропом и цедрой	минтай, батон пшеничный, молоко, яйцо куриное, укроп свежи	187	17,6	7,4	12,5	350/700
Свинина запеченая с картофелем	Свинина, Чеснок, Лук репчатый, Картофель, Майонез, Яйцо, С	271	10,9	21,9	7,7	300/600
Филе курицы под шубой	Филе курицы, лук репчатый обжаренный, морковь обжаренная, п	120	18	5	2	300/600
Бифштекс из говядины запеченый с овощами и сыром	Говядина, Яйцо, Лук репчатый, Перец сладкий, Масло расте	176	22	9	1,5	300/600
Поджарка из филе курицы в сливках с овощами	Филе курицы, Лук репчатый, Морковь, Сливки, Масло растительн	121	14	6	2	400/800
<b>Гарниры</b>						
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренна	164	2,4	9,8	16,5	400/800
Фарфале в сливочном соусе с зеленью	макаронные изделия бантики, соус сливочный, зелень	158	4,6	2,5	30,5	300/600
Макаронные изделия отварные	макароны, соль	344	12	2	67	300/600
Картофель по-деревенски	картофель, лук репчатый, специи	188	3	9,5	22,4	300/600
Капуста тушеная	капуста, морковь, лук, томатная паста, уксус, масло раститель	102,2	2,7	5,9	10,2	350/700
Рис здоровье с соусом барбекю	рис здоровье отварной, соус барбекю	340	7,5	2	73	350/700
Жареный рис с яйцом	рис, яйцо, масло сливочное, соль	202	5,8	8,2	26,4	300/600
<b>Салат</b>						
Салат «Курица по-корейски»	Морковь по-корейски, Филе куриное, Болгарский перец, Майон	155	5,5	12,2	5,7	350/700
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700
Салат из печеной свеклы с фетой и орехами	свекла свежая, сыр Фета, орехи грецкие, масло, сок лимона, ч	164	4,2	12,5	8,8	350/700
Салат «Алекс»	филе куриное, шампиньоны, лук репчатый, томаты свежие, сы	236	12,4	19,8	2,1	350/700
Салат Столичный	филе куриное отварное, картофель, яйцо вареное, морковь, го	154	8,2	10,5	6,8	350/700
Салат Оливье	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700
Салат Крабовый	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600
Сельдь под шубой (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700

МЕНЮ 4						
Название	Состав	К	Б	Ж	У	Вес 0,5/1
<b>Завтраки</b>						
Гречка «А-ля Рус» с грибами и луком	крупа гречневая, шампиньоны свежие, лук репчатый, масло ра	127	4,2	4,1	18,3	300/600
Омлет с ветчиной и луком	яйцо, молоко, ветчина, лук, соль	363	7,4	36,6	1	350/700
Блинчики с курой рисом и луком	Молоко, Пшеничная мука, Яйцо, Соль, Масло подсолнечное, М	230	11	9	26	350/700
Оладьи с бананом и сгущенкой	яйцо, банан, мука, молоко, дрожжи, соль	236	3	5	44,6	250/450
Бисквит мраморный	яйцо, мука, сахар, кокао	335	8	17	37,6	250/500
Сырники творожные со сметаной	творог, яйцо, ванилин, сахар-песок, масло сливочное	158	10	5	19	250/500
<b>Супы</b>						
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850
Щи из свежей капусты с курой и сметаной	капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло растите	33	1	2	3,4	400/850
Чечевичный суп	чечевица красная (или зеленая), морковь, лук репчатый, томат	92	4,2	3,2	11,5	400/850
Суп харчо с курицей	рис, лук репчатый, томат паста, масло растительное, курица, с	108	6,7	3,9	11,6	400/850
<b>Вторые блюда</b>						
Паровое суфле из индейки с кабачком	филе грудки индейки, кабачок свежий, яйцо куриное (белок), с	108	15,8	14,2	1,8	350/700
Филе белой рыбки под золотистой корочкой	рыба белая морская (филе), яйцо, мука, молоко, специи, масл	152	12	4,6	16,4	350/700
Поджарка из свинины с овощами	свинина, лук репчатый, томат паста, масло растительное, спе	205	8,1	17,3	4	400/800
Котлета куриная «Лакомка»	фарш куриный, лук репчатый, яйцо, булка, сыр твердый, специ	202	16	12,7	5,8	300/600
Котлета «Полтавская»	фарш говяжий, лук репчатый, чеснок, яйцо, специи, сухари пан	197	11,2	10	13,7	300/600
Курица румяная	курица, майонез, специи, масло растительное, сыр твердый	210	26	12	0	350/700
<b>Гарниры</b>						
Картофель отварной с маслом и зеленью	картофель, масло сливочное, зелень	161	1,9	8,4	19,4	350/700
Рис отварной	рис, соль	133	3,3	1,2	27,3	350/700
Пюре картофельное с чесночным соусом	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренна	89	2	2,8	14	400/800
Овощное рагу с картофелем и тыквой	тыква, картофель, капуста б/к, лук репчатый	66	2,3	3,6	6,3	350/700
Рис басмати с соусом и зеленью	рис басмати отварной, соус азиатский, зелень	255	6,7	6,5	44,6	350/700
Спагетти с томатным соусом	спагетти отварные, соус томатный: томат паста, чеснок, зелен	224	3,5	13,3	22,5	350/700
Греча отварная с овощами и белым соусом	греча отварная, морковь, лук, соус сливочный белый	85	2,8	3	11,7	300/600
<b>Салат</b>						
Салат «Витаминный» с орехами и болгарским перцем	капуста белокочанная, перец болгарский красный, морковь све	126	2,1	10,2	6,8	350/700
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700
Салат Оливье с копченой колбасой	картофель, колбаса вар. копч., огурец, морковь, горошек, яйцо,	157	5,2	12,1	7,8	400/800
Салат «Цезарь»	капуста пекинская, кура, сыр, томаты черри, яйцо, сухари бел	275	15,6	19,5	9,2	250/400
Салат «Самый вкусный»	говядина отварная, картофель отварной, томаты свежие, сыр	212	11,2	16,5	5,1	350/700
Салат Оливье	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700
Салат Крабовый	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600
Сельдь под шубой (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700

<b>МЕНЮ 5</b>						
<b>Название</b>	<b>Состав</b>	<b>К</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Вес 0,5/1</b>
<b>Завтраки</b>						
Каша молочная рисовая с курагой	молоко, хлопья рисовые, курага, масло	140	4,2	4	22	450/900
Омлет запеченный со шпинатом, томатами и сыром	яйцо куриное, молоко, сыр, томаты, шпинат, масло сливочное,	141	10,8	10,2	1,6	350/700
Блинчики шоколадные со сгущенкой	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, кокао порошок	166	4	2	33	350/700
Драники картофельные со сметаной	картофель, яйцо, мука, соль, масло растительное	214	4	13	21	300/600
Полоска песочная	сливочное масло, мука, яйцо, сахар, ваниль, соль, сода, яблок	270	7,5	5	50	220/440
Сырники творожные с персиковым вареньем	творог, яйцо, ванилин, сахар-песок, масло сливочное	216	15	6,5	24	250/500
<b>Супы</b>						
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850
Щи по-уральски со сметаной	капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, томатн	284	19,7	21,8	2,3	400/850
Суп «Харчо» с курицей	рис, лук репчатый, томат паста, масло растительное, курица, с	108	6,7	3,9	11,6	400/850
Томатный суп с курицей и сельдереем	вода, бедро куриное, помидоры свежие, сельдерей, лук репча	63,4	3,1	3,8	4,2	400/850
<b>Вторые блюда</b>						
Макароны по-флотски	макароны, фарш домашний, лук, морковь	182	7,5	11	12,5	300/600
Рыбка особая	Рыба морская белая(филе), яйцо, сыр, майонез, шпинат, спец	156	16	7,6	5,8	350/700
Свинина по-милански	карбонад, перец сладкий, лук репчатый, помидоры, майонез, с	392	13	38	1	350/700
Филе курицы в кляре	филе кури, яйцо, мука, молоко, масло растительное, приправ	187	20	9,5	5,7	350/700
Биточки по-гречески	фарш домашний (свинина, говядина), булка, яйцо, шампиньон	246	12	18	9	350/700
Котлета куриная нежная	фарш куриный, сыр колбасный, лук репчатый, сметана, зелен	259	23	16,5	4,7	300/600
<b>Гарниры</b>						
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, сливки питьевые, соль поваренная	164	2,4	9,8	16,5	400/800
Рис отварной	рис, соль	133	3,3	1,2	27,3	350/700
Картофель по-деревенски	картофель, лук репчатый, специи	188	3	9,5	22,4	300/600
Фасоль по-гречески	фасоль красная, фасоль белая, лук репчатый, перец сладкий,	216	13,5	2	28,5	400/800
Оранжевое ризотто	рис, тыква, лук репчатый, масло растительное, сыр,чеснок, пр	160	6,5	6,5	19,5	400/800
Греча с овощами	греча, лук, морковь, фасоль консервированная, масло растите	85	2,8	3	11,7	300/600
Фарфале в сливочном соусе	макаронные изделия бантики, соус сливочный	158	4,6	2,5	30,5	300/600
<b>Салат</b>						
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700
Салат «Скандинавский» с сельдереем	корень сельдерея, огурец свежий, морковь, йогурт греческий, г	49	2,1	1,8	6,2	300/600
Салат с фунчозой и овощами	рисовая лапша, перец сладкий, огурец свежий, морковь, спец	119	1,2	2,4	21,4	350/700
Салат «Домашний»	картофель отварной, ветчина, морковь отварная, огурцы свеж	70	1,6	5,5	3,6	300/600
Салат «Генерал» (слоями)	курица отварная, сыр, яйцо, морковь, свекла, майонез, соль	209	9	18	3	350/700
Салат «Оливье»	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700
Салат «Крабовый»	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600
Салат «Сельдь под шубой» (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700

МЕНЮ 6							
Название	Состав	К	Б	Ж	У	Вес 0,5/1	
<b>Завтраки</b>							
Пшеничная каша с печеной тыквой и кленовым сиропом	крупа пшеничная, молоко, вода, соль, тыква свежая, сироп кленовый	123	3,4	4,2	17,8	500/1000	
Фритта с картофелем и ветчиной	картофель, яйцо, сыр, зелень, ветчина, масло растительное	116	9	6,7	4,8	350/700	
Блинчики с ветчиной и сыром	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, ветчина, сыр	165	18	8,5	3	300/650	
Манник с клубникой	манная крупа, клубника, творог, молоко, яйцо, сахар, ванилин	150	7	2,5	25,6	350/700	
Панкейки с шоколадным топингом	молоко, мука, сахар, соль, масло растительное, разрыхлитель	439	16	13,4	63,7	350/700	
Запеканка творожная с яблоком со сметаной	творог, яйцо, манная крупа, яблоко, ванилин, сахар-песок, масло сливочное	160	15	6	12	350/700	
<b>Супы</b>							
Щи из свежей капусты с курой и сметаной	капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное	33	1	2	3,4	400/850	
Суп грибной со сметаной	картофель, крупа перловая, грибы, лук репчатый, морковь, масло сливочное	85	4	6	4	400/850	
Суп фасолевого с колбасками	фасоль сухая, картофель, морковь, лук репчатый, перец болгарский	34	12,5	4,5	6,5	400/800	
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. паста	35	2,2	1,3	3,6	400/850	
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчатый	52	2,8	3	3,5	400/850	
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., морковь	94	7	5	5	400/850	
<b>Вторые блюда</b>							
Плов со свиной	свинина, морковь, лук репчатый, рис, приправа, масло растительное	189	5,6	7,1	22,6	400/800	
Рыбка по-польски	рыба белая морская, яйцо, масло, морковь, лук, специи, соль	161	6	13	4	350/700	
Свинина «Фараон»	карбонад, кефир, аджика, горчица, майонез, картофель, яйцо, лук	325	11	33	3	300/600	
Шницель куриный натуральный	филе куриное, яйцо, сухари панировочные, масло сливочное, специи	205	17,7	11	8,7	300/600	
Котлета особая	говядина (фарш), булка, яйцо, лук репчатый, масло растительное	203	27	10	2	300/600	
Зраза куриная с ветчиной и сыром	Фарш куриный, яйцо, лук репчатый, булка, специи, ветчина, сыр	260	18,5	11	21	350/700	
<b>Гарниры</b>							
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренная	164	2,4	9,8	16,5	400/800	
Греча отварная	греча, соль	100	1	5	15	300/600	
Картофель тушеный	картофель, морковь, лук, соль, перец	103	6	4	10	350/700	
Овощной микс	капуста цветная, морковь, фасоль стручковая, лук, капуста б/к	75	1,2	5	6,5	350/700	
Рис с овощами и фасолью	рис, лук, морковь, фасоль красная консервированная, масло растительное	113	3,3	2	19,7	350/700	
Нут тушеный с помидорами	нут, чеснок, помидоры, орегано	183	12	3	27	350/700	
Спагетти с томатным соусом	спагетти отварные, соус томатный: томат паста, чеснок, зелень	224	3,5	13,3	22,5	350/700	
<b>Салат</b>							
Салат «Жар-птица» с маринованными опятами	филе куриное, картофель, морковь по-корейски, опята маринованные	206	9,2	16,5	5,4	350/700	
Салат «Лисичка»	морковь по-корейски, огурцы маринованные, кура, сыр, зелень, майонез	116	16	4,5	3	350/700	
Салат «Ветчинный» (слоями)	картофель, сыр копченый, ветчина, морковь отварная, майонез	173	16	4	7	400/800	
Салат «Мимоза» (слоями)	картофель, горбуша, лук репчатый, яйцо, морковь, майонез, сыр	195	9	15,3	5,4	350/700	
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, майонез	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700	
Салат «Оливье»	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700	
Салат «Крабовый»	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень, майонез	211	7,1	17,7	5,8	300/600	
Салат «Сельдь под шубой» (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700	

МЕНЮ 7						
Название	Состав	К	Б	Ж	У	Вес 0,5/1
<b>Завтраки</b>						
Каша молочная пшеничная с персиком	молоко, пшеничка, масло, персик консервированный	140	4,2	4	22	450/900
Омлет с кабачками и колбасой	яйцо, молоко, кабачок, колбаса, лук, масло, соль, перец	145	9	11	2,5	350/700
Блинчики с печенью	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, печень говяжья, морковь, лук	169	8	6	20	350/700
Оладьи с яблоком со сгущенным молоком	яйцо, мука, молоко, дрожжи, соль, яблоко	178	4,6	8,6	21,8	250/450
Запеканка творожная с изюмом	творог, яйцо, манная крупа, изюм, ванилин, сахар-песок, масло	209	13	10,4	16	350/700
Бисквит мраморный	яйцо, мука, сахар, кокао	335	8	17	37,6	250/500
<b>Супы</b>						
Томатный суп с курицей и сельдереем	вода, бедро куриное, помидоры свежие, сельдерей, лук репчатый	63,4	3,1	3,8	4,2	400/850
Суп «Харчо» с курицей	рис, лук репчатый, томат паста, масло растительное, курица, специи	108	6,7	3,9	11,6	400/850
Щи из свежей капусты с курой и сметаной	капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное	33	1	2	3,4	400/850
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. паста	35	2,2	1,3	3,6	400/850
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчатый	52	2,8	3	3,5	400/850
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., морковь	94	7	5	5	400/850
<b>Вторые блюда</b>						
Гречневая лапша с сочным куриным филе и овощам	лапша гречневая, кура, перец сладкий, фасоль стручковая, морковь	151	12,2	4,6	15,3	440/870
Рыбка в кляре нежная	рыба (филе), яйцо, картофель, мука, молоко, специи, масло растительное	130	18	6	2	350/700
Свинина по-русски	карбонад, лук репчатый, огурец соленый, майонез, яйцо, сыр	294	7	23	18	350/700
Кордон блю	филе курицы, ветчина, сыр, яйцо, сухари панировочные, масло сливочное	289	23,5	16,4	11,6	350/700
Котлета домашняя	фарш (свинина+говядина), лук репчатый, яйца, булка, майонез	149	12	11	1	300/600
Фрикадельки куриные в сырном соусе	фарш куриный, булка, лук, специи, сыр, майонез	170	13	11,5	3,7	400/800
<b>Гарниры</b>						
Рис отварной	рис, соль	133	3,3	1,2	27,3	350/700
Картофель отварной с маслом и зеленью	картофель, масло сливочное, зелень	161	1,9	8,4	19,4	350/700
Пюре картофельное с овощным соусом	картофель свежий, молоко, масло, соль, соус овощной: лук, морковь	89	2	2,8	14	400/800
Капуста тушеная	капуста, морковь, лук, томатная паста, уксус, масло растительное	102,2	2,7	5,9	10,2	350/700
Булгур с тыквой	булгур, тыква, лук, морковь, чеснок, масло растительное, зелень	140	4	4	20	325/650
Жареный рис с яйцом	рис, яйцо, масло сливочное, соль	202	5,8	8,2	26,4	300/600
Спиральки отварные с майонезно-чесночным соусом	макаронные изделия спиральки отварные, соус: майонез, чеснок, специи	297	10	5	5,4	300/600
<b>Салат</b>						
Салат «Коул Слоу»	капуста белокочанная, морковь свежая, майонез, сметану, горчица	162	1,4	14,8	6,5	350/700
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, майонез	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700
Салат «Немецкий» с фасолью	ветчина, фасоль консервированная, огурцы маринованные, лук	193	6,8	14,2	9,5	350/700
Салат «Вкусный»	кура, картофель, огурец свеж, опята, маринованные, кукуруза, майонез	170	8	15	1,5	350/700
Салат «Шикарный» (слоями)	картофель отварной, лук репчатый, огурец маринованный, ветчина	181	6	15,6	2,8	400/800
Салат «Оливье»	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700
Салат «Крабовый»	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень, майонез	211	7,1	17,7	5,8	300/600
Салат «Сельдь под шубой» (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700

<b>МЕНЮ 8</b>							
<b>Название</b>	<b>Состав</b>	<b>К</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Вес 0,5/1</b>	
<b>Завтраки</b>							
Энерго-гречка на кокосовом молоке с медом	крупа гречневая, молоко, молоко кокосовое, вода, мед натурал	145	3,2	6,4	18,7	400/800	
Омлет с помидорами	яйцо, молоко, помидоры, масло, сыр, соль, перец, зелень	74	5,6	4,8	2,8	350/700	
Блинчики с персиковым вареньем	молоко, мука, яйцо, сахар, соль, варенье	150	3	1	32	350/700	
Банановые панкейки	банан, яйцо, сахар, молоко, мука, сода пищевая, лимонный со	157	8	5	19	350/700	
Запеканка творожная с вишней	творог, яйцо, манная крупа, вишня, ванилин, сахар, масло сли	166	9	6	19	350/700	
Шарлотка с яблоком	яйца, сахар, мука, яблоки, корица, лимон, лимонный сок	317	7,4	4,1	62,6	250/500	
<b>Супы</b>							
Томатный суп с курицей и сельдереем	вода, бедро куриное, помидоры свежие, сельдерей, лук репча	63,4	3,1	3,8	4,2	400/850	
Суп грибной со сметаной	картофель, крупа перловая, грибы, лук репчатый, морковь, ма	85	4	6	4	400/850	
Суп с фрикадельками	картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, фрик	124	5	3	19	400/850	
Борщ на говядине со сметаной	капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, свекла, том. п	35	2,2	1,3	3,6	400/850	
Солянка домашняя со сметаной	колбаса п/к, сосиски, масло сливочное, картофель, лук репчат	52	2,8	3	3,5	400/850	
Бульон куриный с рисом и яйцом	куриное филе, вода питьевая, масло подсолнечное раф., мор	94	7	5	5	400/850	
<b>Вторые блюда</b>							
Картофель гратен	картофель, фарш куриный, морковь, лук репчатый, яйцо, слив	140	5	7	3	400/800	
Рыбка запеченная с томатами и базиликом	филе минтая, томаты свежие, базилик свежий, масло, сок лим	98	17,2	2,8	1	350/700	
Свинина в кисло-сладком соусе с цветной капустой	свинина, морковь, лук репчатый, перец сладкий, ананас консе	138	9	7	9	400/800	
Филе курицы под шубой	филе кури, лук репчатый обжаренный, морковь обжаренная, г	120	18	5	2	300/600	
Зраза мясная с луком и яйцом	фарш домашний (свинина+говядина), лук репчатый, яйца, бул	370	15	33	3	350/750	
Медальоны из индейки с прованскими травами	филе грудки индейки, масло, чеснок свежий, прованские трав	159	24,8	6,4	0,6	300/600	
<b>Гарниры</b>							
Пюре картофельное «Домашнее»	картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль поваренна	164	2,4	9,8	16,5	400/800	
Капуста тушеная	капуста, морковь, лук, томатная паста, уксус, масло раститель	102,2	2,7	5,9	10,2	350/700	
Картофель «Айдахо»	картофель, масло растительное, чеснок, соль	134	2,8	2,3	25,4	300/600	
Капуста тушеная с тыквой	капуст белокочанная, тыква, соль, специи	31	1,6	0,2	5,8	350/700	
Смесь 2-х рисов с томатным соусом	рис южный, рис пропаренный, соус томатный	96	2,2	0,2	20,2	300/600	
Гречка с луком и морковью	греча отварная, лук, морковь обжаренные в сливочном масле	235	5,2	2,7	4,2	300/600	
Макаронные изделия отварные с соусом барбекю	макаронные изделия отварные, соус барбекю	140	5	0,4	28,6	300/600	
<b>Салат</b>							
Салат с дайконом и имбирной заправкой	морковь свежая, дайкон, корень имбиря свежий, масло растит	114	1,8	8,6	7,4	350/700	
Салат от «Бабушки Поварины» (слоями)	картофель, горбуша конс., лук репчатый, яйцо, морковь, сыр, м	184	2,6	15,8	5,3	400/800	
Салат «Цезарь»	капуста пекинская, кура, сыр, томаты черри, яйцо, сухари бел	275	15,6	19,5	9,2	270/540	
Салат «Гнездо глухаря»	кура, картофель, сыр, яйцо, морковь, лук, майонез	278	4	25	10	350/700	
Винегрет овощной	свекла, горошек картофель, морковь, огурец маринованный, м	76,6	1,6	4,9	6,8	350/700	
Салат «Оливье»	картофель, колбаса, огурец, морковь, горошек, яйцо, майонез	221	4,5	20,6	4,3	350/700	
Салат «Крабовый»	крабовые палочки, свежий огурец, яйцо, рис, кукуруза, зелень,	211	7,1	17,7	5,8	300/600	
Салат «Сельдь под шубой» (слоями)	сельдь, картофель, морковь, свекла, лук, майонез	194	7,1	15	7	350/700	