

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Понедельник

	порция грамм
	[белки / жиры / углеводы] калории
Салаты	
Салат из свежих овощей с растительным маслом	100
огурцы свежие, помидоры свежие, перец болгарский свежий, салат "латук", масло растительное, соль, перец черный молотый	[1,1 / 1,8 / 3,6] гр 32 ккал
Салат куриный с ананасами	100
филе куриное отварное, ананасы консервированные, шампиньоны консервированные, огурцы свежие, сыр твердый, кукуруза консервированная, майонез, сметана	[0,1 / 1,7 / 3,6] гр 93,1 ккал
Супы	
Борщ картофельный с фасолью и сметаной	12/250/5
говядина отварная, бульон мясной, фасоль, капуста белокачаная свежая, свекла столовая, картофель, морковь столовая свежая, томат-паста, специи	[10 / 43,5 / 25] гр 158 ккал
Бульон с рыбными фрикадельками	18/250
филе трески, филе кеты, лук репчатый, бульон рыбный из лосося, зелень петрушки, специи	[35 / 12,5 / 22,5] гр 72 ккал
Горячее	
Плов со свининой (блюдо не требующее гарнира)	50/200
филе свинины, крупа рисовая, лук репчатый, морковь столовая свежая, зира, барбарис, соль, перец	[16,5 / 25 / 45,6] гр 462,5 ккал
Печень по-Строгановски с шампиньонами	100/30
печень говяжья, шампиньоны, лук репчатый, сметана, сливки, мука пшеничная, специи	[6 / 19 / 4,4] гр 211,8 ккал
Гарниры	
Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3
картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное	[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал
Рис отварной со сливочным маслом	150/3
крупа рисовая, масло сливочное	[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал
Гречневая каша отварная со сливочным маслом	150/3
гречневая крупа, масло сливочное	[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал
Напитки	
Морс брусничный	200
брусника, сахар	[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал
Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)	200
черный чай без сахара	[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал
зеленый чай без сахара	[0 / 0 / 0] гр 0 ккал
фруктовый чай без сахара	[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал
Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)	[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал
Компот из сухофруктов	200
смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив	[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал
Хлеб	
Хлеб в ассортименте	20
батон "Нарезной" пшеничный	[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал
хлеб "Московский" ржаной	[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Понедельник

порция грамм руб

[белки / жиры / углеводы] калории

Салаты

Салат «Греческий»

огурцы свежие, помидоры свежие, оливки консервированные, перец болгарский свежий, лук репчатый, сыр-брынза, салат "латук", масло растительное

100

[2.9 / 16.5 / 10.9] гр 192 ккал

Салат из печени с шампиньонами

печень говяжья, морковь столовая свежая, лук репчатый, огурцы свежие, шампиньоны консервированные, сыр твердый, майонез, горчица

100

[7.73 / 11.9 / 3.51] гр 151.7 ккал

Супы

Суп с шампиньонами и майонезом

бульон куриный, шампиньоны свежие, лук репчатый, морковь столовая свежая, картофель, майонез, специи

250/5

[3.3 / 4.5 / 3] гр 65 ккал

Суп картофельный с мясными фрикадельками

фрикадельки из говядины со свиной, бульон мясной, лук репчатый, морковь столовая свежая, картофель, специи

18/250

[1.75 / 2.8 / 13] гр 85 ккал

Горячее

Кета в кисло-сладком соусе с овощами

филе кеты, морковь столовая свежая, цукини, лук репчатый, перец болгарский свежий, томат-паста, специи

1/120

[21.1 / 31.4 / 4.1] гр 380 ккал

Азу со свиной (блюдо не требующее гарнира)

филе свинины, картофель, морковь столовая свежая, лук репчатый, огурцы соленые, томат-паста, специи

50/200

[14.5 / 20.5 / 18.5] гр 319 ккал

Гарниры

Картофельное пюре со сливочным маслом

картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное

150/3

[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал

Рис отварной со сливочным маслом

крупа рисовая, масло сливочное

150/3

[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал

Гречневая каша отварная со сливочным маслом

гречневая крупа, масло сливочное

150/3

[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал

Напитки

мл

Морс брусничный

брусника, сахар

200

[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал

Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)

черный чай без сахара

200

[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал

зеленый чай без сахара

[0 / 0 / 0] гр 0 ккал

фруктовый чай без сахара

[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал

Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)

[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал

Компот из сухофруктов

смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив

200

[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал

Хлеб

Хлеб в ассортименте

батон "Нарезной" пшеничный

20

[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал

хлеб "Московский" ржаной

[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Вторник

	порция грамм
	[белки / жиры / углеводы] калории
Салаты	
Винегрет овощной	100
свекла отварная, морковь отварная, капуста квашеная, огурцы соленые, лук репчатый, картофель отварной, горошек зеленый консервированный, масло растительное, специи	[1.4 / 10 / 6.6] гр 122 ккал
Салат из крабовых палочек	100
палочки крабовые, капуста белокочанная свежая, огурцы свежие, кукуруза консервированная, яйцо куриное отварное, сметана, майонез	[6 / 7.2 / 12.8] гр 142.1 ккал
Супы	
Рассольник по-Ленинградски со сметаной	12/250/5
говядина отварная, бульон мясной, лук репчатый, морковь столовая свежая, огурцы соленые, крупа перловая, томат-паста, сметана, специи	[2.8 / 4.3 / 16] гр 115 ккал
Суп картофельный с курицей и лапшой	12/250
курица отварная, бульон куриный, лук репчатый, морковь столовая свежая, картофель, специи	[3.3 / 2.5 / 21] гр 120 ккал
Горячее	
Биточек из трески под сливочно-сметанным соусом	80/30
треска филе, лук репчатый, яйцо куриное, сметана, сливки, специи	[18.3 / 12.3 / 3] гр 201 ккал
Люля-кебаб с пикантным томатным соусом	100/30
филе свинины, филе говядины, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная, специи	[13 / 21.1 / 11.8] гр 284 ккал
Гарниры	
Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3
картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное	[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал
Рис отварной со сливочным маслом	150/3
крупа рисовая, масло сливочное	[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал
Гречневая каша отварная со сливочным маслом	150/3
гречневая крупа, масло сливочное	[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал
Напитки	
Морс брусничный	200
брусника, сахар	[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал
Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)	200
черный чай без сахара	[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал
зеленый чай без сахара	[0 / 0 / 0] гр 0 ккал
фруктовый чай без сахара	[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал
Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)	[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал
Компот из сухофруктов	200
смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив	[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал
Хлеб	
Хлеб в ассортименте	20
батон "Нарезной" пшеничный	[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал
хлеб "Московский" ржаной	[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Вторник

порция грамм

[белки / жиры / углеводы] калории

Салаты

Салат «Феста»

филе куриное отварное, огурцы свежие, помидоры свежие, яйцо куриное отварное, капуста брокколи отварная, майонез

100

[2 / 5.3 / 5.6] гр 77.3 ккал

Салат "Баварский"

колбаса полукопченая, фасоль консервированная, лук репчатый, морковь столовая свежая, корнишоны консервированные, соус соевый, масло растительное, специи

100

[5.4 / 16.7 / 7] гр 198 ккал

Супы

Солянка из лосося с майонезом

филе кеты, филе трески, бульон рыбный, картофель, лук репчатый, морковь столовая свежая, оливки консервированные, томат-паста, лимон свежий, специи

15/250/5

[6 / 3 / 3] гр 62.5 ккал

Бульон куриный с яйцом

филе куриное, бульон куриный, яйцо куриное отварное, соль, перец черный молотый

12/250/20

[10.1 / 6.5 / 1] гр 86.2 ккал

Горячее

Треска запеченая в фольге с овощами

филе трески, лук репчатый, перец болгарский, соус соевый, специи

100

[15.6 / 4.9 / 3.9] гр 117 ккал

Голубцы "Ленивые" (блюдо не требующее гарнира)

свинина, говядина, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь столовая свежая, томат-паста, мука пшеничная, специи

250

[3.4 / 7.2 / 15] 248.8 ккал

Гарниры

Картофельное пюре со сливочным маслом

картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное

150/3

[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал

Рис отварной со сливочным маслом

крупа рисовая, масло сливочное

150/3

[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал

Гречневая каша отварная со сливочным маслом

гречневая крупа, масло сливочное

150/3

[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал

Напитки

мл

Морс брусничный

брусника, сахар

200

[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал

Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)

черный чай без сахара

200

[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал

зеленый чай без сахара

[0 / 0 / 0] гр 0 ккал

фруктовый чай без сахара

[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал

Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)

[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал

Компот из сухофруктов

смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив

200

[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал

Хлеб

Хлеб в ассортименте

20

батон "Нарезной" пшеничный

[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал

хлеб "Московский" ржаной

[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Среда

порция грамм

[белки / жиры / углеводы] калории

Салаты

Салат «Оливье»

ветчина, картофель, морковь столовая свежая, корнишоны консервированные, горошек зеленый консервированный, яйцо куриное, майонез

100

[5.4 / 16.7 / 7] гр 198 ккал

Салат из моркови с грибами

морковь столовая свежая, грибы древесные, дайкон свежий, огурцы свежие, масло растительное, перец красный молотый, соус соевый, специи

100

[1 / 0.3 / 16.6] гр 59 ккал

Супы

Щи с курицей и сметаной

филе куриное, капуста белокочаная, картофель, лук репчатый, морковь столовая свежая, сметана, специи

12/250/5

[4.3 / 5.3 / 8] гр 77.5 ккал

Суп "Минестроне" овощной

бульон куриный, картофель, морковь столовая свежая, лук репчатый, капуста цветная, баклажаны, перец болгарский, сельдерей, помидоры, горошек зеленый свежий, перец "чили", специи

250

[4.3 / 4.5 / 15.5] гр 107.5 ккал

Горячее

Кета жареная под маринадом

филе кеты, лук репчатый, морковь столовая свежая, томат-паста, специи

100/20

[22 / 6 / 1.7] гр 141 ккал

Зразы мясные с яйцом и луком

свинина, говядина, яйцо куриное, лук репчатый, чеснок, сухари панировочные, специи

100

[19.4 / 19.6 / 1.6] гр 258 ккал

Гарниры

Картофельное пюре со сливочным маслом

картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное

150/3

[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал

Рис отварной со сливочным маслом

крупа рисовая, масло сливочное

150/3

[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал

Гречневая каша отварная со сливочным маслом

гречневая крупа, масло сливочное

150/3

[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал

Напитки

мл

Морс брусничный

брусника, сахар

200

[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал

Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)

черный чай без сахара

200

[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал

зеленый чай без сахара

[0 / 0 / 0] гр 0 ккал

фруктовый чай без сахара

[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал

Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)

[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал

Компот из сухофруктов

смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив

200

[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал

Хлеб

Хлеб в ассортименте

20

батон "Нарезной" пшеничный

[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал

хлеб "Московский" ржаной

[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Среда

порция грамм

[белки / жиры / углеводы] калории

2

Салаты

Салат из кальмара со свежим огурцом и яйцом

кальмар отварной, огурец свежий, яйцо куриное отварное, сыр твердый, майонез

100

[12.7 / 3.4 / 2.1] гр 98.7 ккал

Салат «Витаминный»

капуста белокочанная, морковь столовая свежая, огурец свежий, горошек зеленый консервированный, масло растительное

100

[1.6 / 4.7 / 7] гр 67 ккал

Супы

Суп с морской капустой и сметаной

филе куриное отварное, бульон куриный, морская капуста консервированная, сметана, картофель, лук репчатый, морковь столовая свежая, специи

12/250/5

[35 / 12.5 / 22.5] гр 72 ккал

Крем-суп из шампиньонов

бульон куриный, картофель, шампиньоны свежие, лук репчатый, молоко питьевое, специи

250

[3.3 / 4.5 / 3.3] гр 65 ккал

Горячее

Тефтели рыбные в сырном соусе

кета, треска, лук репчатый, чеснок, крупа рисовая, сыр мягкий, сливки, сметана, специи

100/30

[21.7 / 9.5 / 10.3] гр 216.3 ккал

Бифштекс мясной ,рубленый с яйцом

говядина, свинина, лук репчатый, чеснок, яйцо куриное, специи

80/40

[19.4 / 19.6 / 1.6] гр 258 ккал

Гарниры

Картофельное пюре со сливочным маслом

картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное

150/3

[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал

Рис отварной со сливочным маслом

крупа рисовая, масло сливочное

150/3

[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал

Гречневая каша отварная со сливочным маслом

гречневая крупа, масло сливочное

150/3

[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал

Напитки

мл

Морс брусничный

брусника, сахар

200

[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал

Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)

черный чай без сахара

200

[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал

зеленый чай без сахара

[0 / 0 / 0] гр 0 ккал

фруктовый чай без сахара

[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал

Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)

[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал

Компот из сухофруктов

смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив

200

[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал

Хлеб

Хлеб в ассортименте

20

батон "Нарезной" пшеничный

[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал

хлеб "Московский" ржаной

[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Четверг

	порция грамм
	[белки / жиры / углеводы] калории
Салаты	
Салат «Деревенский»	100
картофель, огурцы консервированные, опята маринованные, лук репчатый, масло растительное, специи	[2.6 / 7.2 / 10.1] гр 113.7 ккал
Салат "Неаполь"	100
дайкон свежий, сыр твердый, яблоко свежее, майонез, семя кунжута	[1.33 / 8.38 / 3.27] гр 93.8 ккал
Супы	
Уха из кеты	12/250
филе кеты, картофель, лук репчатый, морковь столовая свежая, специи	[8.5 / 2.5 / 13.8] гр 115 ккал
Свекольник со сметаной	12/250/5
говядина отварная, бульон мясной говяжий, картофель, свекла столовая, лук репчатый, морковь столовая свежая, томат - паста, майонез, специи	[3.8 / 4.3 / 6.3] гр 72.5 ккал
Горячее	
Гуляш из свинины	80/70
филе свинины, лук репчатый, перец болгарский, морковь столовая свежая, томат -паста, бульон мясной, мука пшеничная, специи	[14 / 9.2 / 2.6] гр 148 ккал
Котлета куриная по-Киевски	100
филе куриное, масло сливочное, лук репчатый, яйцо куриное, шпик свиной, чеснок, сухари панировочные, специи	[19.7 / 15.7 / 7.6] гр 247 ккал
Гарниры	
Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3
картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное	[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал
Рис отварной со сливочным маслом	150/3
крупа рисовая, масло сливочное	[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал
Гречневая каша отварная со сливочным маслом	150/3
гречневая крупа, масло сливочное	[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал
Напитки	
	мл
Морс брусничный	200
брусника, сахар	[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал
Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)	200
черный чай без сахара	[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал
зеленый чай без сахара	[0 / 0 / 0] гр 0 ккал
фруктовый чай без сахара	[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал
Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)	[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал
Компот из сухофруктов	200
смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив	[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал
Хлеб	
Хлеб в ассортименте	20
батон "Нарезной" пшеничный	[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал
хлеб "Московский" ржаной	[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Четверг

порция грамм

[белки / жиры / углеводы] калории

Салаты

"Рулетки" из баклажан

баклажаны, чеснок свежий, сыр твердый, майонез, орех грецкий, зелень петрушки

100

[5.56 / 17.29 / 5.1] гр 191.6 ккал

Салат «Фантазия»

кета малосоленая, помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, перец болгарский, масло растительное

100

[8.3 / 15.7 / 4.9] гр 104.5 ккал

Супы

Борщ картофельный с говядиной и майонезом

говядина отварная, бульон мясной, картофель, капуста белокочанная, морковь столовая свежая, лук репчатый, свекла, перец болгарский, майонез, специи

12/250/5

[5 / 3.5 / 8.3] гр 80 ккал

Суп сырный с копченостями

колбаса полукопченая, филе копченой курицы, бульон куриный, картофель, сыр мягкий, молоко питьевое цельное, специи

15/250

[4.3 / 1.1 / 6.5] гр 52.9 ккал

Горячее

Курица запеченая

окорока куриные, майонез, чеснок, соль, перец черный молотый

150

[24 / 21 / 0.1] гр 266 ккал

Говядина с овощами в крахмальном соусе

говядина филе, баклажаны, лук репчатый, цукини, морковь столовая свежая, соус "устричный", крахмал, семя кунжута

120

[10.7 / 16 / 4.3] гр 199 ккал

Гарниры

Картофельное пюре со сливочным маслом

картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное

150/3

[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал

Рис отварной со сливочным маслом

крупа рисовая, масло сливочное

150/3

[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал

Гречневая каша отварная со сливочным маслом

гречневая крупа, масло сливочное

150/3

[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал

Напитки

мл

Морс брусничный

брусника, сахар

200

[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал

Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)

черный чай без сахара

200

[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал

зеленый чай без сахара

[0 / 0 / 0] гр 0 ккал

фруктовый чай без сахара

[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал

Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)

[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал

Компот из сухофруктов

смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив

200

[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал

Хлеб

Хлеб в ассортименте

20

батон "Нарезной" пшеничный

[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал

хлеб "Московский" ржаной

[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Пятница

	порция грамм
	[белки / жиры / углеводы] калории
Салаты	
Салат «Австрийский»	100
тушеные овощи: баклажаны, цукини, перец болгарский, лук репчатый, морковь столовая свежая, специи, масло растительное	[1.5 / 2.4 / 5.9] гр 49.6 ккал
Сельдь с луком и зеленым горошком	40/20/40
сельдь соленая, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное	[8.3 / 8.3 / 4.2] гр 125 ккал
Супы	
Суп-лечо из говядины	12/250
говядина отварная, бульон мясной, картофель, морковь столовая свежая, помидоры, лук репчатый, перец болгарский, фасоль консервированная, томат-паста, чеснок, специи	[7.7 / 11.3 / 13.8] гр 187 ккал
Солянка мясная по-Домашнему с майонезом	12/250/5
свинина отварная, курица отварная, сосиски говяжьи отварные, бульон мясной говяжий, картофель, лук репчатый, морковь столовая свежая, лимон свежий, томат-паста, оливки консервированные, майонез, специи	[10 / 4.5 / 25] гр 158 ккал
Горячее	
Курица жареная со стрелками чеснока	120
филе куриное, стрелки чеснока, лук репчатый, морковь столовая свежая, перец болгарский, крахмал, соус "устричный", соус соевый, масло кунжутное, семя кунжута, специи	[9.12 / 7.7 / 5.5] гр 118.8 ккал
Тефтели мясные в томатном соусе	80/50
говядина, свинина, лук репчатый, морковь столовая свежая, мука пшеничная, томат-паста, специи	[19.1 / 15.8 / 14.6] гр 373 ккал
Гарниры	
Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3
картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное	[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал
Рис отварной со сливочным маслом	150/3
крупа рисовая, масло сливочное	[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал
Гречневая каша отварная со сливочным маслом	150/3
гречневая крупа, масло сливочное	[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал
Напитки	
	мл
Морс брусничный	200
брусника, сахар	[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал
Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)	200
черный чай без сахара	[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал
зеленый чай без сахара	[0 / 0 / 0] гр 0 ккал
фруктовый чай без сахара	[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал
Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)	[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал
Компот из сухофруктов	200
смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив	[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал
Хлеб	
Хлеб в ассортименте	20
батон "Нарезной" пшеничный	[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал
хлеб "Московский" ржаной	[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал

Бизнес – ланч с 12:00 до 16:00; с понедельника по пятницу

Пятница

порция грамм

[белки / жиры / углеводы] калории

Салаты

Салат из свеклы с черносливом и грецким орехом

свекла столовая отварная, чернослив, орех грецкий, чеснок свежий, майонез

100

[7.1 / 15.6 / 30.7] гр 284 ккал

Салат мясной по- Тайски

ветчина, филе куриное отварное, капуста пекинская, морковь столовая свежая, яйцо куриное отварное, лук репчатый, майонез

100

[1.6 / 8.1 / 6] гр 94 ккал

Супы

Суп гороховый с копченостями

колбаса полукопченая, филе куриное копченое, бульон мясной говяжий, горох, картофель, лук репчатый, морковь столовая свежая, специи

15/250

[11 / 6 / 22.3] гр 165 ккал

Окрошка "Домашняя" на кефире

ветчина, яйца куриные, огурцы свежие, редис свежий, картофель отварной, кефир, специи

250

[7.8 / 4.8 / 10.2] гр 117.5 ккал

Горячее

Рулет куриный с шампиньонами

филе куриное, шампиньоны, лук репчатый, сыр мягкий, яйцо куриное, мука пшеничная, сухари панировочные

130

[12.4 / 8.2 / 3] гр 137 ккал

Свинина тушеная с папоротником

свинина филе, папоротник, лук репчатый, морковь столовая свежая, чеснок, соус соевый, томат-паста, крахмал, специи

130

[10.7 / 16 / 4.3] гр 199 ккал

Гарниры

Картофельное пюре со сливочным маслом

картофель, молоко питьевое 2.5% жирн., масло сливочное

150/3

[3,9 / 4,05 / 19,5] гр 126 ккал

Рис отварной со сливочным маслом

крупа рисовая, масло сливочное

150/3

[3,6 / 2,78 / 37,4] гр 192 ккал

Гречневая каша отварная со сливочным маслом

гречневая крупа, масло сливочное

150/3

[6,81 / 13,35 / 37,6] гр 288 ккал

Напитки

Морс брусничный

брусника, сахар

200

[0,1 / 0,1 / 9] гр 72 ккал

Чай (индийский байховый в пакетах для разовой заварки)

черный чай без сахара

200

[0,1 / 0 / 0] гр 1 ккал

зеленый чай без сахара

[0 / 0 / 0] гр 0 ккал

фруктовый чай без сахара

[0,1 / 0 / 1] гр 1 ккал

Чай в ассортименте с сахаром (сахар песок)

[0,2 / 0,1 / 7,1] гр 28 ккал

Компот из сухофруктов

смесь сухих фруктов: яблоко, груша, изюм, курага, чернослив

200

[0,3 / 0,1 / 18,1] гр 71,9 ккал

Хлеб

Хлеб в ассортименте

20

батон "Нарезной" пшеничный

[0,9 / 0,3 / 4,9] гр 25,3 ккал

хлеб "Московский" ржаной

[0,8 / 0,1 / 5] гр 24,14 ккал