

# МЕНЮ

## 21 НОЯБРЯ

Наименование	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углев.г	Энерг.цен.
<b>Холодные закуски</b>						
<b>Салат "Черный жемчуг"</b> <i>(кура, морковь, свекла, яйцо, чернослив)</i>	100гр	60,00р.	7,4	24,8	4,9	272,4
<b>Салат "Русалочка"</b> <i>(горбуша консервированная, картофель, яйцо, огурец маринованный, кукуруза)</i>	100гр	60,00р.	8,6	16	4,7	195,6
<b>Салат "Прага"</b> <i>(фунчоза, красная капуста, перец, огурец, шпинат свежий. Заправка - масло, сахар, имбирь, соевый соус, чеснок, сок лимона)</i>	100гр	45,00р.	0,6	3,1	7,3	59
<b>Салат "Морковный"</b> <i>(морковь, яблоко, апельсин, мед, лимон сок, подсолнечные семечки)</i>	100гр	35,00р.	0,6	3,1	7,3	59
<b>Салат из свежей капусты с редисом и зеленью</b>	100гр	35,00р.	0,8	8	4,1	89,7
<b>Первые блюда</b>						
<b>Суп куринный с вермишелью</b>	250гр	60,00р.	1,4	2	5	42
<b>Крем-суп из шпината со сливками</b>	250гр	50,00р.	1,5	5,9	9,2	93,5
<b>Бульон с омлетом</b>	250гр	45,00р.	11,3	10,2	12,2	190,5
<b>Вторые блюда</b>						
<b>Свинина запеченная с перцем</b>	100гр	110,00р.	20,12	6,98	0,28	146,4
<b>Кура в цитрусовом маринаде с имбирем</b>	100гр	110,00р.	16	6	8	160
<b>Бефстроганов из свинины</b>	75/75	100,00р.	6,2	5,4	17,2	141
<b>Биточки мясные</b>	100гр	90,00р.	14,1	15,7	6,6	222,5
<b>Вегетарианское блюдо</b>						
<b>Овощное рагу</b> <i>(картофель, морковь, лук, капуста)</i>	150гр	75,00р.	22,7	1,5	3,7	37,8
<b>Диетическое блюдо</b>						
<b>Филе трески на пару в травах с лимоном</b>	100гр	110,00р.	16,8	10,2	1	158
<b>Гарниры</b>						
<b>Картофель жареный</b>	150гр	50,00р.	2,6	2,7	13	84
<b>Рис отварной</b>	150гр	40,00р.	3,6	0,9	17,6	88,8
<b>Макароны отварные</b>	150гр	40,00р.	2,2	0,5	24,9	116
<b>Напитки</b>						
<b>Напиток из шиповника</b>	200мл	25,00р.	0,3	0,1	28,2	116,4
<b>Хлеб, батон</b>	1кус	3,00р.	0,68	0,1	4,5	21,6

**Приятного аппетита!**