

## МЕНЮ 2 МАРТА

Наименование	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углев.г	Энерг.цен
<b>Холодные закуски</b>						
<b>Салат "Нептун"</b> <i>(кальмары, пекинская капуста, огурец свежий, яйцо, кукуруза)</i>	100гр	60,00р.	10,6	16,5	11,9	236,2
<b>Салат "Оливье"</b> <i>(ветчина, картофель, морковь, яйцо, огурец соленый, горошек)</i>	100гр	60,00р.	9,6	24	2,6	262
<b>Салат из помидор с огурцом и перцем</b>	100гр	45,00р.	6,2	10,2	2,3	128
<b>Салат "Витаминный"</b> <i>(капуста свежая, морковь, яблоко)</i>	100гр	35,00р.	2,3	5,5	6,5	91
<b>Салат из свеклы с тыквенными семечками</b>	100гр	35,00р.	1,4	13,4	5,8	146
<b>Первые блюда</b>						
<b>Суп куринный с лапшой</b>	250гр	60,00р.	15,6	22,9	34	404,7
<b>Крем-суп овощной</b>	250гр	50,00р.	3,6	11,9	20,3	202,9
<b>Бульон с яйцом</b>	250гр	45,00р.	11,3	10,2	12,2	190,5
<b>Вторые блюда</b>						
<b>Кура запеченная "По-королевски"</b> <i>(грибы, помидоры, сыр)</i>	100гр	110,00р.	11	11,6	7,9	179,2
<b>Шницель из свинины натуральный</b>	100гр	110,00р.	21	9,5	8,2	193,1
<b>Поджарка из кури</b>	75/75гр	100,00р.	18,5	28,9	2,1	342,5
<b>Тефтели мясные</b>	100гр	90,00р.	15,8	21,7	16,1	323,8
<b>Вегетарианское блюдо</b>						
<b>Брокколи припущенная на пару с морковью</b>	150гр	75,00р.	3,4	2,4	8,1	66,5
<b>Диетическое блюдо</b>						
<b>Филе горбуши на пару с лимоном</b>	100гр	110,00р.	18,2	18,4	0,7	337,44
<b>Гарниры</b>						
<b>Картофель отварной</b>	150гр	50,00р.	3,1	8,9	25,3	193,9
<b>Греча отварная</b>	150гр	40,00р.	6,5	8,9	37,4	255,7
<b>Макароны отварные</b>	150гр	40,00р.	3,6	0,9	17,6	88,8
<b>Напитки</b>						
<b>Морс из черной смородины</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!**