

Комплексные обеды для туристических групп

Вариант № 1

1.	БОРЩ без мяса	250	75-00
<i>Капуста св., свекла, морковь, лук репчатый, томат, майонез)</i> <i>Белки – 6,30 жиры – 50,12 углеводы – 39,84 энергетическая ценность – 635,65</i>			
2.	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 1/2	75	28-00
<i>(Капуста св., морковь)</i> <i>Белки – 2,30 жиры – 7,63 углеводы – 11,51 энергетическая ценность – 123,8</i>			
3.	ЭСКАЛОП ИЗ СВИНИНЫ 1/2	50	95-50
4.	Рис или макароны	200	45-00
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 264-00			

Вариант № 2

1.	Суп картофельный	250	35-50
<i>(Картофель, лук, морковь,)</i>			
2.	САЛАТ «ГРИБНАЯ ПОЛЯНА» 1/2	80	65-00
<i>(Грибы, ветчина, картофель, огурцы соленые, помидоры свежие, майонез, лук репчатый, зелень)</i> <i>Белки – 6,34 жиры – 26,08 углеводы – 6,35 энергетическая ценность – 285,44</i>			
3.	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 1/2 (мини. горшочек)	162,5	115-00
<i>(Говядина, картофель, лук репчатый, майонез)</i> <i>Белки – 18,12 жиры – 32,66 углеводы – 28,83 энергетическая ценность – 481,74</i>			
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
7.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 276-00			

Вариант № 3

1.	Суп грибной	250	40-50
<i>(Картофель, лук, морковь, шампиньоны)</i>			
2.	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ ½	75	55-00
<i>(Помидоры св., огурцы св., лук репчатый, майонез)</i> <i>Белки – 1,47 жиры – 24,98 углеводы – 5,18 энергетическая ценность – 251,45</i>			
3.	ФИЛЕ КУРИНОЕ В ПАНИРОВКЕ 1/2	100	95-00
4.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	50-00
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Блин со сгущенкой	150/20	50-00
7.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 311-00			

Вариант № 4

1.	Рассольник	250	40-00
<i>(Картофель, лук, морковь, огурцы сол.)</i>			
2.	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 1/2	75	28-00
<i>(Капуста св., морковь)</i> <i>Белки – 2,30 жиры – 7,63 углеводы – 11,51 энергетическая ценность – 123,8</i>			
3.	КОТЛЕТА ПО-МОСКОВСКИ	80/30	128-00
4.	Рис или макароны	200	45-00
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
7.	Набор к чаю (печенье)		18-50

Итого: 280-00

Вариант №5

1.	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250/50	116-00
<i>(Лапша домашняя, морковь, лук, курица)</i> <i>Белки – 16,66 жиры – 13,63 углеводы – 27,30 энергетическая ценность – 296,72</i>			
2.	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 1/2 (мини. горшочек)	162,5	115-50
<i>(Говядина, картофель, лук репчатый, майонез)</i> <i>Белки – 18,12 жиры – 32,66 углеводы – 28,83 энергетическая ценность – 481,74</i>			
3.	Хлеб черн.	2 к	8-00
4.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
5.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 292-00			

Вариант № 6

1.	Суп кудряш	250	31-50
<i>(Картофель, лук, морковь, яйцо)</i>			
2.	САЛАТ «ФРАНЦУЗСКИЙ» 1/2	75	56-00
<i>(Ветчина, яйцо, картофель, огурцы св., зеленый горошек, майонез)</i> <i>Белки – 7,98 жиры – 29,10 углеводы – 7,00 энергетическая ценность – 321,83</i>			
3.	ФИЛЕ КУРИНОЕ В ПАНИРОВКЕ 1/2	100	95-00
4.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	50-00
5.	Хлеб черн	2	8-00
6.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
7.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 293-00			

Вариант № 7

1.	БОРЩ без мяса	250	75-00
<i>Капуста св., свекла, морковь, лук репчатый, томат, майонез)</i> <i>Белки – 6,30 жиры – 50,12 углеводы – 39,84 энергетическая ценность – 635,65</i>			
2.	САЛАТ «ФРАНЦУЗСКИЙ» 1/2	75	56-00
<i>(Ветчина, яйцо, картофель, огурцы св., зеленый горошек, майонез)</i> <i>Белки – 7,98 жиры – 29,10 углеводы – 7,00 энергетическая ценность – 321,83</i>			
3.	ЭСКАЛОП ИЗ СВИНИНЫ 1/2	50	95-50
4.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	50-00
5.	Хлеб черн	2	8-00
6.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
7.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 337-00			

Вариант № 8

1.	СОЛЯНКА СБОРНАЯ МЯСНАЯ	250/25	130-00
<i>(Огурцы соленые, лук репчатый, томат, лимон, маслины, майонез, мясной набор)</i> <i>Белки – 6,17 жиры – 36,18 углеводы – 10,31 энергетическая ценность – 391,60</i>			
2.	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 1/2 (мини. горшочек)	162,5	115-50
<i>(Говядина, картофель, лук репчатый, майонез)</i> <i>Белки – 18,12 жиры – 32,66 углеводы – 28,83 энергетическая ценность – 481,74</i>			
3.	Хлеб черн, белый	1+1	12-00
4.	Блин со сгущенкой	150/20	50-00

5.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 320-00			

Вариант №9

1.	Суп картофельный	250	35-50
<i>(Картофель, лук, морковь,)</i>			
2.	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 1/2	75	28-00
<i>(Капуста св., морковь)</i> <i>Белки – 2,30 жиры – 7,63 углеводы – 11,51 энергетическая ценность – 123,8</i>			
3.	Шницель рыбный	160	180-00
<i>(Судак, лук репчатый, сухари панировочные; хлеб пшеничный)</i> <i>Белки – 22,74 жиры – 17,89 углеводы – 17,00 энергетическая ценность – 314,80</i>			
4.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	50-00
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 314-00			

Вариант № 10

1.	Суп картофельный	250	35-50
<i>(Картофель, лук, морковь,)</i>			
2.	САЛАТ «ФРАНЦУЗСКИЙ» 1/2	75	56-00
<i>Ветчина, яйцо, картофель, огурцы св., зеленый горошек, майонез)</i> <i>Белки – 7,98 жиры – 29,10 углеводы – 7,00 энергетическая ценность – 321,83</i>			
3.	ПЕЧЕНЬ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ В ГОРШОЧКЕ	170	175-00
<i>(печень гов., сметана, лук реп., масло сл., специи)</i> <i>Белки – 23,33 жиры – 23,28 углеводы – 12,02 энергетическая ценность – 350,88</i>			
4.	Хлеб черн.	2 к	8-00
5.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
6.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 327-00			

Вариант № 11

1.	Суп картофельный	250	35-50
<i>(Картофель, лук, морковь,)</i>			
2.	САЛАТ «ФРАНЦУЗСКИЙ» 1/2	75	56-00
<i>Ветчина, яйцо, картофель, огурцы св., зеленый горошек, майонез)</i> <i>Белки – 7,98 жиры – 29,10 углеводы – 7,00 энергетическая ценность – 321,83</i>			
3.	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	325	230-00
<i>(Говядина, картофель, лук репчатый, майонез)</i> <i>Белки – 18,12 жиры – 32,66 углеводы – 28,83 энергетическая ценность – 481,74</i>			
4.	Хлеб черн.	2 к	8-00
5.	Блин со сгущенкой	150/20	50-00
6.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 392-00			

Вариант № 12

1.	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250/50	116-00
<i>(Лапша домашняя, морковь, лук, курица)</i> <i>Белки – 16,66 жиры – 13,63 углеводы – 27,30 энергетическая ценность – 296,72</i>			
2.	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ ½	75	55-00
<i>(Помидоры св., огурцы св., лук репчатый, майонез)</i> <i>Белки – 1,47 жиры – 24,98 углеводы – 5,18 энергетическая ценность – 251,45</i>			
3.	ФИЛЕ КУРИНОЕ В ПАНИРОВКЕ 1/2	100	95-00
4.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	50-00
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
7.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	13-00
Итого: 377-00			

Вариант № 13

1.	БОРЩ ФЛОТСКИЙ	250/20/20	110-00
<i>(Капуста св., свекла, морковь, лук репчатый, томат, майонез, карбонат в/к)</i> <i>Белки – 17,80 жиры – 58,10 углеводы – 29,11 энергетическая ценность – 710,56</i>			
2.	САЛАТ «СТОЛИЧНЫЙ»	75	70-00
3.	ЭСКАЛОП ИЗ СВИНИНЫ 1/2	50	95-50
4.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	50-00
5.	Хлеб черн.	2 к	8-00
6.	Пирог (с капустой или джемом)	60	40-00
7.	Чай с лимоном и сахаром	200мл.	12-50
Итого: 386-00			