
























Приложение №1
 Утверждаю:
 Директор
 ООО «Кондор 3»
 _____ М.Л. Берман

Ассортиментный перечень
 продукции и сопутствующих товаров для бортового питания
 ООО «Кондор 3»
 с 15.04.2020 года
 Перечень блюд


Наименование продукции	Вес, грамм	Цены реализации, руб. без НДС	Аллергены	Пищевая ценность изделия на 100гр.				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал/кДж	
Бизнес класс								
Закуски из рыбы и морепродуктов								
1. Рыбная закуска № 1								
Рыба масляная	25							
Рыба лосось слабосоленый	20							
Оливки без косточки	10							
Фунчоза фри	1							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/59	213,00	2, 6	13,8	8,9	1,5	141/589	
2. Рыбная закуска № 2								
Рыба угорь копченый	30							
Рыба лосось слабосоленый	20							
Томаты черри свежие	10							
Лимон	10							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/73	357,00	2	11,2	10,5	9,1	175/ 832	
3. Рыбная закуска № 3								
Рыба угорь копченый	20							
Рыба масляная	25							
Сырный паштет	10							
Фунчоза фри	1							
Семя тыквенное	1							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/60	274,00	2, 6	14,1	10,7	8,1	184/ 769	
4. Рыбная закуска № 4								
Рыба лосось слабосоленый	30							
Рыба масляная	15							
Томаты черри свежие	10							
Лимон	10							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/68	208,00	2	12,0	8,3	1,6	130/ 543	
5. Рыбная закуска № 5								
Рыба лосось слабосоленый	30							
Рыба угорь копченый	20							
Оливки без косточки	10							
Фунчоза фри	1							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/64	338,00	2, 6	12,8	12,4	7,2	190/ 795	
6. Рыбная закуска № 6								
Рыба угорь копченый	20							
Рыба масляная	20							
Рыба лосось слабосоленый	20							
Сырный паштет	10							
Семя тыквенное	1							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/74	301,00	2	15,9	11,2	5,4	185/ 776	
Мясные закуски								
1. Мясная закуска № 1								
Индейка тандури	30							
Говядина запеченная с розмарином	20							
Оливки без косточки	10							
Тимьян свежий	1							
Перец розовый горошек	0,1							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/64	267,00		20,9	13,9	0,5	211/ 881	
2. Мясная закуска № 2								
Индейка тандури	30							
Язык отварной (говяжий)	10							
Копчености колбаса сырокопченая	10							
Томаты черри свежие	10							
Зелень свежая	3							
Выход, г	1/63	216,00	10	19,3	20,0	2,1	266/ 1115	
3. Мясная закуска № 3								
Индейка тандури	30							
Копчености колбаса сырокопченая	10							
Оливки без косточки	10							

Выход, г	1/51	192,00	4	22,7	20,5	2,9	287/ 1200	
3. Десерт №3								
Сыр ларец с грецким орехом	20							
Сыр пармезан	10							
Сыр грюйер трубочки	15							
Физалис свежий	5							
Розмарин свежий	1							
Выход, г	1/51	280,00	4	25,2	23,1	0,9	312/ 1306	
4. Десерт №4								
Сыр маасдам	20							
Сыр ларец с грецким орехом	20							
Сыр скаморца шарики	14							
Шоколадный декор	2							
Розмарин свежий	1							
Выход, г	1/57	208,00	4	22,6	32,7	3,0	396/ 1657	
5. Десерт №5								
Сыр маасдам	20							
Сыр ларец с грецким орехом	10							
Сыр ларец с тыквенными семечками	10							
Виноград черный	10							
Карамелизованные лепестки арахиса	5							
Розмарин свежий	1							
Выход, г	1/56	182,00	4, 5	16,5	18,6	9,1	269/ 1126	
6. Десерт №6								
Сыр грюйер трубочки	15							
Сыр ларец с тыквенными семечками	20							
Сыр скаморца шарики	14							
Сыр пармезан	10							
Шоколадный декор	2							
Розмарин свежий	1							
Выход, г	1/62	312,00	4	27,0	32,8	2,8	414/ 1734	
Салаты								
1. Салат гриль с запеченой говядиной								
(салат листовой, говядина запеченая с розмарином, зелень шпината, свежие помидоры черри, цукини гриль)								
Выход, г	1/105	222,00		7,2	6,2	3,4	98/ 409	
2. Салат Греческий								
(салат листовой, салат лоло росо, перец свежий, сыр фетакса, оливки, маслины)								
Выход, г	1/102	215,00	4	3,4	10,4	3,5	121/ 505	
3. Салат Капрезе								
(салат листовой, салат лоло росо, свежие помидоры черри , перепелиные яйца, моцарелла, декорирован веточкой свежего базилика)								
Выход, г	1/91	248,00	4, 9	6,5	6,5	2,6	95/ 397	
4. Салат Цезарь								
(зелень свежая, салат листовой, свежие помидоры черри, жареное в специях филе индейки, свежий перец и сыр "Пармезан")								
Выход, г	1/115	267,00	4	59,6	25,3	26,8	585/ 2439	
5. Салат Фитнес с индейкой								
(зелень свежая, микс салата, свежий цукини, филе апельсина, виноград черный, индейка жареная, грецкий орех)								
Выход, г	1/97	197,00	5	9,6	12,9	5,9	179/ 747	
6. Салат с лососем, зеленью и кедровыми орешками								
(зелень свежая, лосось слабосоленый, свежие огурцы, помидоры черри, сыр моцарелла, кедровые орешки)								
Выход, г	1/110	239,00	4, 5, 6	8,3	9,0	3,4	129/ 538	
7. Салат из индейки с сезонными овощами и								
(салат листовой, жареное в специях филе индейки, цукини гриль, свежие огурцы, помидоры черри, спаржа зеленая, редис, сырный соус)								
Выход, г	1/160	244,00	4	4,6	7,5	3,2	99/ 414	
8. Салат зеленый с угрем								
(зелень свежая, свежие огурцы, помидоры чери, перец свежий, угорь копченый, яйцо перепелиное)								
Выход, г	1/100	364,00	6, 9	6,5	4,8	7,8	100/ 419	

Горячие блюда из рыбы									
1. Треска в апельсиновом маринаде (жареное филе трески, подается с апельсиновым маринадом, припущенной цветной капустой и тимьяном)									
Выход, г	1/127/15/1	431,00	6	17,5	2,7	2,6	106/ 443		
2. Лойн трески с тапенадом из маслин и прованским соусом (филе трески северных морей обжаренное на оливковом масле, в дополнении паста из мелкорубленных испанских маслин и сливочного соуса с прованскими травами, декорировано лимоном)									
Выход, г	1/100/7/6/15	423,00	6,4	19,3	6,8	0,6	141/ 588		
3. Спринг-роллы с лососем и свежим шпинатом (роллы из спринг теста с начинкой из лосося и шпината, декорированы белым и черным кунжутом)									
Выход, г	1/133	520,00	3, 6, 9	20,8	16,7	6,4	258/ 1080		
4. Стейк из лосося на гриле (филе лосося гриль, подается с запеченными в прованских травах томатами черри и картофелем)									
Выход, г	1/100/20/15	462,00	6	21,2	6,8	4,4	588/ 2452		
5. Мильфей из семги (слайсы филе лосося запечённые с сыром Маасдам, декорированы зеленью тимьяна)									
Выход, г	1/130/1	520,00	6, 4,	30,1	20,4	0,7	306/ 1276		
6. Стейк из семги на пару (припущенная семга с соусом из отварной капусты брокколи, декорирована вялым томатом и зеленью тимьяна)									
Выход, г	1/100/10/10/1	483,00	6	38,3	21,3	0,1	345/ 1439		
7. Треска в лимонной карамели									
Выход, г	1/90/10/1	410,00	6	15,9	0,8	3,2	84/ 350		
8. Ролл из семги *NEW									
Выход, г	1/100/4/1	482,00		25,2	13,8	4,5	242/1015		
9. Запеченная треска с цветной капустой *NEW									
Выход, г	1/90/20/1	420,00		15,3	3	3	100/418		
10. Тельное из семги с вялыми томатами (филе лосося запеченное с творожным сыром и маслинами, декорировано вялыми томатами, каперсами и пудрой из зелени)									
Выход, г	1/70/8/6/1	431,00	2, 4, 6	20,6	27,8	1,3	337/ 1411		
Горячие блюда из мяса									
1.Строганов из говядины (соломка из говядины обжаренная с луком в сливочном соусе, декорирована каперсом и розмарином)									
Выход, г	1/110/4/1	361,00	4	16,1	26,9	3,7	323/ 1347		
2.Тальята из филе говядины с грибным соусом (обжаренное филе говядины тонкой нарезки, подается с грибным соусом, свежим перцем и тимьяном)									
Выход, г	1/100/30/8/1	439,00	4	19,0	11,1	1,9	184/ 768		
3. Филе миньён с печёными овощами (жареный медальон из говядины в сочетании с баклажанами и цукини гриль, декорирован тимьяном)									
Выход, г	1/110/15/15/1	488,00		17,5	4,2	7,3	136/ 567		
4. Говяжья вырезка в пряной глазури									

(говяжья вырезка запеченная в пасте из перца, горчицы, меда и зелени, подается с паровой мини морковью и розмарином)								
Выход, г	108/20/1	431,00		16,7	5,6	11,0	162/ 676	
5. Бифштекс								
(рубленный бифштекс из говяжьей вырезки, обжаренный на гриле, декорирован розмарином)								
Выход, г	1/100/1	402,00		23,2	6,4	0,4	152/ 634	
6. Говяжий язык с киселем из лесных грибов								
(слайсы отварного языка подаются с соусом из опят в сочетании с паровыми мини морковью, капустой брокколи и картофелем)								
Выход, г	1/100/40	366,00	2	25,0	12,7	11,8	260/ 1084	
10. Медальон из говядины								
(обжаренный медальон из говяжьей вырезки, подается с томатным соусом, печеными черри и розмарином)								
Выход, г	1/100/20/10/1	436,00		19,8	5,8	2,1	139/ 580	
7. Вырезка в спринг тесте *NEW								
Выход, г	1/115/20	365,00	4,9,15	17,9	12,7	12,3	233/976	
8. Медальоны из вырезки в сухарях панко *NEW								
Выход, г	1/155	400,00	4,15	15,4	7,3	1,7	135/564	
9. Говядина с томатами и базиликом *NEW								
Выход, г	1/110/20	380,00	9	22,3	12,9	1,3	210/880	
Горячие блюда из птицы								
1. Террин из цыпленка								
(рубленое филе цыпленка запеченное со сливками, беконом и оливками, декорировано помидорами черри, жареными шампиньонами и тимьяном)								
Выход, г	1/ 130/10/10 /1	260,00	4	22,3	9,4	1,3	178/ 747	
2. Индейка Су-Вид								
(томленое филе индейки су-вид в медово горчицной заправке, с паровыми спаржей и мини морковью)								
Выход, г	1/110/10/7	384,00		20,9	23,3	3,9	309/ 1289	
3. Филе индейки с садовыми овощами								
(обжаренное филе индейки, в сочетании с молодым картофелем, мини морковью и томатами черри)								
Выход, г	1/100/10/6/15	332,00		19,9	19,1	3,7	266/ 1110	
4. Куриное филе с творожным сыром								
(жареное филе кури с начинкой из сливочного сыра, вяленых томатов, в сочетании с пряностями и соусом песто)								
Выход, г	1/125/10	270,00	4, 5	25,1	13,9	11,9	233/ 977	
8. Отбивная из куриного филе в панировочных сухарях								
(куриный шницель жареный в смеси воздушных хлебных крошек, в дополнении с печеными томатами, баклажанами и тимьяном)								
Выход, г	1/120/8/8/1	277,00	2	19,6	9,3	10,0	201/ 839	
5. Стейки из индейки с ананасами *NEW								
Выход, г	1/100/40/1	335,00		18,6	22,9	4,3	297/1244	
6. Котлета по-киевски *NEW								
Выход, г	1/130/20/20/1	420,00		19,3	6,3	7,1	161/675	
7. Медальоны из индейки с чипсами из сельдерея *NEW								

Выход, г	1/100/30/5	355,00		20,4	30,3	3,7	369/1543	
Гарниры								
1. Картофель молодой с зеленью (отварной молодой картофель с зеленью)								
Выход, г	за 100 гр	64,00	4	1,8	2,6	16,2	92/ 384	
2. Киноа с печеными помидорами черри (безглютеновый злаковый гарнир в комбинации с печеными томатами и пряными травами)								
Выход, г	за 100 гр	87,00		4,9	6,3	21,1	158/ 659	
3. Черный рис с морковью (ароматный, сладковато-экзотический вкус риса в сочетании с паровыми мини морковью и стеблями спаржи)								
Выход, г	за 100 гр	78,00		2,3	3,5	16,6	104/ 434	
4. Фетучини отварные с вяленными (классическая паста с вялеными томатами)								
Выход, г	за 100 гр	86,00		6,5	5,1	31,9	193/ 805	
5. Рис басмати (разновидность ароматного риса с мелкими длинными зёрнами)								
Выход, г	за 100 гр	68,00	4,00	3,0	3,3	28,8	151/ 634	
6. Драники картофельные (жареное блюдо из тертого картофеля)								
Выход, г	1/140	88,00		3,9	19,7	32,1	315/ 1319	
Блюда для завтрака								
1. Азиатский омлет с угрем (классический омлет с добавлением соевого соуса, подаётся с копчёным угрём, цуккини гриль и свежим перцем)								
Выход, г	1/125/35/20/30/1	320,00	9, 4, 6	15,2	10,2	6,6	178/ 743	
2. Блинчики с начинкой из мяса (блинчики фаршированные сочным рубленым мясом свинины и говядины с добавлением жареного лука и сливок)								
Выход, г	2/60	154,00	4	10,6	19,5	14,8	278/ 1160	
3. Говядина духовая (филе говядины запеченное с пряностями подается с картофельным драником и травяным сливочным маслом)								
Выход, г	1/80/48/10	312,00	4	15,7	12,4	12,6	222/ 928	
4. Французский омлет (популярный во франции слоёный омлет, подается со стеблями паровой спаржи, икрой лосося и веточкой тимьяна)								
Выход, г	1/70/12/10/1	253,00	4, 9, 6	17,5	13,2	2,5	198/ 826	
5. Фритатта с сыром и маслинами (нежный омлет в сочетании с сыром фетакса, маслинами и оливками, подается с паровой капустой брокколи и томатами черри)								
Выход, г	1/105/25/20	217,00	4, 9	9,8	10,7	1,7	142/ 593	
6. Творожный пудинг (творожный десерт)								
Выход, г	1/130/10/2	176,00	4, 9	15,6	11,5	15,9	227/ 947	
7. Омлет с зеленью и овощами (классический омлет в дополнении томатов черри и паровой моркови мини, декорирован свежим базиликом)								
Выход, г	2/75/45/15/1	163,00	4, 9	14,8	18,0	2,3	230/ 959	
8. Панкейки из цуккини (пончики из цуккини, подаются с сыром моцарелла, перцем гриль, припущенной цветной капустой)								
Выход, г	2/50/14/10/10	192,00	4, 9	8,5	6,6	16,7	158/ 660	
9. Равиоли с сыром								
Выход, г	за 100 гр	166,00	4, 9	8,5	15,8	25,2	273/ 1141	











Холодное питание									
1. Брускетта с сочным ростбифом, маринованным луком и томатами (ломтик поджаренного хлеба с зеленым салатом, ростбифом, маринованным луком, томатами черри и соусом тар- тар)									
Выход, г	1/107	219,00	2, 4	4,4	5,9	19,6	146/ 609		
2. Брускетта с сыром моцарелла и томатами черри (ломтик поджаренного хлеба со свежим шпинатом, мацареллой, томатами черри и соусом песто)									
Выход, г	1/111	135,00	2, 4	4,3	6,0	5,7	93/ 388		
3. Закуска из языка с микс салатом и медово горчичной заправкой (слайсы отварного языка на ложе микс салата с томатами черри и заправкой на основе оливкового масла, меда и зернистой горчицы)									
Выход, г	1/108	196,00		13,7	12,5	5,8	190/ 793		
Соусы и заправки к закускам и горячим блюдам									
1. Соус грибной (соус на основе сливок в сочетании с жареными вешенками и луком)									
Выход, г	1/20	29,00	4	2,8	25,9	4,2	261/ 1089		
2. Соус сливочный песто (сливочный соус с добавлением травяной пасты)									
Выход, г	1/20	31,00	4	19,5	25,9	3,0	323/ 1347		
3. Салатная заправка (заправка на основе оливкового масла с соусом песто)									
Выход, г	1/20	32,00		1,5	69,6	4,3	649/ 2706		
4. Сырный соус (сливочный соус в сочетании с сыром)									
Выход, г	1/20	29,00	4	19,5	25,9	3,0	323/ 1347		
5. Соус томатный с петрушкой (пикантный томатный соус со свежерубленной зеленью)									
Выход, г	1/20	23,00		3,1	0,1	10,7	54/ 226		
6. Соус Тар-тар (холодный соус на основе соуса майонез и маринованных корнишонов)									
Выход, г	1/20	23,00	4	0,5	47,3	2,9	439/ 1831		
7. Соус перечный (пряный соус на основе печеного перца с добавлением диженской горчицы, свежей зелени укропа, петрушки и томатного сока)									
Выход, г	1/20	29,00		3,2	0,1	11,7	64/ 267		
Мучные кондитерские изделия									
1. Ванильно-абрикосовый пирог (ванильный бисквит с кусочками спелых абрикосов, подается с карамелью, декорирован шоколадом и лавандой)									
Выход, г	1/50	80,00	4, 9	4,7	25,8	44,5	420/ 1758		
2. Гречневый брауни с белым шоколадом (кекс приготовленный с добавлением гречневой муки, декорирован белым шоколадом и физалисом, подается с карамелью)									
Выход, г	1/55	78,00	4, 9	6,9	26,8	56,2	482/ 2019		
3. Мраморный пирог (шоколадно-ванильный пирог в дополнении соленая карамель и шоколад)									
Выход, г	1/50	80,00	4, 9	5,3	26,5	54,5	466/ 1953		
4. Шоколадно-вишневый маффин (шоколадный кекс с кусочками вишни, подается с ягодным топингом)									
Выход	1/55	80,00	4, 9	5,0	15,3	47,0	336/ 1407		













5. Корзиночка с фруктами (рассыпчатая корзиночка из песочного теста наполненная ягодным конфетюром, увенчанная сочными дольками мандарина, киви и ягодами винограда)								
Выход, г	1/55	53,00	4	2,2	5,1	30,0	174/ 728	
6. Эклер (классический эклер с начинкой из вареной сгущенки, декорирован шоколадомс клюквой и кедровыми орешками)								
Выход, г	1/53	83,00	4, 9	10,8	24,7	29,3	383/ 1604	
7. Шарлотка *NEW								
Выход, г	1/45	80,00	4,9					
8. Песочное пирожное с меренгой *NEW								
Выход, г	1/40	50,00	4,9					
9. Десерт веган яблоко *NEW (десерт на основе постного теста с добавлением свежих яблок)								
Выход, г	1/60	65,00	4	2,6	11,1	28,5	222/928	
10. Пирожное Лесные ягоды *NEW (ванильный пирог с кранчем из лесных ягод, декорирован кристаллическим сахаром)								
Выход, г	1/40	55,00	4,9	4	28,8	57,8	494/2070	
11. Пирожное Тропикки *NEW (ванильный пирог с кранчем из манго и маракуйи, декорирован лепестками из арахиса)								
Выход, г	1/40	55,00	4,9	5,4	30,7	53,7	502/2103	
12. Шарлотка с грушей *NEW (шоколадный кекс с груши, декорирован сахарной пудрой)								
Выход, г	1/50	50,00	4,9	2,8	16,8	36,7	304/1272	
Экономический класс								
Закуски из рыбы и морепродуктов								
1. Рыбная закуска № 1								
Крабовое мясо	20							
Морковь припущенная	20							
Оливки без косточки	9							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/50	67,00	6	21,0	3,4	7,8	144/ 602	
2. Рыбная закуска № 2								
Филе сельди в масле	20							
Морковь припущенная	10							
Фасоль стручковая припущенная	10							
Выход, г	1/40	63,00	6	8,8	5,5	3,6	98/ 412	
3. Рыбная закуска № 3								
Филе сельди в масле	20							
Картофель отварной	20							
Оливки без косточки	9							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/50	72,00	6	7,4	6,9	6,9	118/ 496	
4. Рыбная закуска № 4								
Крабовое мясо	20							
Картофель отварной	10							
Фасоль стручковая припущенная	10							
Выход, г	1/40	60,00	6	26,7	0,8	16,1	175/ 732	
5. Рыбная закуска № 5								
Крабовое мясо	20							
Филе сельди в масле	20							
Фасоль стручковая припущенная	10							
Выход, г	1/50	65,00	6	27,1	4,8	6,8	177/ 742	
Мясные закуски								
1. Мясная закуска № 1								
Говядина варёно-копчёная	20							
Ветчина	20							
Огурец свежий	10		10	12,2	9,7	1,1	140/ 588	










Выход, г	1/50	80,00							
2. Мясная закуска № 2									
Сервелат варено-копченый	20								
Ветчина	30								
Фасоль стручковая припущенная	10		10	13,5	15,2	2,0	198/ 830		
Выход, г	1/60	71,00							
3. Мясная закуска № 3									
Говядина варёно-копчёная	30								
Сервелат варено-копченый	20								
Морковь припущенная	10		10	9,5	16,3	1,2	189/ 792		
Выход, г	1/60	83,00							
4. Мясная закуска № 4									
Говядина варёно-копчёная	10								
Ветчина	10								
Сервелат варено-копченый	10								
Огурец свежий	10								
Морковь припущенная	10		10	11,5	12,3	2,1	165/ 692		
Выход, г	1/50	70,00							
5. Мясная закуска № 5									
Говядина варёно-копчёная	20								
Ветчина	20								
Сырный продукт	20		4, 10	23,0	18,7	0,6	262/ 1097		
Выход, г	1/60	83,00							
Овощные закуски									
1. Овощная закуска № 1									
Огурец свежий	20								
Перец свежий	30								
Петрушка свежая	1								
Выход, г	1/51	70,00		1,1	0,1	3,6	22/ 92		
2. Овощная закуска № 2									
Помидоры свежие	30								
Перец свежий	20								
Петрушка свежая	1								
Выход, г	1/51	62,00		0,9	0,2	3,7	22/ 94		
3. Овощная закуска №3									
Огурец свежий	10								
Помидоры свежие	20								
Фасоль стручковая припущенная	10								
Петрушка свежая	1								
Выход, г	1/41	53,00		1,0	0,2	3,8	22/ 91		
4. Овощная закуска №4									
Огурец свежий	20								
Помидоры свежие	20								
Оливки без косточки	9								
Выход, г	1/49	65,00		0,9	3,1	3,0	45/ 189		
5. Овощная закуска №5									
Кус-кус	30								
Морковь припущенная	10								
Фасоль стручковая припущенная	10								
Выход, г	1/50	53,00	2	2,3	0,4	17,4	79/ 329		
6. Овощная закуска №6									
Смесь овощная летняя	50								
Выход, г	1/50	52,00		2,4	0,1	5,3	30/ 128		
Десерты									
1. Десерт № 1									
Сырный продукт	20								
Сыр моцарела	20								
Печенье крендельки	3								
Выход, г	1/43	67,00	2, 4	20,5	23,4	5,1	313/ 1309		
2. Десерт № 2									
Сырный продукт	20								
Сыр моцарела	20								
Сыр маасдам	20								
Выход, г	1/60	90,00	4	22,1	24,4	0,3	309/ 1295		
3. Десерт № 3									
Сырный продукт	20								
Сыр маасдам	20								
Виноград черный	10								
Выход, г	1/50	88,00	4	19,5	20,8	3,0	278/ 1162		
4. Десерт № 4									

Сыр маасдам	20								
Сыр моцарела	20								
Печенье галеты	4								
Виноград черный	10								
Выход, г	1/54	86,00	2, 4	15,9	18,5	8,2	262/ 1097		
5. Десерт № 5									
Сыр моцарела	40								
Печенье	3								
Виноград черный	10								
Выход, г	1/53	66,00	2, 4	13,8	17,4	7,4	240/ 1005		
6. Десерт № 6									
Зефир	25								
Печенье	8								
Выход, г	1/33	63,00	2, 4	3,8	4,1	22,3	137/ 572		
7. Десерт № 7									
Виноград черный	60								
Выход, г	1/60	67,00		0,6	0,6	15,1	68/ 285		
Горячие блюда из рыбы									
1. Рыба жареная (рыба, жареная в панировке)	100								
Выход, г	1/100	223,00	2,6,9	24,3	2,3	4,9	137/ 572		
2. Рыбка в соусе карри (рыба, запеченная с пассерованным луком, зеленью и приправой карри)	120								
Выход, г	1/120	239,00	6	19,8	1,9	0,7	100/ 417		
3. Рыбка паровая с брокколи (рыба, приготовленная на пару с капустой брокколи)	120								
Выход, г	1/120	254,00	6	20,4	2,1	0,3	101/ 424		
4. Рыбка в томатном соусе (рыба, запеченная с пвссерованным луком в томатном соусе с пряностями)	125								
Выход, г	1/125	251,00	6	19,4	1,8	2,7	105/ 440		
Горячие блюда из мяса									
1. Говядина тушеная в томатном соусе (говядина, тушеная в томатном соусе с луком и пряностями)	105								
Выход, г	1/105	223,00		20,3	18,2	4,1	261/ 1093		
2. Говядина пряная (говядина, запеченная в пасте из маринованных томатов с кориандром и кумином)	105								
Выход, г	1/105	228,00		19,4	15,7	0,9	222/ 930		
3. Сосиски отварные	2/60								
Выход, г	2/60	96,00	2, 10	4,7	13,2	0,9	141/ 588		
Горячие блюда из птицы									
1. Курочка в грибном соусе (филе кури, тушеное в сливках с грибами и луком)	120								
Выход, г	1/120	171,00	4	20,6	9,8	3,1	183/ 767		
2. Филе куриное в перечном соусе (филе кури, тушеное в томатном соусе соо свежим перцем)	130								
Выход, г	1/130	170,00		18,8	3,8	3,7	124/ 517		
3. Плов с курицей									
Выход, г	1/200	166,00	2	13,3	3,9	12,9	137/ 572		
4. Котлета куриная	70								
Выход, г	1/70	94,00	2	14,4	46,7	15,4	536/ 2235		
Гарниры									
1. Рис припущенный									
Выход, г	за 100 гр	28,00	2,4	3,0	3,3	28,8	151/ 630		






2. Греча рассыпчатая									
Выход, г	за 100 гр	28,00	2,4	4,9	4,5	23,9	157/ 655		
3. Макароны отварные									
Выход, г	за 100 гр	28,00	2,4	5,7	3,6	36,8	195/ 813		
Блюда для завтрака									
1. Паровой омлет с сыром	100								
Помидоры черри	30								
Выход, г	1/100/30	95,00	4,9	12,5	17,1	1,7	210/ 876		
2. Омлет с зеленью									
Выход, г	1/200	92,00	4,9	9,1	9,2	2,4	129/ 538		
3. Блинчики с творогом									
Выход, г	2/70	71,00	2,4,9	5,6	7,4	27,3	193/ 805		
4. Блинчики с мясом									
Выход, г	2/70	71,00	2,4,9	9,0	7,5	41,8	275/ 1147		
5. Блинчики с ветчиной и сыром									
Выход, г	2/70	86,00	2,4,9	3,7	7,0	17,0	142/ 593		
6. Омлет с паровыми овощами									
Выход, г	1/140/40	95,00	4,9	14,8	17,9	2,3	230/ 959		
7. Омлет с томатами									
Выход, г	1/140/40	99,00	4,9	5,1	5,8	1,4	78/ 326		
8. Сырники творожные									
Выход, г	2/68	107,00	2,4,9						
9. Оладьи									
Выход, г	2/45	87,00	2,4,9	13,8	20,1	71,5	508/ 2118		
Холодное питание									
1. Слойка с сыром									
Выход, г	1/75	130,00	2,4,9						
2. Брунст с ветчиной и сыром									
Выход, г	1/70	153,00	2,4,9						
3. Холодное питание № 3									
Рыба жареная	100								
Огурец свежий	30								
Перец свежий	20								
Зелень укроп свежий	1								
Выход, г	1/151	176,00	6	15,6	4,6	1,0	108/ 450		
4. Холодное питание № 4									
Сосиски отварные	2/50								
Картофель отварной	20								
Огурец свежий	20								
Помидоры свежие	20								
Зелень укроп свежий	1								
Выход, г	1/161	119,00	10	6,7	13,3	3,1	158/ 659		
Сэндвичи									
1. Мак сэндвич с говядиной									
Булочка для сэндвича	50								
Сыр творожный	20								
Говядина копчено-вареная	60								
Огурец свежий	10								
Салат листовой свежий	3								
Выход, г	1/143	168,00	2,4	20,1	22,3	16,9	346/ 1443		
2. Мак сэндвич с индейкой									
Булочка для сэндвича	50								
Сыр творожный	20								
Индейка жареная	60								
Салат листовой свежий	3								
Огурец свежий	10								
Выход, г	1/143	189,00	2,4	14,1	9,2	14,0	165/ 688		

3. Мак сэндвич с ветчиной								
Булочка для сэндвича	50							
Сыр творожный	20							
Ветчина	60							
Салат листовой свежий	3							
Огурец свежий	10							
Выход, г	1/143	120,00	2,4	20,1	22,3	16,9	346/ 1443	
4. Мак сэндвич с филе куриным								
Булочка для сэндвича	50							
Сыр творожный	20							
Филе кури жареное	60							
Салат листовой свежий	3							
Огурец свежий	10							
Выход, г	1/143	163,00	2,4	12,3	8,4	12,0	150/ 626	
5. Сэндвич с ветчиной								
Булочка для сэндвича	50							
Салат листовой свежий	3							
Огурец свежий	10							
Ветчина	30							
Сырный продукт	20							
Выход, г	1/113	97,00	2,4	9,4	14,7	1,4	177/ 740	
6. Чиабатта с говядиной, сыром и овощами								
Чиабатта солодовая	50							
Говядина варено-копченая	20							
Сырный продукт	10							
Огурец свежий	10							
Салат листовой свежий	3							
Соус Тар-тар	10							
Выход, г	1/103	100,00	2,4	7,0	9,3	11,9	157/ 655	
7. Чиабатта с филе куриным, сыром и овощами								
Чиабатта солодовая	50							
Филе кури жареное	20							
Сырный продукт	10							
Огурец свежий	10							
Салат листовой свежий	3							
Соус Тар-тар	10							
Выход, г	1/103	95,00	2,4	10,2	7,3	12,0	153/ 638	
8. Клуб-сэндвич вегетарианский								
Хлеб тостовый злаковый	55							
Салат листовой свежий	5							
Овощи огурцы свежие	10							
Овощи помидоры свежие	20							
Маслины без косточки	10							
Выход, г	1/100	109,00	2,4	6,0	3,5	21,6	138/ 576	
Экипаж								
Закуски из рыбы и морепродуктов								
1. Рыбная закуска № 1								
Рыба лосось слабосоленый	20							
Филе сельди в масле	20							
Оливки без косточки	10							
Лимон	5							
Зелень свежая	3							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/59	133,00	6	11,4	9,7	1,4	138/ 579	
2. Рыбная закуска № 2								
Рыба лосось слабосоленый	20							
Крабовое мясо	20							
Лимон	5							
Зелень свежая	3							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/49	127,00	6	26,7	5,0	6,2	179/ 748	
3. Рыбная закуска № 3								
Филе сельди в масле	20							
Крабовое мясо	20							
Лимон	5							
Зелень свежая	3							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/49	95,00	6	26,7	5,0	6,2	179/ 748	
4. Рыбная закуска № 4								
Рыба лосось слабосоленый	20							
Рыба масляная	20							
Оливки без косточки	10							
Зелень свежая	3							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/54	189,00	6	13,0	8,1	1,2	129/ 541	

Мясные закуски								
1. Мясная закуска № 1								
Сервелат варено-копченый	20							
Филе кури жареное	30							
Перец свежий	10							
Помидоры черри свежие	20							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/81	102,00	10	11,8	15,2	1,4	190/ 797	
2. Мясная закуска № 2								
Говядина варено-копченая	20							
Филе кури жареное	30							
Сырный продукт	10							
Огурец свежий	10							
Петрушка свежая	1							
Выход, г	1/71	114,00	4, 10	16,6	16,1	0,3	213/ 891	
3. Мясная закуска № 3								
Сервелат варено-копченый	20							
Филе кури жареное	30							
Сырный продукт	10							
Сыр Маасдам	10							
Помидоры черри свежие	20							
Выход, г	1/90	124,00	4, 10	15,6	18,8	0,8	235/ 986	
Овощные закуски								
1. Овощная закуска № 1								
Огурец свежий	20							
Помидоры черри свежие	20							
Перец свежий	20							
Зелень свежая	5							
Петрушка свежая	0,5							
Выход, г	1/65,5	71,00		1,2	0,2	3,7	24/ 99	
2. Овощная закуска № 2								
Огурец свежий	20							
Помидоры черри свежие	20							
Оливки без косточки	10							
Зелень свежая	5							
Петрушка свежая	0,5							
Выход, г	1/55,5	76,00		1,2	2,6	2,8	41/ 172	
3. Овощная закуска № 3								
Помидоры черри свежие	20							
Перец свежий	20							
Оливки без косточки	10							
Выход, г	1/50	78,00		1,2	2,8	3,5	46/ 193	
Десерты								
1. Десерт №1								
Сыр Моцарелла	20							
Сыр Пармезан	10							
Сырный продукт	10							
Печенье	4							
Выход, г	1/44	67,00	2, 4	26,0	22,8	6,6	334/ 1400	
2. Десерт №2								
Киви свежий	40							
Апельсин свежий	40							
Выход, г	1/80	62,00		0,8	0,3	7,9	42/ 176	
3. Десерт №3								
Сыр Моцарелла	20							
Сырный продукт	20							
Виноград черный	20							
Выход, г	1/60	64,00	4	14,6	16,1	5,4	225/ 942	
Горячие блюда из рыбы								
1. Рыба запечённая с томатами								
(филе белой рыбы, запеченное с томатами под соусом майонез с мелко рубленной зеленью)	135							
Выход, г	1/135	234,00	2,6	10,5	5,0	14,9	143/ 596	
2. Шашлык из семги и трески								
	130							
Выход, г	1/130	416,00	2	24,4	11,8	0,0	204/ 852	
3. Лосось запеченный с грибами								
(филе лосося, запеченное с шампиньонами)	110							

Выход, г	1/105	364,00	2,4,6	24,7	16,8	0,2	251/ 1050	
Горячие блюда из мяса								
1. Говядина тушеная с баклажанами (говядина тушёная с луком и баклажанами в томатном кисло-сладком соусе с прованскими травами)	140							
Выход, г	1/140	384,00	2	23,2	20,0	4,3	291/ 1214	
2. Говядина с грибами и перцем (говядина, запеченная с грибами и свежим перцем в прованских травах)	100							
Выход, г	1/100	280,00		21,1	19,8	1,0	267/ 1117	
2. Говядина с черносливом (говядина, тушеная в томатном соусе с луком и черносливом)	115							
Выход, г	1/115	275,00		18,5	16,7	10,8	269/ 1125	
Горячие блюда из птицы								
1. Курица в кисло-сладком соусе (филе кури тушёное в томатном кисло-сладком соусе с луком и свежим перцем)	120							
Выход, г	1/120	176,00	2	12,6	4,3	13,8	146/ 609	
2. Филе кури в сливках с орехами (филе кури, тушеное в сливках с арахисом)	114							
Выход, г	1/114	166,00	1,2,4	14,3	7,1	13,6	176/ 734	
3. Паста с цыпленком и сыром пармезан (пенне в сочетании с куринным филе тушёным в сливках, подаётся с сыром Пармезан)								
Выход, г	1/175	178,00	2,4,9	14,6	5,2	19,6	180/ 751	
4. Филе куриное гриль								
Выход, г	1/110/1	180,00		28,1	2,3	1,3	138/ 579	
Блюда для завтрака								
1. Вареники с картофелем								
Выход, г	1/200	90,00	2,9	5,3	5,2	22,1	152/ 634	
2. Омлет натуральный								
Выход, г	2/100	110,00	4,9	12,5	17,1	1,7	210/ 876	
3. Омлет с зеленью и сыром								
Выход, г	1/160	127,00	4,9	11,9	15,1	2,3	192/ 801	
4. Блинички с лесными ягодами								
Выход, г	2/60	90,00	2,4,9	3,9	7,3	25,7	179/ 747	
5. Вареники с вишней								
Выход, г	1/200	150,00	2,9	4,9	1,2	39,6	181/ 755	
Холодное питание								
1. Холодное питание №1								
Рыба жареная	100							
Картофель молодой с зеленью	40							
Цукини гриль	15							
Зелень свежая	3		2, 6	15,8	7,2	4,7	145/ 609	
Выход, г	1/158	158,00						
2. Холодное питание № 2								
Язык отварной (говяжий)	50							
Кукуруза консервированная	32							
Цукини гриль	25							
Зелень свежая	3			13,5	10,7	8,5	182/ 759	
Выход, г	1/110	163,00						
3. Холодное питание № 3								
Язык отварной (говяжий)	50							
Капуста брокколи припущенная	32							
Цукини гриль	25							
Зелень свежая	3			13,8	10,6	3,7	164/ 684	
Выход, г	1/110	163,00						

4. Холодное питание № 4								
Индейка тандури	80							
Картофель молодой с зеленью	40							
Зелень свежая	3							
Помидоры черри свежие	40			12,6	12,4	5,0	182/ 762	
Выход, г	1/163	184,00						
5. Холодное питание №5								
Рыба жареная	100							
Перец свежий	10							
Морковь мини вареная	30							
Спаржа зеленая	10							
Зелень свежая	3		2,6	15,4	4,6	1,4	108/ 451	
Выход, г	1/153	168,00						
Мучные хлебобулочные изделия								
1. Багет Европейский								
Выход, г	1/25	11,00	2,9	9,9	7,1	43,2	272/ 1135	
2. Булочка для сэндвича								
Выход, г	1/50	10,00	2,9	7,9	4,0	47,9	250/ 1043	
3. Булочка Бординская								
Выход, г	1/25	11,00	2,9	5,9	1,2	39,8	186/ 778	
4. Булочка Злаковая								
Выход, г	1/25	12,00	2,9	11,5	3,4	64,1	341/ 1422	
5. Чиабатта солодовая								
Выход, г	1/50	14,00	2,9	9,4	5,0	46,1	257/ 1072	
6. Хлебешек пшеничный								
Выход, г	1/25	11,00	2,9	9,9	7,6	44,2	275/ 1147	
Меню для маленьких гурманов								
Салаты и закуски								
1. Салат Белочка (морковь, огурец, миндальное ядро)								
Выход, г	за 100гр	158,00	5	3,3	5,4	7,3	94/ 392	
2. Салат Львенок (морковь, сахарная пудра)								
Выход, г	за 100гр	89,00		1,1	0,1	17,7	77/ 321	
Десерты								
1. Десерт Лилипут								
Мандарины	20							
Виноград черный	30							
Киви	5							
Выход, г	1/55	76,00		0,8	0,3	7,7	41/ 171	
2. Десерт Ералаш								
Мандарины	30							
Киви	30							
Выход, г	1/60	62,00		0,7	0,2	7,5	39/ 163	
3. Десерт Буратино								
Апельсины	30							
Виноград черный	20							
Киви	20							
Выход, г	1/70	78,00		0,7	0,3	9,3	46/ 192	
Горячие блюда								
1. Котлетки куриные								
Выход, г	1/85/20/1	244,00	2,4	11,4	4,7	11,1	130/ 542	

Выход, г	1/150/30	182,00	2,5,9	6,0	6,1	24,4	172/ 717	
6. Овощной микс (приготовленные на пару: капуста цветная, брокколи, мини морковь)								
Выход, г	1/50/50/30	138,00		2,6	0,4	2,4	23/ 96	
7. Баклажаны с томлеными овощами (баклажаны тушеные с перцем, шампиньонами и луком в томатном соусе с прованскими травами)								
Выход, г	1/210/20/1	226,00	4	5,7	6,1	5,3	103/ 430	
8. Шпинатные фетучини с моцареллой								
Выход, г	1/120/30/14	197,00	2, 4	7,1	7,1	24,0	184/ 772	
9. Рис басмати с свекольным соком *NEW								
Выход, г	1/110/15/10	185,00	2	2,7	4,7	22,1	137/575	
10. Конвертик с овощами *NEW								
Выход, г	1/95/25	195,00	3,4	8,7	23,2	19,6	319/1334	