

## Блюда из рыбы

### Судак в кисло-сладком соусе – 120Р – 100гр

**Состав:** филе судака, кабачок, перец сладкий, морковь, крахмал, фреш лимона, соус соевый, соль, сахар, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
15,7	0,8	4,7	89

### Судак в кляре – 89Р – 100гр

**Состав:** филе судака, соль, сахар, фреш лимона, мука пшеничная, яйцо куриное, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
19,2	1,6	3,5	105,1

### Судак припущенный – 89Р – 100гр

**Состав :**стейк судака, морковь, соль, перец горошком, лавровый лист.

**Срок годности** при температуре (4±2) С 36 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
16,7	1	0,7	78,6

### Филе судака в сливочно-грибном соусе с зеленью - 120Р - 100гр

**Состав:** филе судака, сливки, сметана, горчица, шампиньоны, соль, перец черный молотый.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
16,2	6,7	2,3	134,4

**Котлеты из судака - 110Р - 100гр**

**Состав:** филе судака, лук репчатый, молоко коровье, яйцо куриное, батон белый, соль, перец черный молотый, мука пшеничная, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
16,7	1,6	6,6	107,3

**Сазан запеченный с капустой и икрой - 85Р - 100гр**

**Состав:** сазан, икра сазана, капуста белокочанная, сметана. лук репчатый, соль, перец черный молотый, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 12 часов.

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
11,4	7,1	2,6	119,8

**Сазан под красным маринадом - 85Р - 100гр**

**Состав:** стейк сазана, морковь, лук репчатый, белый корень, уксус 6%, томатная паста, сахар, мука пшеничная, соль, перец горошком, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
14,6	3,9	4,4	111,1

**Сазан стейк жареный с луком - 98Р - 100гр**

**Состав:** стейк сазана, лук репчатый, мука пшеничная, соль, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 36 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
17,8	4,8	2,8	125,5

**Котлеты из сазана по-казачьи - 56Р - 100гр**

**Состав:** филе сазана, батон белый, лук репчатый, морковь, яйцо куриное, соль, перец черный молотый, сливки, сахар-песок, зелень (петрушка, укроп) мука пшеничная, томат, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
13,2	3,9	8,6	122,3

**Форшмак - 65Р - 100гр**

**Состав:** филе сельди, яйцо куриное отварное, зеленое яблоко, лук репчатый, сок лимона, батон белый.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
7,6	29,6	6,2	321,3

**Филе трески в сливочно-грибном соусе - 240Р - 100гр**

**Состав :** филе трески, шампиньоны, мука пшеничная, сливки, сметана, масло сливочное, сливки, вино белое сухое, горчица, лавровый лист, соль, перец черный молотый.

**Срок годности** при температуре (4±2) °С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
15,1	6,6	2	128,5

**Филе трески с овощами - 85Р - 100гр**

**Состав:** филе трески, кабачок, морковь, перец сладкий, лук репчатый, соевый соус, соль, масло растительное

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
15,6	0,8	3,2	82,9

**Тефтели рыбные - 55Р - 100гр**

**Состав:** филе карп или сазан, рис круглый, лук репчатый, яйцо куриное, паста томатная, бульон рыбный, соль, лавровый лист, перец горошком, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2) С 24 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
16,5	4,7	2	116,5

**Семга с овощами - 240Р - 100гр**

**Состав:** филе семги, кабачок, перец сладкий, лук репчатый, морковь, соль, соевый соус, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
19,9	9,5	1,8	172,2

**Семга стейк на гриле - 320Р - 100гр**

**Состав:** стейк семги, лимон, соль, перец черный молотый, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 36 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
21,6	10,5	0,2	181,3

**Котлеты из семги - 180Р - 100гр**

**Состав:** филе семги, филе судака, батон белый, лук репчатый, яйцо куриное, соль, перец черный молотый, сливки, молоко коровье, мука пшеничная, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
18,6	8,9	6,6	181

**Запеканка рыбная - 65Р - 100гр**

**Состав:** филе рыбы, картофель, лук репчатый, морковь, соль, сметана, мука пшеничная, яйцо куриное, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 12 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
7,5	8,4	8,1	137,6

**Минтай жареный - 55Р - 100гр**

**Состав:** минтай филе, соль, мука пшеничная, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 36 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
17,5	0,9	0	77,7

**Морской окунь жареный - 95Р - 100гр**

**Состав:** морской окунь, соль, мука пшеничная, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 36 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
20	3,2	0	108,9

**Зубатка жареная - 95Р - 100гр**

**Состав:** зубатка, мука пшеничная, соль, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
20	3,2	0	108,9

**Корюшка жареная - 139Р - 100гр**

**Состав:** корюшка, соль, мука пшеничная, масло растительное

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 24 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
20,2	1,1	0	90,5

---

## **Дорада жареная - 120Р - 100гр**

**Состав:** дорада, мука пшеничная, масло растительное, соль.

**Срок годности** при температуре  $(4\pm 2)^\circ\text{C}$  36 часа

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
19,4	1,8	0	93,6