

## Закуски

### Салаты

#### **Морковь по-корейски - 29Р - 100гр**

**Состав:** морковь, чеснок, уксус 3%, сахар-песок, соль, кориандр, перец чили острый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,1	10,1	10,7	138

#### **«Азовский» - 49Р - 100гр**

**Состав:** говядина отварная, филе куриное отварное, огурец консервированный, лук посерованный, морковь посерованная, горошек зеленый консервированный, масло растительное, майонез, соль, перец.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
14,4	11,2	4,4	176,5

#### **«Винегрет» - 42Р - 100гр**

**Состав:** картофель отварной, огурец соленый, капуста квашеная, фасоль отварная или горошек зеленый консервированный, морковь отварная, свекла отварная, соль, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,6	0,3	9,4	50,6

## «Витаминный» - 45Р - 100гр

**Состав:** капуста белокочанная, морковь свежая, огурец свежий, перец болгарский, зелень, фреш лимонный, соль, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,5	10,1	4,4	114,5

## «Грузинский» - 48Р - 100гр

**Состав:** фасоль зеленая стручковая отварная, фасоль красная отварная, перец болгарский, лук красный, чеснок, кинза, орех грецкий, соус «кимчи», перец, масло растительное.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 18 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
5,4	6,7	10,5	123,7

## «Диетический» - 45Р - 100гр

**Состав:** капуста белокочанная, яблоко, морковь свежая, зелень, соль, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,6	5,1	5,6	74,6

## «Салат из морской капусты» - 35Р - 100гр

**Состав:** капуста морская, капуста белокочанная, морковь свежая, фреш лимонный, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
3	8,8	2,4	100,8

## «Салат из печеных грибов» - 95Р - 100гр

**Состав:** шампиньоны печенные, яйцо перепелиное отварное, помидоры свежие, лист салата, соус соевый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
5,3	11,5	1,3	130

## «Крабовый» - 54Р - 100гр

**Состав:** мясо крабовое, капуста пекинская, яйцо куриное отварное, кукуруза консервированная, огурец свежий, соль, перец, майонез.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
5,6	12	5	150,2

## «Мимоза» - 47Р - 100гр

**Состав:** сайра консервированная, картофель отварной, яйцо куриное отварное, лук репчатый, морковь отварная, майонез.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
10,4	14,8	4,4	191,9

**«Молодость и бодрость» - 45Р - 100гр**

**Состав:** капуста пекинская, морковь свежая, перец болгарский, огурец свежий, стебель сельдерея, корень сельдерея, фреш лимонный, соль, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,4	10,1	4,3	113,6

**«Морковь с яблоком» - 29Р - 100гр**

**Состав:** морковь свежая, яблоко, изюм, масло растительное, сахар.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	10,1	12,9	146,8

**«Морковь с сыром» - 45Р - 100гр**

**Состав:** морковь свежая, сыр твердый, майонез, чеснок, соль, перец.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
6	18,6	4,9	210,8

**«Мясной» - 45Р - 100гр**

**Состав:** говядина отварная, картофель отварной, яйцо куриное отварное, морковь отварная, горошек зеленый консервированный, огурец свежий, огурец соленый, майонез, соль, перец.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
11,7	10,7	4	159,4

## «Нежность» - 49Р - 100гр

**Состав:** ветчина, яйцо куриное отварное, огурец свежий, сыр твердый, майонез, соль, перец.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
11,3	18	1,2	211,8

## «Овощной по-домашнему» - 45Р - 100гр

**Состав:** огурец свежий, помидор свежий, перец болгарский, зелень, лук репчатый, масло растительное (сметана или майонез)

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,1	10,1	4	111,4

## «Оливье» - 54Р - 100гр

**Состав:** колбаса вареная обезжиренная, картофель отварной, морковь отварная, яйцо куриное отварное, огурец соленый, горошек зеленый консервированный, соль, майонез.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
5,9	16,3	5,1	190,8

## «Редис с яйцом» - 45Р - 100гр

**Состав:** редис, яйцо куриное отварное, лук зеленый, соль, перец, сметана 20%.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4,9	6,3	2,8	87,4

## «Редис с огурцом» - 45Р - 100гр

**Состав:** редис, огурец свежий, зелень, фреш лимонный, соль, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	10,1	3	106,9

## «Свекла с черносливом» - 28Р - 100гр

**Состав:** свекла отварная, чернослив блк, фреш лимонный, сахар, масло растительное.

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

### ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ В 100 г продукта:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,4	10,1	12,2	144,8

## «Свекла с грецким орехом» - 34Р - 100гр

**Состав:** свекла отварная, орех грецкий, соль, перец, майонез.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 18 часов.

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,8	12,9	7	155,8

## «Сельдь под шубой» - 54Р - 100гр

**Состав:** сельдь малосоленая, картофель отварной, свекла отварная, яйцо куриное отварное, морковь отварная, лук репчатый, майонез.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
7,1	14,2	5,6	178,1

## «Столичный» - 45Р - 100гр

**Состав:** филе куриное отварное, картофель отварной, яйцо куриное отварное, морковь отварная, горошек зеленый консервированный, огурец свежий, огурец консервированный, соль, перец, майонез,

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
9	11,6	4,7	159,4

## «Фунчоза с овощами» - 54Р - 100гр

**Состав:** фунчоза отварная, морковь свежая, перец болгарский, огурец свежий, зелень, соус «кимчи», кисло-сладкий соус, соль, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,9	10	14,8	157,2

## Закуски из овощей

### Аджаб- сандал – 96Р - 100гр

**Состав:** Баклажан, помидор, перец сладкий, кинза, чеснок, лук репчатый, соль, перец черный молотый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,6	8,1	6	103,1

### Арбуз консервированный - 55Р – 100гр

**Состав:** арбуз, вода, соль, сахар, уксус 6%.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,7	0,2	8,8	39,8

**Баклажаны по-кавказки - 45Р - 100гр**

**Состав:** баклажаны, перец сладкий, петрушка, кинза, кориандр, чеснок, соль, перец черный молотый, уксус 6%, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,3	0,1	5,1	26,5

**Брокколи с грецким орехом - 45Р - 100гр**

**Состав:** капуста брокколи, грецкий орех, соль, чеснок, масло оливковое.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4,7	11,2	1,9	126,9

**Голубцы овощные - 44Р - 100гр**

**Состав:** капуста белокочанная, рис круглый, морковь, белый корень, лук репчатый, сахар, соль, петрушка, укроп, перец черный молотый, томатная паста, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,3	0,3	10,3	52,8

**Грибы жареные - 95Р - 100гр**

**Состав:** шампиньоны, соль, перец черный молотый, лук репчатый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
8,2	1,7	2,8	59,4



## **Запеканка овощная – 45Р – 100гр**

**Состав:** помидор, кабачок, морковь, картофель, лук репчатый, сыр твердый, хмели-сунели, паприка, яйцо куриное, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
5,4	9,9	12,9	162,4

## **Икра из баклажанов – 45Р - 100гр**

**Состав:** баклажан, помидор, лук репчатый, петрушка, чеснок, соль, перец черный молотый, сахар, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,8	0,1	7,8	39,4

## **Икра свекольная - 29Р – 100гр**

**Состав:** свекла, помидор, чеснок, лук репчатый, соль, сахар, перец черный молотый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,4	0,2	13,3	64

## **Лечо - 35Р - 100гр**

**Состав:** перец болгарский красный, помидор, уксус 6%, сахар, соль, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,6	3,1	5,6	57,2

**Лобио – 38Р – 100гр**

**Состав:** фасоль красная, лук репчатый, орех грецкий, паста томатная, чеснок, кинза, соль, специи.

**Срок годности** при температуре (4±2)°С 18 часов

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
8,2	0,7	20,2	120,1

**Огурцы соленые - 35Р – 100гр**

**Состав:** огурец, перец сладкий, чеснок, укроп, хрен, соль, перец горький, вода питьевая.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,8	0,1	2,6	14,5

**Оладьи яблочно – морковные – 37Р – 100гр**

**Состав:** яблоко, морковь, крупа манная, яйцо куриное, сахар, ванилин, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4	1,7	20,3	112,5

**Перец фаршированный овощами – 56Р – 100гр**

**Состав:** перец сладкий, морковь, белый корень, лук репчатый, рис круглый, томатная паста, соль, перец черный молотый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,1	0,2	12,3	59,9

## Плов с грибами – 75Р – 100гр

**Состав:** рис краснодарский, шампиньоны, лук репчатый, соль, перец черный молотый, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
3,8	1,1	16,1	89,3

## Пхали из свеклы- 38Р – 100гр

**Состав:** свекла, орех грецкий, чеснок, кинза, майонез, соль, кориандр, хмели-сунели.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,3	7,8	7,3	109

## Тыква запеченная- 35Р – 100гр

**Состав:** тыква, вода питьевая, сахар.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1,2	0,1	9,6	44

## Фасоль стручковая в маринаде – 49Р – 100гр

**Состав:** фасоль стручковая, перец сладкий, перец горький, чеснок, кинза, базилик, орех грецкий, уксус 6%, соль, сахар, чеснок.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
3,7	3,4	8,1	77,2

## Голубцы с рисом и грибами в пекинской капусте - 56Р - 100гр

**Состав:** капуста пекинская, шампиньоны, рис, лук репчатый, масло растительное, соль, перец черный молотый.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
3,4	0,6	9	55,2

## Капуста тушеная – 30Р - 100гр

**Состав:** капуста белокочанная, лук репчатый, томат-паста, соль, перец черный молотый, зелень петрушка, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,6	0,1	8	43,1

## Рагу овощное (с картофелем) – 45Р – 100гр

**Состав:** картофель, перец болгарский (сладкий), лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, соль, перец черный молотый, зелень укроп, чеснок, масло растительное.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,4	0,2	13,3	65

## Пхали из шпината – 48Р – 100гр

**Состав:** шпинат, орех грецкий, чеснок, кинза, хмели – сунели, кориандр майонез, соль.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
5,9	8,2	3,7	112,5

## **Яблоки запеченные - 29Р – 100гр**

**Состав:** яблоки, сахар, вода питьевая.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,4	0,4	21	89,4

## **Яблоки, фаршированные тыквой и рисом – 35Р - 100гр**

**Состав:** яблоки, тыква, рис, сахар-песок, ванильный сахар, варенье из абрикос.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,7	0,4	22,9	97,7