

«Фрегат» 2019 г. Меню - комплекс на 1 персону на 7 дней Лето

Завтрак понедельник		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша овсяная	200 гр.		
	Омлет			
	Творог со сметаной	150 гр.		
Блинчики со сметаной / джемом		2 шт./30		
Ассорти для завтрака		150 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Чай с сахаром,лимоном		1 порция		
Итого				350
Обед понедельник		Кол-во	с/с	цена
Салат	Летний	120 гр.		
Первое	Картофельный со свининой	250 гр.		
Горячее на выбор	Куручка запеченая	150 гр.		
Гарнир	Макароны	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Напиток : морс/компот		200 мл.		
Итого				400
Ужин понедельник		Кол-во	с/с	цена
Салат	Фунчоза с овощами	120 гр.		
Горячее на выбор	Стейк из свинины	120 гр.		
Гарнир	Гречка	150 гр.		
Яблоко печеное		100 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с сахаром,лимоном		200 мл.		
Итого				450

Завтрак вторник		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша рисовая	150 гр.		
	Глазунья с беконом	150 гр.		
	Творог со сметаной	150 гр.		
Блинчики со сметаной/джемом		2 шт.		
Ассорти для завтрака		150 гр.		
Чай черный/зеленый с сахаром,лимоном		200 мл.		
Итого				350
Обед вторник		Кол-во	с/с	цена
Салат	Капуста по сибирски	120 гр.		
Первое	Суп куриный с лапшой	200 гр		
Горячее	Гуляш говяжий	100/50 гр.		
Гарнир	Картофель отварной	150 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Напиток : морс/компот		200 мл.		
Итого				400
Ужин вторник		Кол-во	с/с	цена
Салат	Закусочный	120 гр.		
Горячее	Кета на пару	150 гр.		
	Рис цветной	150 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Выпечка: кекс		100 гр.		
Чай черный/зеленый с сахаром,лимоном		200 мл.		
Итого				450

Завтрак среда		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша манная	150		
	Омлет	150		
	Творог со сметаной	150		
Ассорти для завтрака		150		
Блинчики со сметаной		2 шт.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с сахаром,лимоном		200 мл.		
Итого				350
Обед Среда		Кол-во	с/с	цена
Салат	Огурчики малосольные	120 гр.		
Первое	Борщ	200 мл.		
Горячее	Поджарка куриная	100/50 гр.		
Гарнир	Картофель запеченый дольками	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Напиток: морс/компот				
Итого				400
Ужин среда		Кол-во	с/с	цена
Салат	Обжорка	120 гр.		
Горячее	Котлета рыбная	120 гр.		
Гарнир	Овощное соте	150 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Выпечка: штрудель яблочный		80 гр.		
Чай черный/зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого				450

Завтрак четверг		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша пшеничная	150 гр.		
	Глазунья с беконом	150 гр.		
	Творог со сметаной	150 гр.		
Ассорти для завтрака		150 гр.		
Блинчики с джемом		2 шт.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с сахаром и лимоном		200 мл.		
Итого				350
Обед четверг		Кол-во	с/с	цена
Салат	Греческий	120 гр.		
Первое	Рассольник	200 гр.		
Горячее	Бефстроганов	100/50 гр.		
Гарнир	Картофельное пюре	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Напиток: компот/морс		200 мл.		
Итого				400
Ужин Четверг		Кол-во	с/с	цена
Салат	Цезарь с курицей	120 гр.		
Горячее	Жаркое со свининой	250 гр.		
Гарнир				
Выпечка: Трайфл		150 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с сахаром, лимоном		200 мл.		
Итого				450

Завтрак пятница		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша рисовая	150 гр.		
	Омлет	150 гр.		
	Творог со сметаной	150 гр.		
Ассорти к завтраку		150 гр.		
Блинчики с джемом		2 шт.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого макс.				350
Обед пятница		Кол-во	с/с	цена
Салат	Свекольный	120 гр.		
Первое	Гороховый	200 гр.		
Горячее	Котлета по домашнему	100 гр.		
Гарнир	Макароньы	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Напиток: морс/компот		200 мл.		
Итого макс.				400
Ужин пятница		Кол-во	с/с	цена
Салат	Синьор Помидор	120 гр.		
Горячее	Куриное бедрышко запеченое	120 гр.		
Гарнир	Цветная капуста на пару	150 гр.		
Выпечка :Пирог ягодный		100 гр.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого макс.				450

Завтрак суббота		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша овсяная	150 гр.		
	Глазунья с беконом	150 гр.		
	Творог со сметаной	150 гр.		
Ассорти для завтрака		150 гр.		
Блинчики с джемом/сметаной		2 шт.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный /зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого				350
Обед суббота		Кол-во	с/с	цена
Салат	Овощной	120 гр.		
Первое	Солянка	200 гр.		
Горячее	Поджарка свиня	100/50 гр.		
Гарнир	Картофельное пюре	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Напиток: морс/компот		200 мл.		
Итого				400
Ужин суббота		Кол-во	с/с	цена
Салат	Крабовый	120 гр.		
Горячее	Тефтели	120 гр.		
Гарнир	Макароны с маслом	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Выпечка: Слойка с ягодой		80 гр.		
Чай черный/зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого				450

Завтрак воскресенье		Кол-во	с/с	цена
На выбор	Каша рисовая	150 гр.		
	Глазунья с беконом	150 гр.		
	Творог со сметаной	150 гр.		
Ассорти на завтрак		150 гр.		
Блинчики с джемом		2 шт.		
Хлеб		2 кус.		
Чай черный/зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого				350
Обед воскресенье		Кол-во	с/с	цена
Салат	Овощной	120 гр.		
Первое	Свекольник	250 гр.		
Горячее	Свинина с картофелем по деревенски	250 гр.		
Гарнир				
	Хлеб	2 кус.		
Напиток: морс/компот		200 мл.		
Итого				400
Ужин воскресенье		Кол-во	с/с	цена
Салат	Оливье	120 гр.		
Горячее	Гуляш говяжий	100/50 гр.		
Гарнир	Картофель отварной	150 гр.		
	Хлеб	2 кус.		
Выпечка : кекс		100 гр.		
Чай черный/зеленый с лимоном и сахаром		200 мл.		
Итого				450