

Обеденное меню ресторана " Троекуров "

Наименование	Состав	Выход, г	Цена, руб	Пищевая и энергетическая ценность в 100 гр			
				белки	жиры	углеводы	калорийность
Салаты							
Салат с тигровыми креветками и яйцом Папшот	Креветки тигровые, сыр чеддер, помидоры черри, соус соевый, масло сливочное, чеснок свежий, салат корн, салат мангольд, салат лоло росссо, салат фриллис, салат руккола, базилик синий, масло оливковое, уксус бальзамический, яйцо куриное	170	490	12,30	14,27	3,40	180,78
Тартар из лосося с огурцом и перепелиным яйцом	Лосось с/с, огурцы свежие, масло оливковое, лук крымский, укроп свежий, лук сибулет, лимон, соль	120	550	10,50	18,60	5,2/0,6	231,00
"Сельдь под шубой" из печёных овощей	Сельдь с/с, картофель свежий, свекла свежая, морковь свежая, лук крымский, масло оливковое, яйцо куриное, чеснок сежей, лук зеленый, масло растительное, масло оливковое, уксус белый винный, сахар песок, горчица дижонская, соль, перец черный молотый	190	270	9,10	13,40	10,10/0,80	200,00
Салат "Зимний" по-домашнему	Ветчина краковская, яйцо куриное, огурцы свежие, огурцы соленые, картофель свежий, морковь свежая, горошек консервированный, редис свежий, укроп свежий, сибулет, масло растительное, масло оливковое, уксус белый винный, горчица дижонская, сахар песок, соль	190	250	7,40	14,30	4,9/0,6	179,00
Говяжий холодец с горчицей	Говядина, морковь свежая, лук репчатый, лук сибулет, укроп свежий, чеснок, желатин, масло нерафинированное, масло растительное, горчичный порошок, сахар, соль, уксус пищевой, мускатный орех, эстрагон свежий, лавровый лист, тимьян свежий, перец черный горошком, перец душистый, гвоздика	150	290	11,90	6,00	3,1/0,3	115,00
Салат "Цезарь" с грудкой цыплёнка	Куриное филе, салат Романо, яйцо перепелиное, томаты черри, сыр Пармезан, багет, масло сливочное, соевый соус, чеснок, соус Цезарь (сметана, масло оливковое, масло растительное, яйцо куриное, каперсы, горчица дижонская, соус Ворчестерский, анчоусы, чеснок, сахар, соль)	190	490	12,40	20,10	1,9/0,2	238,00
Винегрет с ароматным маслом	Свекла свежая, огурцы бочковые, картофель свежий, морковь свежая, капуста квашеная, горошек консервированный, лук репчатый, масло нерафинированное, масло растительное, лук зеленый, масло растительное, уксус пищевой 9%, порошок горчичный, сахар, соль, лавровый лист, гвоздика, перец душистый	190	250	1,90	4,20	8,1/2,4	82,00

Салат из свежих овощей	Помидоры, огурцы, масло нерафинированное, перец болгарский, редис, салат фриллис, салат лола росса, салат мангольд, салат корн, салат руккола, базилик синий, кедровый орех	150	290	3,60	10,30	2,3/1,00	118,00
Супы							
Уха из лосося	Лосось, картофель свежий, морковь свежая, лук репчатый, помидоры свежие, лук сибулет, укроп свежий, масло сливочное, соль, перец черный молотый, лавровый лист	250	390	4,10	5,70	5,00/0,3	88,00
Щи со сметаной	Говядина, сметана, картофель свежий, капуста белокочанная свежая, томат пронто, лук репчатый, морковь свежая, перец болгарский свежий, чеснок свежий, корень сельдерея свежий, лук порей свежий, укроп свежий, масло сливочное, соль, перец черный молотый	300	390	6,40	7,70	7,10/0,7	125,00
Окрошка с ветчиной	квас домашний (сусло квасное, хлеб ржаной, изюм, квас сухой), ветчина, яйцо куриное, картофель, огурцы, редис, укроп, лук зеленый, горчица домашняя (горчичный порошок, перец черный горошком, лавровый лист, гвоздика, сахар, соль, масло растительное, уксус столовый), сметана	300	350	4,55	9,64	12,13	15,27
Суп-крем из шампиньонов	Грибы шампиньоны, лук репчатый, сливки, масло сливочное, соль	250	290	8,10	15,10	6,3/0,6	195,00
Тыквенный суп-пюре с соцветиями брокколи	Тыква свежая, брокколи, корень сельдерея свежий, лук репчатый, курица, морковь свежая, хлеб пшеничный, семечки тыквенные, масло тыквенное, масло растительное, соль, перец черный молотый	250	290	1,80	9,10	6,70/0,8	117,00
Горячие блюда							
Полдюжины креветок с чесночным маслом	Креветки тигровые, масло растительное, чеснок свежий, укроп свежий, соус Табаско, тимьян, перец черный молотый, соль	100	690	14,30	5,40	9,50/0,70	146,00
Судак в соусе из мидий	Судак, мидии, соус Берблан (вино белое сухое, помидоры свежие, масло сливочное, чеснок, масло растительное, петрушка свежая, сахар песок, тимьян свежий, орегано сухой)	150	570	24,71	14,33	3,74	242,79
Туец-гриль с кунжутно-соевым соусом	Туец, соус соевый, вино белое, кунжут белый, имбирь корень, мед, масло подсолнечное, масло сливочное 82,5%, чеснок, крахмал картофельный, лук сибулет.	100	490	30,58	11,52	2,20	234,79
Котлеты из лосося с грибным кремом	Лосось, сливки 33%, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло растительное, крем Грибной (грибы шампиньоны, лук репчатый, сливки, масло сливочное, соль)	120	590	20,90	15,00	2,00/0,2	227,00

Тефтели из щуки в соусе "Бешамель"	Щука, сливки, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло сливочное, соус Бешамель (сливки, мускатный орех)	150	490	13,70	20,20	7,9/0,2	268,00
Медальоны из говядины с сливочно-горчичным соусом	Говядина, огурцы консервированные, сливки, горчица дижонская, розмарин свежий, масло растительное, масло сливочное, соль, перец черный молотый	130	690	23,70	15,70	1,40/0,2	241,00
Бефстроганов	Говяжья вырезка, сливки 33%, лук репчатый, херес, аджика, масло сливочное, укроп свежий, лук сибулет свежий, соль, перец черный молотый.	150	690	15,90	13,10	5,5/0,3	204,00
Котлеты в соусе "Фюме"	Говядина, куриное филе, молоко, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло сливочное, лук сибулет, соль, перец черный молотый, соус Фюме (кости говяжьей, корень сельдерея, лук репчатый, морковь свежая, перец болгарский, томат паста, чеснок, вино красное, масло растительное)	150	490	17,00	23,40	5,20/0,3	300,00
Пельмени из говядины со сметаной	Говядина, лук репчатый, мука пшеничная, масло оливковое, яйцо куриное, сметана, масло сливочное, укроп свежий, соль	200	490	10,20	10,10	15,20/1,7	197,00
Говяжий язык в грибном соусе	Язык говяжий, грибы белые, грибы шампиньоны свежие, чеснок свежий, укроп свежий, крахмал, масло растительное, лук сибулет, соль, перец черный молотый	130	470	25,80	18,30	2,5/0,5	279,00
Шницель из цыпленка с соусом "Бешамель"	Куриное филе, соус Бешамель (сливки 33%, горошек с/м, морковь свежая, соль, мускатный орех, базилик сухой), хлеб пшеничный, яйцо куриное, мука пшеничная, масло сливочное, укроп свежий, лук сибулет, соль, перец черный молотый	120	350	10,70	12,00	11,7/0,70	200,00
Гарниры							
Овощи на пару	Цветная капуста, брокколи, фасоль стручковая, масло сливочное, соль	130	290	3,00	3,70	5,3/3,20	72,00
Картофельное пюре	Картофель свежий, молоко, масло сливочное, соль	130	150	2,30	4,90	12,10/2,10	106,00
Беби-картофель в пряных травах	Картофель, укроп, чеснок, перец черный, соль, лавровый лист, масло оливковое, базилик, кинза.	150	150	4,50	11,62	26,20	227,41
Овощи на гриле	Цукини свежие, баклажаны свежие, помидоры свежие, перец болгарский свежий, вино белое, масло растительное, лук сибулет свежий, чеснок свежий, тимьян свежий, перец черный молотый, соль	150	350	1,00	8,50	3,40/1,40	97,00
Рис с овощами	Крупа рисовая, лук репчатый, морковь свежая, перец болгарский свежий, масло сливочное, соль	130	170	2,60	2,80	21,00/2,70	125,00

Гречневая каша с луком	Крупа гречневая, лук репчатый, масло сливочное, соль	130	150	4,10	4,20	17,5/3,70	132,00
Десерты							
Торт "Птичье молоко" с черничным сиропом	Яйцо куриное, масло сливочное, сахар песок, мука пшеничная, мука черемуховая, молоко, сливки, молоко сгущенное, лимон, шоколад белый, желатин, какао, ваниль, соль, черничный сироп (черника, сахар песок)	50	150	7,10	21,40	41,00/1,80	376,00
Пирожное "Эстерхази" с брусничным взваром	Яйцо куриное (белок), сахар песок, орехи грецкие, молоко, масло сливочное, шоколад белый, сливки, шоколад горький, взвар Брусничный (брусника, вино красное, мед, корица молотая)	50	190	4,00	25,00	34,60/1,90	377,00
Шоколадное пирожное с апельсиновым соусом	Молоко сгущенное, сметана 20%, сливки 33%, молоко 3,2 %, шоколад темный, какао, пюре маракуйя, апельсин, мука пшеничная, желатин.	50	190	6,00	17,00	57,00	410,00
Медовое пирожное с карамельным соусом	Сыр Маскарпоне, сметана, мука пшеничная, сахар песок, мед, яйцо куриное, сода пищевая, соус Карамельный (сливки 33%, сахар песок, глюкоза, соль)	50	150	3,40	11,50	11,9/0,2	163,00
Сырники со сметаной и толченой земляникой	Творог, яйцо куриное, мука пшеничная, земляника, апельсин, голубика, сметана.	200	490	15,71	17,36	25,59	321,44
Блинчики с карамельным соусом	Молоко, сливки 33%, мука пшеничная в/с, масло растительное, сахар песок, яйцо куриное, глюкоза жидкая, сахарная пудра, мята свежая, соль	150	190	6,00	14,10	38,00	301,00
Домашнее мороженое с толченой земляникой	Молоко, сливки, земляника свежая, сахар песок, яйцо куриное, глюкоза, ваниль	60	150	3,00	3,90	21,00/0,20	127,00
Напитки							
Чай зеленый сенча	Чай Сенча	200	90	0,30	0,10	0,10/0,20	2,00
Чай черный "Английский завтрак"	Чай Английский завтрак	200	90	0,30	0,10	0,10/0,20	2,00
Кофе эспрессо	Кофе в зернах	50	90	2,60	2,50	0,50/4,00	43,00
Кофе американо	Кофе в зернах	200	90	0,70	0,60	0,10	11,00
Кофе капучино	Молоко, кофе в зернах	200	150	3,60	4,00	5,10/0,70	71,00

Управляющий _____ Ковалев М. Ю.

Технолог _____ Сторожев П.К.