







2000 ККАЛ ПРИМЕР МЕНЮ НА 5 ДНЕЙ

П	OI	не	ле	ЛЬ	Н	ИК
	O 1		\vdash			V 1 1 X

-OWNER C OBOMANIA A LOCI C AWENION	
-ТВОРОЖНЫЙ КОКТЕЙЛЬ С ЧЕРНИКОЙ	247 ККАЛ
-ПЕРЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ С	511 ККАЛ
КУРИЦЕЙ И БУЛГУРОМ	
-САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И ОГУРЦОВ	234 ККАЛ
-РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ НА ПАРУ С ОВОЩАМИ ГРИЛЬ	495ККАЛ

494 ККАЛ

Вторник

-ОВСЯНЫЕ ОЛАДЬИ С ШОКОЛАДОМ	494	ККАЛ
-ВИШНЕВО - ТВОРОЖНЫЙ СМУЗИ	246	ККАЛ
-СУДАК, ЗАПЕЧЕННЫЙ С ФАСОЛЬЮ,	503	ККАЛ
ЛИМОНОМ И СЫРОМ		
-ЗАПЕЧЕННОЕ С ЯБЛОКОМ С КОРИЦЕЙ	128	ККАЛ
-РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	616	ККАЛ

Среда

-ОМЛЕТ С СЫРОМ	510	ККАЛ
-ТОСТ С ПОМИДОРАМИ И ЯЙЦОМ	223	ККАЛ
-ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ С ОВОЩАМИ,	479	ККАЛ
САЛАТОМ И РИСОМБУЛГУР		
-ТВОРОЖНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	227	ККАЛ
-РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	532	ККАЛ

Четверг

-КАША ИЗ ГЕРКУЛЕСА С СУХОФРУКТАМИ	496 ККАЛ
НА МОЛОКЕ	
-ГРЕЙПФРУТ	218 ККАЛ
-КУРИНАЯ ГРУДКА В СОУСЕ КАРРИ С	504 ККАЛ
ГРЕЧКОЙ И ГОРОШКОМ	
-ОВОЩНОЙ САЛАТС АЙСБЕРГОМ	240 ККАЛ
-СУДАКЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ И	538 ККАЛ
ОВОЩНЫМ САЛАТОМ	

Пятница

•	
-СКРЭМБЛ ИЗ ЯИЦ С ОВОЩНЫМ	505 ККАЛ
САЛАТОМ, ТОСТ С СЫРОМ	
-СЫРНИКИ С СОУСОМ ИЗ ЛЕСНЫХ ЯГОД	255 ККАЛ
-ЗАПЕЧЕННАЯ ФОРЕЛЬ С ГРИБАМИ И	500 ККАЛ
ШПИНАТОМ	
-САЛАТ ЦЕЗАРЬ ОБЛЕГЧЕННЫЙ	321 ККАЛ
-ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ	409 ККАЛ