



"Утверждаю"

генеральный директор ООО "Евротур"

Затолокин Я.П.

Прейскурант завтрака, по типу «шведский стол». Время отдачи – ежедневно, с 07.00 до 10.00
Стоимость завтрака с одного человека – 850 (Восемьсот пятьдесят) рублей 00 копеек

Наименование	Калорийность в 100гр., ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.
Сыр	356	24,9	27,4	2,2
Масло сливочное	748	0,5	82,5	0,8
Карбонат в/к	135	16	8	0
Колбаса в/к	420	17,2	39,0	0,2
Помидоры свежие	230	11	2	38
Огурцы свежие	140	8	1	25
Салат капуста с овощами (капуста белокочанная, морковь свежая, зелень, масло растительное, уксус 9%, соль, сахар) / Салат Коул Слоу с маслом (капуста б/к, капуста к/к, морковь свежая, масло подсолнечное, сахар, зелень, уксус, соль)	141 / 140,89	1,7 / 1,46	10,1 / 10,2	10,2 / 10,7
Салат Метла (капуста свежая, морковь, свекла, уксус 9%, масло растительное, сахар, специи, соль) / Морковь по-корейски (морковь, масло растительное, соус соевый, уксус бальзамический, специи, чеснок, сахар, уксус 9%, соль) / Морковь с сыром (морковь, Гауда, чеснок, майонез)	130 / 166 / 236	1,5 / 1,69 / 5,63	8 / 10,41 / 20,69	10,0 / 13,9 / 5,55
Салат Оливье с колбасой (картофель отварной, майонез, огурцы маринованные, колбаса вареная, морковь отварная, горошек зеленый, яйцо отварное, соль, специи) / Салат с фасолью зеленой и курицей (куриное филе отварное, огурцы свежие, фасоль стручковая, майонез, яйцо куриное, зелень, соль, специи) / Салат с фасолью и овощами (картофель отварной, огурцы маринованные, Гауда, майонез, фасоль красная, зелень, чеснок, специи, соль)	312 / 179 / 222	5,7 / 8,18 / 7,7	25,4 / 15,08 / 12,93	14,9 / 3,7 / 19,02
Творог 5%	169	18	9	3
Сметана 20%	206	2,5	20	3,4
Мюсли	390	7,5	13	62
Хлопья кукурузные	380	8	1	82
Джем абрикосовый / джем клубничный / джем малиновый / джем черничный / джем вишневый	240 / 235 / 235 / 235 / 240	0 / 0 / 0 / 0,3 / 0	0 / 0 / 0 / 0 / 0	60 / 55 / 55 / 55 / 60
Мед	328	0,8	0	80,3
Майонез	629	2,8	67,0	3,7
Кетчуп	101	1	0,1	27,1
Хрен столовый / горчица	75 / 143	1,2 / 9,9	4,1 / 5,3	8 / 12,7
Кефир 2,5%	53	2,9	2,5	4
Молоко 3,2%	60	2,9	3,2	4,7
Йогурт питьевой фруктовый	77	2,8	2	11,9
Апельсины свежие	43	0,9	0,2	8,1
Киви свежие	47	0,8	0,4	8,1
Грейпфрут свежий	35	0,7	0,2	6,5

Фруктовый салат (апельсины, грейпфрут, яблоко, яблочный сок, виноград)	47,65	0,6	0,3	9,6
Лимоны	34,0	0,9	0,1	3
Хлеб Галицкий, хлеб тостовый / Чиабатта пшеничная, ржано-пшеничная	290 / 252	9 / 9,5	4 / 6,1	51,6 / 36,7
Яйцо отварное	157	12,7	11,5	0,7
Каша овсяная (овсяные хлопья, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	140,48	2,55	6,05	18,92
Каша манная (манная крупа, молоко, масло сливочное, сахар, соль) / Каша пшеничная (пшеничная крупа, молоко, масло сливочное, сахар, соль) / Каша рисовая (молоко, рис, масло сливочное, сахар, соль, ванилин) / Каша гречневая (крупа гречневая, молоко, масло сливочное, специи, соль)	113,5 / 120,89 / 121,3 / 116	2,14 / 2,49 / 2,02 / 2,64	5,42 / 5,72 / 5,52 / 5,72	13,82 / 14,7 / 15,7 / 13,64
Запеканка цитрусовая (творог, яйцо куриное, манная крупа, апельсиновая цедра, ванилин, соль) / Запеканка творожная с изюмом (творог, яйцо куриное, изюм, манная крупа, ванилин, сахар, соль) / Тыква запеченная с медом (тыква, мед)	226 / 225,5 / 22	17,08 / 15,42 / 1	8,5 / 7,75 / 0,1	19,62 / 23,00 / 4,4
Гренки в яйце (хлеб пшеничный, яйцо куриное, масло растительное) / Гренки с ветчиной и сыром (хлеб, заправка сырная (сыр Голландский, майонез, ветчина, помидоры, огурцы консервированные) /	214/393	10,6/12,7	7,5/24,29	29,15/29,27
Оладьи / Блинчики (молоко, мука, яйца куриные, масло растительное, сахар, соль) / Блинчики с яблоками (молоко, мука, яйца куриные, яблоко, масло растительное, сахар, соль) / Блинчики с капустой (молоко, мука, яйца куриные, масло растительное, сахар, соль), капуста, яйцо куриное, морковь, лук жаренный репчатый, соль, масло растительное) /	201 / 290 / 237 / 342	7,4 / 6,14 / 3 / 5,52	8,9/ 14,15 / 10 / 23,71	24,5 / 34,56 / 31 / 26,66
Омлет (яйцо куриное, масло растительное, молоко, соль) / Омлет с ветчиной (яйцо куриное, масло растительное, молоко, ветчина, соль) / Омлет с сыром (яйцо куриное, масло растительное, молоко, помидоры, сыр Гауда, соль)	117 / 93,65 / 98,85	5,28 / 6,43 / 7,33	9,94 / 6,87 / 7,1	1,6 / 1,49 / 1,31
Гренки в яйце (хлеб пшеничный, яйцо куриное, масло растительное) / Гренки с ветчиной и сыром (хлеб, заправка сырная (сыр Гауда, майонез, ветчина, помидоры, огурцы консервированные) /	611,94 / 431,39	11,88 / 14,37	42,88 / 23,25	42,45 / 38,97
Капуста тушеная (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, специи, соль) / Картофельные дольки (картофель, масло растительное, специи, соль) / Овощи запеченные (картофель, цуккини, морковь, перец болгарский, масло растительное, специи) / Овощи с рисом (рис, морковь, перец болгарский, лук репчатый, кукуруза, масло растительное) / Лобно (фасоль, перец болгарский, томаты в соусе, лук репчатый, чеснок, зелень, сахар, специи, соль, масло растительное) / Гречка с грибами (гречка, шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, масло сливочное, соль, специи)	138,69 / 130,54 / 44,6 / 184,6 / 160,35 / 195,64	2,44 / 2,98 / 1,98 / 2,72 / 5,78 / 4,71	10,28 / 1,31 / 1,39 / 10,52 / 5,59 / 11,18	8,59 / 28,27 / 6,13 / 19,27 / 20,63 / 18,78
Драники (картофель, лук репчатый, яйцо куриное, мука, масло растительное, специи, соль) / Драники с беконом (картофель, тыква, яйцо куриное, мука, масло растительное, ветчина, специи, соль) / Картофельный гратен (картофель, сыр Гауда, масло растительное, соль, сливки, мука пшеничная) / Запеканка картофельная с мясом (картофель, сыр, масло растительное, соль, сливки, мука пшеничная)	313,71 / 361 / 306 / 167,72	3,76 / 5,25 / 2,62 / 7,41	23,06 / 28,37 / 24,68 / 8,67	23,68 / 22,28 / 19,28 / 16,10
Сосиски отварные / Колбаса жареная (колбаса вареная, масло растительное) / Котлеты мясные (свинина, курица, хлеб, лук репчатый, панировочные сухари, соль, перец, специи) / Филе куриное (филе куриное,	289 / 415 / 384,84 / 321,20	12,22 / 17,14 / 17,59 / 14,59	26,55 / 38,56 / 27,66 / 26,23	0,44 / 0 / 15,61 / 7,44

<i>масло подсолнечное, яйцо куриное, мука пшеничная, соль, специи)</i>				
Печенье овсяное (<i>овсяные хлопья, масло сливочное, мука пшеничная, изюм, сахар, разрыхлитель, сода, корица, яйцо куриное</i>)	414,7	7,9	21,25	48,25
Кекс бисквитный (<i>мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, смесь йогософт, масло растительное, вода питьевая, соль</i>)	312,46	7,25	19,37	27,22
Кофе американо без сахара	21	1,3	1,5	0,7
Кофе капучино без сахара	58	3,2	3,2	4,5
Кофе эспрессо без сахара	21	1,3	1,5	0,7
Чай черный без сахара	2,8	0	0,1	0,1
Чай зеленый без сахара	2,6	0	0,1	0,1
Вода негазированная питьевая	0	0	0	0
Сок в ассортименте (<i>яблоко, вишня/черешня, апельсин, апельсин/манго, мультивитамин, персик</i>). Соки реализуются по наличию.	40	0	0	10

Обращаем Ваше внимание, что на каждый день подается (реализуется) не весь перечень данных продуктов и блюд. Сменности подлежит меню горячих блюд, холодных закусок, напитков, выпечки, соусов. Через « / » указаны блюда, которые чередуются, т.е. возможна подача одного из этих блюд.