

меню диетическое

Для людей
с заболеваниями
желудочно-
кишечного
тракта

ПАКЕТ 3

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша рисовая молочная (200г)
- Яйцо всмятку (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп-пюре овощной постный (250г)
- Винегрет овощной (100г)
- Говядина отварная запеченная под соусом бешамель (100г)
- Картофельное пюре (150г)
- Несдобная булочка бао (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Яблоко печеное с сахаром (100г)
- Рыба отварная (судак на пару) (100г)
- Чай с молоком (200мл)

ПАКЕТ 1

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша овсяная молочная Диета (200г)
- Яйцо всмятку (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп молочный с вермишелью (250г)
- Салат из отварных овощей и вареной колбасы Диета (100г)
- Фрикадельки мясные на пару с морковным пюре Диета (100/150г)
- Гречневая каша (150г)
- Несдобная булочка бао (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Груша печеная с сахаром и медом Диета (100г)
- Рыба отварная под сливочным соусом (100г)
- Молоко 3,2% (200мл)

ПАКЕТ 4

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша манная молочная (200г)
- Яйцо всмятку (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп рисовый молочный (250г)
- Салат из квашеной капусты (100г)
- Кнели из мяса индейки (100г)
- Вермишель с тертым сыром (150г)
- Несдобная булочка бао (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Котлеты рыбные из трески (100г)
- Творожная запеканка (100г)
- Отвар шиповника (200мл)

ПАКЕТ 2

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша гречневая рассыпчатая (200г)
- Яйцо всмятку (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп овсяный молочный (250г)
- Салат овощной Диета (100г)
- Рыба отварная под сливочным соусом (100г)
- Рис отварной (150г)
- Несдобная булочка бао (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Омлет на пару (100г)
- Творожная запеканка (100г)
- Кисель (200мл)

ПАКЕТ 5

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Пшеничная молочная каша (200г)
- Яйцо всмятку (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп фасолевый постный (250г)
- Салат морковно-яблочный со сметаной (100г)
- Суфле мясное паровое (100г)
- Картофельное пюре (150г)
- Несдобная булочка бао (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Курица отварная в белом соусе (100г)
- Творожный пудинг (100г)
- Кисель (200мл)

меню диетическое

Для людей
с заболеваниями
желчного
пузыря

ПАКЕТ 3

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Манная каша (200г)
- Творог (100г)
- Чай с молоком (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп рисовый с протертыми овощами (250г)
- Котлеты рыбные (100г)
- Кабачки тушеные в сметане (150г)
- Компот из сухофруктов (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Куриная грудка отварная (100г)
- Рис отварной (150г)
- Кисель ягодный (120г)

ПАКЕТ 1

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Перловая каша (200г)
- Яблоко печеное с яблоком и медом (100г)
- Чай (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Крем-суп овощной (250г)
- Нежирный мясной рулет Диета (100г)
- Рис отварной (150г)
- Кисель ягодный (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Отварной телячий язык (100г)
- Пюре картофельное (150г)
- Йогурт натуральный (120г)

ПАКЕТ 2

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Овсяная каша на воде (200г)
- Груша (100г)
- Чай/сахар/лимон (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп картофельный вегетарианский (250г)
- Говядина отварная (100г)
- Каша гречневая (150г)
- Отвар из шиповника (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Рыба отварная запеченная под молочным соусом (100г)
- Винегрет (150г)
- Кефир (200г)

ПАКЕТ 4

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Гречневая каша (200г)
- Яблоко (100г)
- Чай (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп из чечевицы с овощами (250г)
- Индейка отварная (100г)
- Картофельное пюре (150г)
- Узвар из яблок (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Рыба отварная судак (100г)
- Тушеная капуста (150г)
- Компот из сухофруктов (200г)

ПАКЕТ 5

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша овсяная молочная (200г)
- Сухофрукты (60г)
- Чай с молоком (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Борщ (250г)
- Курица отварная в молочном соусе (100г)
- Овощи на пару (150г)
- Отвар из шиповника (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Омлет из белков (120г)
- Котлеты из свеклы (150г)
- Кефир (200г)

меню диетическое

Для людей
с сердечно-
сосудистыми
заболеваниями

ПАКЕТ 3

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Манная каша (200г)
- Яйцо пашот (100г)
- Отвар шиповника (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп куриный с вермишелью (250г)
- Говядина отварная (100г)
- Тушеная капуста (150г)
- Груша (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Куриное филе запеченное с томатом (100г)
- Рис с овощами (150г)
- Молоко безлактозное (120г)

ПАКЕТ 1

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Перловая каша (200г)
- Яйцо всмятку (100г)
- Чай (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Салат из огурцов и помидоров с маслом (150г)
- Суп картофельный с гречневой крупой (250г)
- Отварная курица (100г)
- Тыква отварная (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Мясное суфле (100г)
- Запеканка из творога (150г)
- Молоко безлактозное (120мл)

ПАКЕТ 4

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Гречневая каша (200г)
- Яйцо вкрутую (100г)
- Чай с молоком (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Салат морковно-яблочный (250г)
- Крем-суп овощной (100г)
- Котлеты куриные (150г)
- Гречка отварная (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Стейк из горбуши на пару (100г)
- Овощи тушеные (150г)
- Кефир (200г)

ПАКЕТ 2

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Овсяная каша на воде (200г)
- Йогурт натуральный (100г)
- Чай с молоком (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Салат овощной (250г)
- Овощной борщ (100г)
- Плов с курицей (150г)
- Яблоко (200мл)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Рыба отварная запеченная под молочным соусом Диета (120/30г)
- Винегрет (150г)
- Кефир (200г)

ПАКЕТ 5

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Молочная кукурузная каша (200г)
- Йогурт натуральный (60г)
- Отвар шиповника (200мл)

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп овощной (250г)
- Окунь отварной (100г)
- Картофельное пюре (150г)
- Яблоко (200г)

Ужин с 19:00 до 21:00

- Индейка отварная (120г)
- Гречка отварная (150г)
- Йогурт натуральный (200г)

меню диетическое

Для людей
с сахарным
диабетом

С указанием Б | Ж | У | Ккал

ПАКЕТ 3

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша овсяная на молоке (200г) 6,3 | 3,3 | 33,6 | 188,8
- Сыр фета (120г) 14,1 | 21,0 | 4,1 | 262,4
- Отвар из шиповника (200мл) 0,3 | 0,0 | 2,2 | 10,0

Обед с 13:00 до 15:00

- Борщ постный (250г) 1,8 | 5,2 | 12,8 | 105,1
- Салат из огурцов и помидоров с маслом (100г) 0,8 | 10,1 | 1,8 | 101,0
- Кнели паровые из курицы (150г) 13,9 | 2,6 | 9,0 | 115,2
- Картофельное пюре (жидкое) (100г) 2,1 | 9,1 | 9,2 | 127,5
- Компот из сухофруктов (200мл) 0,6 | 0,6 | 35,0 | 145,4

Ужин с 19:00 до 21:00

- Индейка запеченная с томатами (100г) 15,6 | 33,6 | 0,9 | 368,5
- Рис с овощами (150г) 8,5 | 1,2 | 79,9 | 364,6
- Йогурт натуральный (120г) 4,3 | 3,2 | 6,8 | 72,6

ПАКЕТ 1

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Пшеничная молочная каша (200г) 3,8 | 3,3 | 16,0 | 107,0
- Сыр фета (100г) 14,1 | 21,0 | 4,1 | 262,4
- Кофе с молоком (200мл) 2,4 | 4,2 | 19,6 | 125,9

Обед с 13:00 до 15:00

- Рассольник постный (250г) 2,3 | 5,4 | 16,8 | 124,9
- Салат из квашеной капусты (100г) 1,9 | 10,1 | 3,3 | 111,9
- Фрикадельки говяжьи (100г) 17,0 | 14,5 | 1,5 | 204,2
- Цветная капуста тушеная в молоке (150г) 1,9 | 10,1 | 3,3 | 111,9
- Отвар из шиповника (200мл) 0,3 | 0,0 | 2,2 | 10,0

Ужин с 19:00 до 21:00

- Рыба отварная (треска) (100г) 13,6 | 2,0 | 1,5 | 65,5
- Картофельное пюре (жидкое) (150г) 2,1 | 9,1 | 9,2 | 127,5
- Йогурт натуральный (120г) 4,3 | 3,2 | 6,8 | 72,6

ПАКЕТ 2

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша гречневая на молоке (200г) 12,5 | 4,6 | 52,2 | 299,8
- Омлет (120г) 12,3 | 10,8 | 2,0 | 154,5
- Узвар яблочный (200мл) 1,7 | 0,5 | 66,9 | 278,8

Обед с 13:00 до 15:00

- Щи с курицей со сметаной Диета (250г) 10,6 | 7,2 | 6,9 | 134,7
- Салат овощной (100г) 1,3 | 20,2 | 3,0 | 199,2
- Кнели из мяса индейки с гарниром из отварной цветной капусты (100г) 17,1 | 17,2 | 2,7 | 234,1
- Жаркое из овощей с корнем сельдерея (150г) 4,8 | 0,5 | 14,4 | 80,9
- Компот из ягод (200мл) 0,9 | 0,4 | 7,5 | 36,6

Ужин с 19:00 до 21:00

- Котлеты рыбные (100г) 11,0 | 3,2 | 9,6 | 111,0
- Винегрет (150г) 2,2 | 15,2 | 11,7 | 192,5
- Кефир (120г) 5,6 | 2,0 | 8,0 | 72,4

ПАКЕТ 5

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша перловая на молоке (200г) 3,0 | 3,3 | 4,9 | 61,6
- Яйцо пашот (50г) 6,4 | 5,8 | 0,4 | 78,6
- Чай с молоком (200мл) 1,4 | 0,9 | 2,4 | 23,1

Обед с 13:00 до 15:00

- Уха рыбацкая (250г) 3,7 | 6,3 | 9,3 | 108,6
- Винегрет (100г) 2,2 | 15,2 | 11,7 | 192,5
- Телячий язык (100г) 14,6 | 12,0 | 1,4 | 172,1
- Тушеная капуста (150г) 2,6 | 6,2 | 7,5 | 95,9
- Компот из ягод (200мл) 0,9 | 0,4 | 7,5 | 36,6

Ужин с 19:00 до 21:00

- Фрикадельки говяжьи (100г) 17,0 | 14,5 | 1,5 | 204,2
- Овощи на пару (180г) 4,4 | 12,3 | 7,0 | 156,4
- Кисель (200г) 0,6 | 0,2 | 14,5 | 62,2

ПАКЕТ 4

Завтрак с 08:00 до 10:00

- Каша рисовая на молоке (200г) 3,0 | 3,3 | 4,8 | 61,5
- Яйцо всмятку (50г) 6,4 | 5,8 | 0,4 | 78,6
- Компот из сухофрукто (200мл) 0,6 | 0,6 | 35,0 | 145,4

Обед с 13:00 до 15:00

- Суп из чечевицы с сельдереем (250г) 8,7 | 0,8 | 20,1 | 122,7
- Салат овощной (100г) 1,3 | 20,2 | 3,0 | 199,2
- Отварная куриная грудка (120г) 25,8 | 3,2 | 0,5 | 133,7
- Тушеные кабачки (150г) 0,9 | 4,5 | 5,0 | 64,2
- Чай с молоком (200мл) 1,4 | 0,9 | 2,4 | 23,1

Ужин с 19:00 до 21:00

- Тефтели рыбные (100г) 16,0 | 3,7 | 3,5 | 107,2
- Шницель из капусты (150г) 3,3 | 11,9 | 16,3 | 185,3
- Кефир (200г) 5,6 | 2,0 | 8,0 | 72,4

меню детское диетическое

Для детей
аллергиков-
безглютеновое

ПАКЕТ 1

Завтрак с 08:00 до 10:00

Молочная рисовая каша (200г)
Печенье миндальное без глютена (50г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат из пекинской капусты (100г)
Суп харчо (250г)
Запеченная рыба с овощами (100г)
Овощи тушеные (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Куриное филе запеченное с грибами (100г)
Гречка (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Фруктовый салат (200г)

ПАКЕТ 2

Завтрак с 08:00 до 10:00

Безглютеновые блинчики (со сметаной, медом, вареньем) (180/20г)
Конфеты ручной работы сыроедческие (чернослив/курага) (48г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат из свеклы с чесноком (100г)
Грибной суп с гречкой (250г)
Котлеты куриные (100г)
Рис (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Окунь припущенный (100г)
Картофель запеченный (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Яблоко запеченное (200г)

ПАКЕТ 3

Завтрак с 08:00 до 10:00

Каша молочная гречневая (200г)
Зефир (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат овощной (100г)
Куриный суп с клёцками (250г)
Стейк из горбуши на пару (100г)
Тыква запеченная (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Индейка запеченная с томатами (100г)
Рис с овощами (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Фруктовое желе (120г)

ПАКЕТ 4

Завтрак с 08:00 до 10:00

Безглютеновые оладьи (со сметаной, медом, вареньем) (200г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат морковно-яблочный со сметаной (100г)
Суп овощной (250г)
Куриное филе запеченное с грибами (100г)
Овощи тушеные (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Котлеты куриные (100г)
Рис (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Конфеты ручной работы сыроедческие (чернослив/курага) (48г)

ПАКЕТ 5

Завтрак с 08:00 до 10:00

Каша молочная пшеничная (200г)
Печенье миндальное без глютена (50г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат из свеклы с черносливом (100г)
Борщ (250г)
Индейка запеченная с томатами (100г)
Картофель запеченный (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Стейк из горбуши на пару (100г)
Тыква запеченная (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Зефир (60г)

🕒 Для заказа меню, Гостю необходимо подать заявку
за сутки (24 часа) до начала первого питания

меню детское диетическое

Для детей
аллергиков-
безлактозное

ПАКЕТ 3

Завтрак с 08:00 до 10:00

Гречневая каша (на воде, на кокосовом молоке, на безлактозном молоке) (200г)
Пирожок постный с абрикосом (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат овощной (100г)
Грибной суп с гречкой (250г)
Отварная куриная грудка (100г)
Тыква запеченная (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Треска отварная (100г)
Картофель запеченный (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Фруктовый салат (150г)

ПАКЕТ 1

Завтрак с 08:00 до 10:00

Пшеничная каша (на воде, на кокосовом молоке, на безлактозном молоке) (200г)
Пирожок постный с вишней (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат из пекинской капусты (100г)
Куриный бульон с яйцом (250г)
Треска отварная (100г)
Рис с овощами (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Индейка запеченная (100г)
Тыква запеченная (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Фруктовый салат (150г)

ПАКЕТ 2

Завтрак с 08:00 до 10:00

Рисовая каша (на воде, на кокосовом молоке, на безлактозном молоке) (200г)
Пирожок постный с яблоком (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат из свеклы с чесноком (100г)
Суп с фрикадельками и цветной капустой (250г)
Говядина тушеная (100г)
Гречка (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Куриное филе запеченное с грибами (100г)
Овощи тушеные (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Яблоко запеченное (150г)

ПАКЕТ 4

Завтрак с 08:00 до 10:00

Кукурузная каша (на воде, на кокосовом молоке, на безлактозном молоке) (200г)
Рулет морковно-яблочный (70г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат морковно-яблочный (100г)
Суп овощной (250г)
Окунь отварной (100г)
Овощи тушеные (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Говядина тушеная (100г)
Рис с овощами (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Яблоко запеченное (150г)

ПАКЕТ 5

Завтрак с 08:00 до 10:00

Омлет паровой (200г)
Зефир (40г)

Обед с 13:00 до 15:00

Салат из свеклы с черносливом (100г)
Борщ (250г)
Индейка запеченная с томатами (100г)
Картофель запеченный (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)

Ужин с 19:00 до 21:00

Отварная куриная грудка (100г)
Гречка (150г)
Кукурузно-рисовые хлебцы (60г)
Фруктовый салат (150г)

🕒 Для заказа меню, Гостю необходимо подать заявку за сутки (24 часа) до начала первого питания