

## Меню ресторана «Манана Мама»

### Ассорти и закуски

**Баклажан, копченый на мангале :** 190г 270р

баклажаны (запекаются и копятся), томаты свежие, фета с чесноком, зелень, жидкий дым, соль.

Способ приготовления: запекание

Калории: ккал: 167,3 Белки, г: 6,1 Жиры, г: 12,3 Углеводы, г: 8,3

**Ассорти рыбное:** 210г 650р

Балык мясляной рыбы холодного копчения, слабосоленые лосось, скумбрия холодного копчения, лимон, салат зеленый, маслины, петрушка.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 456,8 Белки, г: 44,3 Жиры, г: 30,0 Углеводы, г: 2,7

**Мясная нарезка:** 190г 390р

Куриный рулет, свинина сырокопченая, говядина копченая.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 365,0 Белки, г: 27,9 Жиры, г: 25,3 Углеводы, г: 1,7

**Вяленое мясо:** бастурма, суджук, вяленая курица. 100г 320р

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории :ккал: 117,3 Белки, г: 13,9 Жиры, г: 6,8 Углеводы, г: 0,2

**Сырная тарелка** 260г 530р

сулугуни, сулугуни копченый, горгонзола, камамбер, прованс, виноград, грецкий орех.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории:ккал: 556,4 Белки, г: 33,0 Жиры, г:42,1 Углеводы, г:11,2

**Бадриджани** 200г 320р

Рулеты из баклажанов, соус ореховый на сациви, зерна граната, салат зеленый, укроп, перец болгарский.

Способ приготовления: жарка

Калории:ккал:818,5 Белки, г: 14,0 Жиры, г: 76,4 Углеводы, г: 25,5

**Ассорти зелени:** 75г 90р

укроп, петрушка, кинза, зеленый лук, чеснок, соль.

Калории: ккал: 43,5 Белки, г: 2,6 Жиры, г: 0,2 Углеводы, г: 7,8

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

**Овощное ассорти:** 340г 300р

Помидоры, огурцы, паприка свежая, перец чили свежий, петрушка, салат зеленый, маслины.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 74,7 Белки, г: 3,3 Жиры, г: 0,7 Углеводы, г: 15,3

**Грузди со сметаной:** 270г 450р

Грузди соленые, лук маринованный, сметана, укроп.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 130,0 Белки, г: 3,7 Жиры, г: 11,1 Углеводы, г: 3,8

**Сельдь с картофелем:** 240г 270р

Сельдь, картофель запеченный, лук маринованный, укроп.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 396,8 Белки, г: 13,6 Жиры, г: 27,5 Углеводы, г: 23,7

**Разносолы бочковые:** 385г 380р

Огурцы, томаты, перец острый, капуста и чеснок маринованные.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 165,7 Белки, г: 7,8 Жиры, г: 0,7 Углеводы, г: 32,1

**Ассорти пхали:** пхали из баклажана, шампиньонов и свеклы. 150г 190р

Баклажан, свекла, шампиньоны, чеснок, грецкий орех, гранат, аджика сухая, уцхо-сунели, соль.

Калории: ккал: 93,4 Белки, г: 3,2 Жиры, г: 4,8 Углеводы, г: 10,2

**Пхали из баклажан:** 150г 200р

баклажан, грецкий орех, уцхо-сунели, кинза, укроп, петрушка, гранат, аджика сухая, чеснок, соль.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал: 237,1 Белки, г: 6,4 Жиры, г: 18,2 Углеводы, г: 14,8

**Пхали из шампиньонов:** 150г 250р

*шампуньоны, грецкий орех, уцко-сунели, кинза, укроп, петрушка, гранат, аджика сухая, чеснок, соль.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал: 181,1 Белки, г: 6,0 Жиры, г: 14,7 Углеводы, г: 7,9*

***Пхали из свеклы:*** **150г 140р**

*Свекла, грецкий орех, уцко-сунели, кинза, укроп, петрушка, гранат, аджика сухая, чеснок, соль.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал: 276,6 Белки, г: 6,6 Жиры, г: 19,0 Углеводы, г: 21,8*

***Аджасандал:*** **200г 230р**

*баклажаны, томаты, болгарский перец, петрушка, укроп, кинза, лук, чеснок.*

*Способ приготовления: тушение*

*Калории: ккал: 148,4 Белки, г: 2,3 Жиры, г: 10,1 Углеводы, г: 12,5*

***Аджасандал под сыром:*** **200г 270р**

*баклажаны, томаты, болгарский перец, петрушка, укроп, кинза, лук, чеснок, сыр сулугуни.*

*Способ приготовления: тушение и запекание*

*Калории: ккал: 252,5 Белки, г: 11,3 Жиры, г: 18,6 Углеводы, г: 9,2*

***Хрустящие баклажаны:*** **160г 210р**

*Баклажаны, крахмал картофельный, чеснок, соус сладкий чили.*

*Способ приготовления: жарка*

*Калории: ккал: 98,9 Белки, г: 1,1 Жиры, г: 533,1 Углеводы, г: 23,5*

***Баклажан со сливочным сыром:*** **170г 230р**

*Баклажан, сливочный сыр, томаты вяленые, масло трюфельное, маслины, черри, микс салата, маслины, петрушка.*

*Способ приготовления: жарка*

*Калории: ккал: 245,8 Белки, г: 5,2 Жиры, г: 19,5 Углеводы, г: 12,4*

***Лечо по – грузински:*** **210г 210р**

*Перец болгарский, томаты, морковь, лук, чеснок, томатная паста, уксус столовый, соль, сахар, масло растительное, тесто дрожжевое, тимьян, розмарин.*

*Способ приготовления: жарка, тушение*

*Калории: ккал:384,0 Белки, г:7,1 Жиры, г: 21,1 Углеводы, г:42,2*

## **Салаты**

**Салат по-имеретински:** **230г 270р**

*куриное филе отварное, паприка, огурцы, помидоры конкассе, петрушка, укроп, кинза, перец, соль, сыр сулугуги, майонез, гранат, помидоры черри.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал:313,8 Белки, г:15,5 Жиры, г: 24,5 Углеводы, г:6,6*

**Салат по-рачински:** **210р 180р**

*свекла маринованная в Ткемали, петрушка, укроп, кинза, грецкий орех, чеснок, аджика сухая, хмели-сунели, уцхо-сунели.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал:263,1 Белки, г:12,6 Жиры, г: 9,8 Углеводы, г:36,1*

**Салат по-кахетиски:** **230г 340р**

*отварная грудинка говядины, майонез, помидоры конкассе, морковь, огурцы, грецкий орех, соль, перец, петрушка, укроп, кинза, гранат очищенный.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал:478,6 Белки, г:21,0 Жиры, г: 39,4 Углеводы, г:12,0*

**Салат по-грузински:** **230г 210р**

*помидоры, огурцы, баклажаны, паприка, лук репчатый, укроп, кинза, петрушка, перец чили, чеснок, масло подсолнечное, лимонный сок, соль, перец черный, паприка сладкая молотая.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал:226,5 Белки, г:2,2 Жиры, г: 18,5 Углеводы, г:12,9*

**Цезария:** **190г 290р**

*Куриное бедро, лист салата, черри, сулугуни копченый, пури на мангале. Заправка: яичный желток, лимонный сок, зернистая горчица, чеснок, растительное масло, соль, перец.*

*Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки*

*Калории: ккал:273,6 Белки, г:16,9 Жиры, г: 16,0 Углеводы, г:15,1*

**Салат с куриным бедром и овощами:** **240г 290р**

куриное бедро без кости, салат зеленый, салат айсберг, паприка, томаты, шампиньоны, чеснок, соль, перец черный.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал:259,4 Белки, г:11,6 Жиры, г: 19,3 Углеводы, г:10,5

**Салат со слабосоленым лососем: 230г 390р**

Лосось слабосоленый, салат зеленый, салат айсберг, фета, черри, уксус винный, соевый соус, мед, имбирь, масло растительное.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал:396,1 Белки, г:15,6 Жиры, г: 29,8 Углеводы, г:15,7

## Выпечка

**Тесто на хачапури: мука в/с, соль, сахар, дрожжи, вода питьевая, масло растительное.**

**Хачапури по-имеритиснки: 380г 290р**

тесто на хачапури, сырная начинка на хачапури(сулугуни, имеретинский сыр), мука пшеничная, масло сливочное.

Способ приготовления: выпекание

Пищевая ценность на порцию:

Калории: ккал:1027,6 Белки, г:27,2 Жиры, г: 18,1 Углеводы, г:189,0

**Хачапури по-имеритиснки маленький: 190г 180р**

тесто на хачапури, сырная начинка на хачапури(сулугуни, имеретинский сыр), мука пшеничная, масло сливочное.

Способ приготовления: выпекание

Пищевая ценность на порцию:

Калории: ккал:513,8 Белки, г:13,6 Жиры, г: 9,1 Углеводы, г:94,5

**Хачапури по-мегрельски: 430г 370р**

тесто на хачапури, сырная начинка на хачапури (сулугуни, имеретинский сыр), мука пшеничная, масло сливочное.

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:1162,8 Белки, г:30,8 Жиры, г: 20,5 Углеводы, г:213,8*

***Хачапури по-мегрельски мини: 180г 200р***

*тесто на хачапури, сырная начинка на хачапури (сулугуни, имеретинский сыр), мука пшеничная, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:486,8 Белки, г:12,9 Жиры, г: 8,6 Углеводы, г:89,5*

***Хачапури по-мегрельски с копченым сулугуни: 430г 370р***

*тесто на хачапури, сырная начинка на хачапури (копченый сулугуни, имеретинский сыр), мука пшеничная, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:1162,8 Белки, г:30,8 Жиры, г: 20,5 Углеводы, г:213,8*

***Хачапури по-мегрельски с копченым сулугуни мини: 210г 200р***

*тесто на хачапури, сырная начинка на хачапури (копченый сулугуни, имеретинский сыр), мука пшеничная, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:486,8 Белки, г:12,9 Жиры, г: 8,6 Углеводы, г:89,5*

***Хачапури по-аджарски: 300г 260р***

*тесто на хачапури, сыр сулугуни и имеретинский, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:811,3 Белки, г:21,5 Жиры, г: 14,3 Углеводы, г:149,2*

***Хачапури по-аджарски маленький: 180г 170р***

*тесто на хачапури, сыр сулугуни и имеретинский, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:486,8 Белки, г:12,9 Жиры, г: 8,6 Углеводы, г:89,5*

***Хачапури по-аджарски со шпинатом:*** **320г 260р**

*тесто на хачапури, сыр сулугуни и имеретинский, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное, шпинат.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:811,3 Белки, г:21,5 Жиры, г: 14,3 Углеводы, г:149,2*

***Хачапури по-аджарски со шпинатом мини:*** **180г 170р**

*тесто на хачапури, сыр сулугуни и имеретинский, мука пшеничная, масло сливочное, яйцо куриное, шпинат.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:486,8 Белки, г:12,9 Жиры, г: 8,6 Углеводы, г:89,5*

***Хачапури на электро мангале*** **200г 270р**

*сыр копченый сулугуни, тесто слоенное бездрожжевое, петрушка.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал: 570,0 Белки, г: 39,0 Жиры, г: 44,0 Углеводы, г: 0*

***Пеновани с сыром:*** **260г 250р**

*слоёное дрожжевое тесто, брынза, сулугуни.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:787,5 Белки, г:29,7 Жиры, г: 41,8 Углеводы, г:58,1*

***Хачапури с аджапсандалом:*** **300г 290р**

*тесто на хачапури, сыр сулугуни, сыр имеретинский, лук репчатый, баклажан, перец болгарский, морковь, чеснок.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:673,5 Белки, г:26,3 Жиры, г: 26,5 Углеводы, г:81,0*

***Хачапури карбонара:*** **300г 300р**

*тесто на хачапури, сыр сулугуни, сыр имеретинский, бекон*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:806,1 Белки, г:35,0 Жиры, г: 37,2 Углеводы, г:81,4*

***Осетинский пирог с картофелем и сыром: 950г 460р***

*тесто на хачапури, картофель отварной, сыр сулугуни и имеретинский, соль, масло сливочное, мука пшеничная, молоко.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:2514,9 Белки, г:66,5 Жиры, г: 44,4 Углеводы, г:462,4*

***Осетинский пирог с картофелем и сыром маленький: 450г 230р***

*тесто на хачапури, картофель отварной, сыр сулугуни и имеретинский, соль, масло сливочное, мука пшеничная, молоко.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:1257,4 Белки, г:33,3 Жиры, г: 22,2 Углеводы, г:231,2*

***Осетинский пирог с мясом: 950г 620р***

*тесто на хачапури, фарш свинина говядина 50/50, лук репчатый, перец черный молотый, соль, чеснок, мука пшеничная, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал: 2433,8 Белки, г: 64,4 Жиры, г: 43,0 Углеводы, г: 447,5*

***Осетинский пирог с мясом маленький: 450г 310р***

*тесто на хачапури, фарш свинина говядина 50/50, лук репчатый, перец черный молотый, соль, чеснок, мука пшеничная, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:1216,9 Белки, г: 32,2 Жиры, г: 21,5 Углеводы, г: 223,8*

***Кубдаридзе: 950г 680р***

*Тесто на хачапури, баранина, телятина, лук репчатый, соль, перец, аджика сухая, кинза.*

*Способ приготовления: выпекание*



*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:1925,1 Белки, г:99,9 Жиры, г: 53,8 Углеводы, г:260,4*

***Пирог с картофелем рыбой: 950г 520р***

*тесто на хачапури, лосось, горбуша, лук репчатый, картофель, сливочное масло, соль, перец черный.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:2113,8 Белки, г:103,1 Жиры, г: 71,0 Углеводы, г:266,4*

***Пирог с бараниной: 950г 670р***

*Тесто на хачапури, фарш баранина, соль, перец черный, перец красный, лук репчатый, чеснок, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:2433,8 Белки, г:64,4 Жиры, г: 43,0 Углеводы, г:447,5*

***Пирог с курицей, сыром и грибами 950г 540р***

*тесто на хачапури, куриное бедро, лук репчатый, сулугуни копченый, аджика сухая, масло сливочное.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:2331,4 Белки, г:89,5 Жиры, г: 104,0 Углеводы, г:257,9*

***Кутаб с бараниной : 175г 150р***

*бездрожжевое тесто, говядина, баранина (50/50),помидоры, лук, зелень, сливочное масло (смазывается).*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:420,0 Белки, г:11,6 Жиры, г: 6,4 Углеводы, г:79,2*

***Кутаб с сыром и зеленью: 160г 120р***

*бездрожжевое тесто, сыр сулугуни и имеретинский, зелень (укроп, петрушка).*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:395,3 Белки, г:10,9 Жиры, г: 6,0 Углеводы, г:74,6*

**Кутаб с сыром и чили:** **120г 130р**

*бездрожжевое тесто, сыр сулугуни и имеретинский, перец чили.*

*Способ приготовления: выпекание*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:337,3 Белки, г:16,6 Жиры, г: 15,3 Углеводы, г:31,9*

## *Хинкали*

**Тесто на хинкали:** *вода питьевая, мука в/с, соль поваренная, масло растительное.*

**Хинкали с бараниной:** *тесто, баранин, лук, зелень (тархун, базилик, кинза, укроп, петрушка), сванская соль.* **90г 75р**

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:284,4 Белки, г:9,4 Жиры, г: 17,4 Углеводы, г:22,6*

**Хинкали с дальневосточным лососем:** *тесто, лосось, горбуша, лук, масло сливочное, сливки, укроп, аджика сухая, соль.* **90г 75р**

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:206,3 Белки, г: 11,0 Жиры, г: 7,2 Углеводы, г:24,5:*

**Хинкали с курицей и копченым сулугуни:** *тесто, филе куриного бедра, копченый сулугуни, лук, чеснок, масло сливочное, аджика сухая.* **90г 70р**

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:216,3 Белки, г:10,8 Жиры, г: 8,9 Углеводы, г:23,0*

**Хинкали с грибами:** *тесто, шампиньоны свежие, лук репчатый, кинза, петрушка, укроп, черный перец, перец чили, чеснок, масло сливочное.* **90г 65р**

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:151,0 Белки, г:4,3 Жиры, г: 4,3 Углеводы, г:23,5*

***Хинкали со свиной и говядиной:*** *тесто, фарш свинина говядина 50/50, лук репчатый, кинза, петрушка, тимьян, базилик, сванская соль, аджика сухая кориандр, соль.* **90г 75р**

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:227,8 Белки, г:9,4 Жиры, г:10,8 Углеводы, г:23,2*

***Хинкали сванские:*** *тесто, говядина грудинка, лук репчатый, масло сливочное, сванская соль, соль.* **90г 75р**

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:238,6 Белки, г:8,4 Жиры, г: 12,3 Углеводы, г:23,4*

***Хинкали Том ям:*** **90г 120р**

*тесто хинкальное (мука, вода питьевая, соль , масло растительное), креветки тигровые, паста тоя ям, кокосовое молоко.*

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:161,6 Белки, г:9,8 Жиры, г: 2,5 Углеводы, г:24,6*

***Хинкали набор шесть штук:*** *хинкали со свиной и телятиной, сванские, с грибами, с курицей и копченым сулугуни, с лососем.* **540г 400р**

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:1324,4 Белки, г 53,3 Жиры, г: 60,9 Углеводы, г:140,2*

***Хинкали в кеци в сливочно-грибном соусе:*** **270г 320р**

*тесто, фарш свинина говядина 50/50, лук репчатый, кинза, петрушка, тимьян, базилик, сванская соль, аджика сухая кориандр, соль, зелень, сливки, шампиньоны.*

*Способ приготовления: варка, тушение*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:597,5 Белки, г:24,3 Жиры, г: 32,5 Углеводы, г:51,4*

**Хинкали набор десять штук:**

**900г 660р**

*Хинкали свинина-телятина 2шт., хинкали с бараниной 2шт., хинкали с курицей и копченым сулугуни 2шт., хинкали с лососем 2шт., хинкали с грибами 2шт.*

*Способ приготовления: варка*

*Пищевая ценность на порцию:*

*Калории: ккал:2171,6 Белки, г:89,8 Жиры, г: 97,2 Углеводы, г:233,6*

## **Супы**

**Буглама:**

**620г 430р**

*баранина, картофель, лук репчатый, помидоры свежие, паприка, баклажан, петрушка, кинза, укроп, соль, перец черный молотый, вода питьевая.*

*Способ приготовления: варка*

*Калории: ккал:372,3 Белки, г:42,1 Жиры, г:12,7 Углеводы, г:23,8*

**Солянка по-грузински:**

**350г 270р**

*сосиски, карбонад, язык говяжий, говядина отварная, лук, томат, огурцы маринованные, лимон, маслины, сметана, зелень, специи, вода питьевая.*

*Способ приготовления: варка*

*Калории: ккал:465,5 Белки, г:16,7 Жиры, г:38,4 Углеводы, г:15,0*

**Харчо суп:**

**400г 270р**

*говядина отварная, петрушка, укроп, лук, помидоры, томатная паста, бульон говяжий, рис, чеснок, соль, специи, перец красный острый, перец черный молотый, соль сванская, хмели-сунели, уцхо-сунели, петрушка, укроп, кинза, вода питьевая.*

*Способ приготовления: варка*

*Калории: ккал:408,9 Белки, г:21,3 Жиры, г:14,6 Углеводы, г:48,8*

**Суп куриный:**

**350г 200р**

*бульон куриный, лапша домашняя собственного приготовления отварная, курица отварная, овощи жаренные (лук репчатый, морковь), масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая.*

*Способ приготовления: варка*

Калории: ккал:164,2 Белки, г:8,8 Жиры, г:5,1 Углеводы, г:20,9

## Соусы

**Цахтон:** сметана, зелень (петрушка, укроп), перец чили, чеснок. 50г 50р

Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):

Калории: ккал:20,1 Белки, г:2,1 Жиры, г:2,3 Углеводы, г:3,2

**Сацебели:** томатная паста, зелень (укроп, петрушка, кинза), ткемали, соль, сахар, чеснок, специи. 50г 50р

Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):

Калории: ккал:35,5 Белки, г:1,1 Жиры, г:0,6 Углеводы, г:1,2

**Ткемали красный:** слива, зелень(укроп, петрушка, кинза, мята, тархун, кориандр), перец чили, чеснок. 50г 70р

Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):

Калории: ккал:68,5 Белки, г:0,5 Жиры, г:0,3 Углеводы, г:1,2

**Ткемали зеленый:** алыча, зелень(укроп, петрушка, кинза, мята, тархун, кориандр), перец чили, чеснок. 50г 70р

Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):

Калории: ккал:67,4 Белки, г:0,5 Жиры, г:0,3 Углеводы, г:1,1

## Горячие блюда

**Садж из четырех шашлыков и двух кебабов:** ассорти шашлыков из свиной шеи, из баранины, из курицы, кебаб из свинины и говядины, овощной шашлык. Подается с лавашом, соусами и свежими овощами. 1160/680/200г 2300р

Пищевая ценность (на 1 порцию):

Калории: ккал:3340,1 Белки, г:206,9 Жиры, г:204,2 Углеводы, г:169,1

Способ приготовления: жарка

**Свиная корейка на мангале:** 340/50г 380р

свиная корейка маринованная, огурцы, помидоры, лаваш, лук маринованный, соус сацебели.

Пищевая ценность (на 1 порцию):

Калории: ккал:502,3 Белки, г:34,7 Жиры, г:33,9 Углеводы, г:14,1

*Способ приготовления: жарка*

**Шашлык из куриного бедра: 320/50г 350р**

*филе куриного бедра, огурцы, помидоры, паприка запеченная, лук маринованный, укроп, лаваш, соус сметана, песто из петрушки.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:584,7 Белки, г:36,3 Жиры, г:39,0 Углеводы, г:22,1*

*Способ приготовления: жарка*

**Шашлык из баранины: 280/50г 560р**

*баранина маринованная, огурцы, помидоры, лук маринованный, паприка запеченная, соль, перец черный, аджика сухая, соль сванская, лаваш, соус гранатовый.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:493,4 Белки, г:44,1 Жиры, г:19,3 Углеводы, г:35,7*

*Способ приготовления: жарка*

**Шашлык из свиной шеи: 300/50г 470р**

*свиная шея маринованная, огурцы, помидоры, лук маринованный, паприка запеченная, соль, перец черный молотый, аджика сухая, соль сванская лаваш, соус сацебели.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:731,1 Белки, г:34,0 Жиры, г:60,6 Углеводы, г:12,5*

*Способ приготовления: жарка*

**Ребра барашка на мангале: 290/50г 770р**

*ребра барашка, огурцы, помидоры, лук маринованный, укроп, лаваш, соус сацебели.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:45,0 Белки, г:0 Жиры, г:5,0 Углеводы, г:0*

*Способ приготовления: жарка*

**Овощи на электромангале 240г 280р**

*баклажан, помидор, паприка, лук репчатый, картофель, кукуруза, петрушка, укроп, кинза, соус Наршараб.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:96,5 Белки, г:3,3 Жиры, г:0,2 Углеводы, г:21,0*

*Способ приготовления: жарка*

**Люля-кебаб из курицы:** **300/50г 300р**

*куриный фарш, помидоры, огурцы, лук маринованный, укроп, лаваш, соус сацебели.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:468,4 Белки, г:31,9 Жиры, г:29,0 Углеводы, г:19,9*

*Способ приготовления: жарка*

**Люля-кебаб из свинины и телятины:** **300/50г 400р**

*фарш свинина-телятина 50/50, помидоры, огурцы, лук маринованный, укроп, лаваш, соус сацебели.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:756,9 Белки, г:34,9 Жиры, г:60,5 Углеводы, г:18,1*

*Способ приготовления: жарка*

**Бараньи семечки на мангале:** **360/50г 450р**

*бараньи ребра, бульон куриный, помидоры, огурцы, лук маринованный, лаваш, соус сацебели, петрушка.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:515,6 Белки, г:38,5 Жиры, г:33,9 Углеводы, г:14,1*

*Способ приготовления: жарка, варка*

**Семга на мангале:** **270/50г 700р**

*филе семги, укроп, картофель, цуккини, шампиньоны, масло растительное, масло сливочное, сметана, соус песто из петрушки.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:437,9 Белки, г:34,5 Жиры, г:27,6 Углеводы, г:13,5*

*Способ приготовления: жарка*

**Треска с овощами:** **380г 630р**

*Филе трески, соль, перец, черный, масло сливочное, масло растительное, мука, картофель, черри, чеснок, тимьян, розмарин.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Способ приготовления: жарка*

*Калории: ккал:344,3 Белки, г:38,5 Жиры, г 5,6 Углеводы, г:34,6*

**Речная форель на мангале:** **Цена за 100г 240р**

*речная форель, овощи на мангале, лимон, соус сальса.*

*Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):*

*Калории: ккал:174,4 Белки, г:11,1 Жиры, г:13,2 Углеводы, г:3,0*

*Способ приготовления: жарка*

**“Пять пальчиков” из баранины** **520г/50г 750р**

*Вырезка баранины, курдюк барана, картофель, соус сацебели.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:1289,2 Белки, г:51,8 Жиры, г:96,5 Углеводы, г:54,2*

**Шляпки шампиньонов под сыром с аджикой:** **330г 360р**

*шляпки шампиньонов, масло сливочное, сырная начинка, соль, аджика сухая.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:45,9 Белки, г:6,9 Жиры, г:1,7 Углеводы, г:1,7*

**Шкмерули** **330г 340р**

*Половина корнишона, соль сванская, аджика сухая, сметана, молоко, чеснок, соль, петрушка, укроп.*

*Способ приготовления: жарка, тушение*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:592,9 Белки, г:56,0 Жиры, г:36,2 Углеводы, г:9,7*

**Чашушули из свинины:** **350г 390г**

*свинная вырезка, помидоры, бульон говяжий, томатная паста, лук репчатый, чеснок, масло растительное, масло сливочное, петрушка, укроп, кинза, хмели-сунели, уцхо-сунели, аджика сухая, соль, перец черный.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:845,2 Белки, г:3,1 Жиры, г:2,5 Углеводы, г:3,7*

*Способ приготовления: тушение*

**Чашушули из говядины:** **300г 490р**

*грудинка говяжья без кости, помидоры, бульон говяжий, томатная паста, лук репчатый, чеснок, масло растительное, масло сливочное, петрушка, укроп, кинза, хмели-сунели, уцхо-сунели, аджика сухая, соль, перец черный.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*



*Калории: ккал:820,3 Белки, г:91,9 Жиры, г:50,2 Углеводы, г:0,2*

*Способ приготовления: тушение*

**Сулугуни в панировке:** **200г 330р**

*сулугуни, яйцо, мука, панировка, помидоры черри, салат зеленый.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:532,2 Белки, г:36,4 Жиры, г:40,7 Углеводы, г:9,0*

*Способ приготовления: жарка*

**Чахохбили из курицы:** **370г 330р**

*кусочки цыпленка, томатная паста, лук репчатый, чеснок, масло растительное, масло сливочное, петрушка, укроп, кинза, хмели-сунели, уцхо-сунели, аджика сухая, соль, перец черный.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:774,4 Белки, г:58,6 Жиры, г:58,3 Углеводы, г:3,8*

*Способ приготовления: тушение*

**Курица в кеци:** **300г 360р**

*куриное филе, зеленый горошек, копченый сыр сулугуни, томаты, лук, паприка.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:636,0 Белки, г:48,0 Жиры, г:48,0 Углеводы, г:3,0*

*Способ приготовления: запекание*

**Оджахури:** **360г 400р**

*свинина шея, обжаренный картофель, паприка, зелень, чеснок, лук, томаты, специи.*

*Пищевая ценность (на 1 порцию):*

*Калории: ккал:1341,2 Белки, г:63,8 Жиры, г:120,6 Углеводы, г:5,8*

*Способ приготовления: жарка*

## **Гарниры:**

**Картофель фри** **100г 100р**

*Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):*

*Калории: ккал:32,1 Белки, г:12,3 Жиры, г:14,8 Углеводы, г:8,9*

*Способ приготовления: жарка*

**Картофельное пюре** 150г 100р

Пищевая ценность (на 100 грамм продукта):

Калории: ккал:38,3 Белки, г:12,5 Жиры, г:9,8 Углеводы, г:14,6

Способ приготовления: варка

## **Десерты**

**Фруктовое ассорти:** 600г 400 р

апельсины, груша, яблоко, банан, виноград, мята, грейпфрут, сахарная пудра.

Калории: ккал:357,3 Белки, г: 4,1 Жиры, г:1,5 Углеводы, г:91,9

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

**Чизкейк клубничный** 140г 180р

Сливочный сыр Креметте, сливки растительные, вода питьевая, сахар песок, клубника, желатин пищевой, масло растительное, печенье крекер.

Способ приготовления: без дополнительной тепловой обработки

Калории: ккал:426,7 Белки, г: 7,2 Жиры, г:27,7 Углеводы, г:41,8

**Слойка с бананом** 130г 130р

Тесто слоенное бездрожжевое, банан, сахар песок, сахарная пудра, мороженное пломбир.

Калории: ккал:221,2 Белки, г:3,5 Жиры, г:9,4 Углеводы, г:31,4

Способ приготовления: выпекание

**Пахлава:** орехи грецкие, тесто слоеное дрожжевое, масло сливочное, мед, сахар, ванилин, корица, лимон. 120г 180р

Калории: ккал:312 Белки, г:23 Жиры, г:14,6 Углеводы, г:8,7

Способ приготовления: выпекание

**Чурчхела:** орехи, сахар, мука, сок виноградный. 140г 220р

Калории: ккал:462,8 Белки, г:11,0 Жиры, г:36,3 Углеводы, г:28,0

Способ приготовления: варка

**Указанные выше блюда не содержат ГМО**

*Тесто на хинкали( мука, вода питьевая, соль, масло растительное, яйцо),  
куриное бедро, свиная шея, лук, соль, перец, сметана.*

*Способ приготовления: варка*

*Калории: ккал: 480,5 Белки, г: 19,7 Жиры, г: 21,3 Углеводы, г: 52,5*

***Блинчики с творогом и шоколадом***

***130г/150руб***

*Молоко, мука, творог, шоколадный топинг, сахар, соль, ванилин, масло  
сливочное, масло растительное.*

*Способ приготовления: жарка*

*Калории: ккал: 376,8 Белки, г: 13,4 Жиры, г:6,9 Углеводы, г: 64,3*

***Указанные выше блюда не содержат ГМО***

## **МАНАНА ДЕТЯМ**

### **Шашлык из куриной грудки**

**250г/230руб**

Куриное филе, соль, перец, картофель фри, огурцы, томаты, лист салата, кетчуп.

Способ приготовления: жарка

Калории: ккал: 338,8 Белки, г: 31,6 Жиры, г: 7,7 Углеводы, г: 34,7

### **Люля – кебаб из курицы**

**240г/220р**

Куриный фарш, картофель фри, огурцы, томаты, лист салата, кетчуп.

Способ приготовления: жарка

Калории: ккал: 350,7 Белки, г: 20,9 Жиры, г: 12,9 Углеводы, г: 37,9

### **Куриный супчик**

**250г/100руб**

Куриный бульон, вермишель, морковь, паприка, лук репчатый, куриное филе.

Способ приготовления: варка

Калории: ккал: 59,1 Белки, г: 6,1 Жиры, г: 0,7 Углеводы, г: 7,0

### **Картофель фри с кетчупом**

**100г/130руб**

Картофель фри, соль, перец, кетчуп, масло фритюрное.

Способ приготовления: жарка

Калории: ккал: 164,0 Белки, г: 2,7 Жиры, г: 5,0 Углеводы, г: 27,1

### **Рыбные котлетки с пюре**

**230г/270руб**

Горбуша, треска, картофельное пюре, сливки 33%, соевый соус, помидоры черри, лук репчатый, соль, перец, сухари панировочные, масло растительное.

Способ приготовления: жарка

Калории: ккал: 304,1 Белки, г: 19,0 Жиры, г: 13,8 Углеводы, г: 26,8

### **Хинкали детские**

**190гр/190руб**