

А ля карт 21.09.2026

Контрольное меню с выходами и калорийностью

Салаты

Название блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Фирменный салат «Тройка» с мясом Камчатского краба, тартаром из овощей и авокадо	1/230	5,84	11,8	6,7	157
Жареный кальмар с соусом Гуакамоле, помидорами конкассе, руколой и вялеными томатами	1/180	5,5	23,1	10,2	271
Самый русский салат «Оливье» с перепелиными яйцами и икрой	1/180	5,2	18,5	4,8	208
Хрустящие баклажаны с томатами и муссом из сливочного сыра	1/210	2,56	19,6	5,43	208
Зеленый салат с фенхелем. Состав: листья салата, авокадо, огурец, ореховый соус, сегменты «Сицилийского» апельсина	1/240	1,56	8,99	7,65	117
Овощной лоток на две персоны. Состав: краснодарские помидоры, томаты Черри, огурцы, редис, свекольный хумус, букет зелени, фенхель, Гриссини	1/690	2,41	3,67	9,8	81,8
Хрустящие огурчики в пряном рассоле с чесноком и укропом	1/200	1,5	0,5	6,5	37
Солёные чёрные грузди со сладким луком, сметаной и хрустящей картофельной соломкой	100/60	2,11	12,28	1,96	126

РЫБНЫЕ ЗАКУСКИ

«Рыбная трапеза» на две персоны: Террин из судака и семги, лосось слабой соли, угорь горячего копчения	1/270	16	21	5,6	272
Селёdochка с молодым картофелем, свекольным хумусом и сладким луком	100/100/90/75	7,7	8,3	19,8	185
Икра кетовая зернистая с оладьями, яйцом и сметаной	30/180	10	44,3	22,9	531
Икра осетровая 28 гр. с оладьями, яйцом и сметаной	28/196	11	32,9	22,3	430

МЯСНЫЕ ЗАКУСКИ

«Мясная трапеза» на две персоны. Состав: буженина, пикантный рулет из мяса пулярки, язык говяжий, эклеры с паштетом	1/310	14,5	32	5,5	368
Студень из бычьих хвостов со сметанным соусом, зёрнами горчицы и тартаром из овощей	210/60/50	14,6	7,0	2,2	131,2

ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Кулебяка с нежной форелью, шампиньонами и сливочным луковым соусом	100/40	5,7	29,4	20,96	372
Пирог с мясом ягнёнка и пряным томатным соусом	170/60/20	13,1	34,5	24,6	461
«Рваная говядина» в горшочке из ржаного теста с мармеладным луком и вареньем из ревеня	1/160	7,4	18,5	18,5	270

СУПЫ

Название блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Уха из сёмги со сливками с красной икрой, зелёным маслом и душистым укропом	1/325	5,63	15,73	5,27	185
Борщ с говяжьей грудинкой с ломтём чёрного хлеба и смальцем с подвесной копчёной сметаной	320/30/30/50	4,0	10	4,0	121

РЫБНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Запеченное филе судака с лисичками в сливочном соусе, с картофельным кремом и релишем из маринованных огурцов	1/380	8.4	18.7	9	238
Филе скумбрии, копчённое на ольховой стружке, с тартаром из авокадо и спелых томатов с хрустящими картофельными чипсами	150/155	12,6	13,73	7,43	203,6
Стейк из карельской форели с пряным маслом, пюре из молодого картофеля с листовым шпинатом и вялеными томатами	110/160	10,4	14,4	8,4	205
Тигровые креветки с кукурузной запеканкой, сыром и сливочным соусом с красной икрой	300	7,87	13,52	8,98	189

МЯСНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Говяжья грудинка, томленая 48 часов, с кремом из сельдерея и соусом из чернослива	100/70/40/20	15,5	22,1	11,5	308
Говяжья голяшка, томлёная с овощами, сливочным кускусом и пармезаном	550/170	16,17	12,61	9,68	216,94
Лесная перепёлка, фаршированная белыми грибами и копчёностями с хрустящим картофелем-пай и пармезаном	240	19,56	27,85	3,01	340
Утиная ножка в собственном соку с домашними варениками и соусом из изюма на красном вине	130/100/65	14.4	39.6	13.3	468
Запеченная буженина на тыквенном дранике с соусом из сморчков и шампиньонов	120/120/70	13,0	50,5	5,96	530
Котлета из мяса мраморной говядины с «острыми» огурчиками, картофельным пюре и луком фри	280/50	15,42	18,78	10,6	273,3

СТЕЙКИ

Филе миньон	250/40	33	62.5	17.1	759
Рибай Top choice , зерновой откорм	130/40	34	44	7.9	569

ГАРНИРЫ ДЛЯ СТЕЙКОВ

Картофель «фри»	150/50	3.2	42.3	29.5	510
Картофель с лисичками и сметаной	150/30	3,63	22,5	24,55	315

ДЕСЕРТЫ

Название блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Фирменный торт «Три муравья», подается с лесными ягодами	1/165	12/7	24.8	35.7	415

Русские блины с творожным кремом, яблочным релишем и сливочной карамелью	320/2	5.3	13.3	29.5	260
Десерт «Три шоколада»: шоколадный мусс, шоколадный муале, шоколадное мороженое	1/190	6.8	23	26.8	343
Десерт «Пень»: бисквит с изюмом, кроем «Солёная карамель», шоколад, фермерские сливки	1/230	4.3	20.3	39.09	357.4
«Фруктовое изобилие», на золоченом подносе. Карпаччо из ананаса, клубника, голубика и шоколадные шары в золотой пыли с солёной карамелью	1/1090	0,4	1,99	15,56	81,9
Классическая пирамида из мороженого	160	3,10	11.59	21,08	201,2
Корзина домашнего хлеба с маслом	225/20	10.6	13.9	45.3	349

Пищевая ценность (белки, жиры, углеводы, калорийность) указана за 100 гр. блюда.

Генеральный директор

Курочкин А. Г.