

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

800 кк



ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	161,74 кк/100 г БЖУ 7,52/7,23/17,05	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	231,73 кк /120 г БЖУ 11,69/17,57/6,54	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок)	243,18 кк/200 г БЖУ 31,43/9,71/8,06	
4	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	152,78 кк/100 г БЖУ 16,44/5,36/9,43	
Итого 520 гр./789,42 кк			

ВТОРНИК

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	219,44 кк/170 г БЖУ 8,96/9,25/23,10	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	170,19 кк/230 г БЖУ 13,33/8,14/10,43	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Соус Барбекю (Томатная паста, Лук, Фреш апельсиновый, Ворчестерский соус, Жидкий дым, Перец острый красный, Орегано, Ч.п., Чеснок, Вода, Соль)	261,91 кк/130 г БЖУ 20,78/16,79/6,75	
4	Бананово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	149,68 кк/100 г БЖУ 10,34/4,33/17,24	
Итого 630 гр. / 801,23 кк			

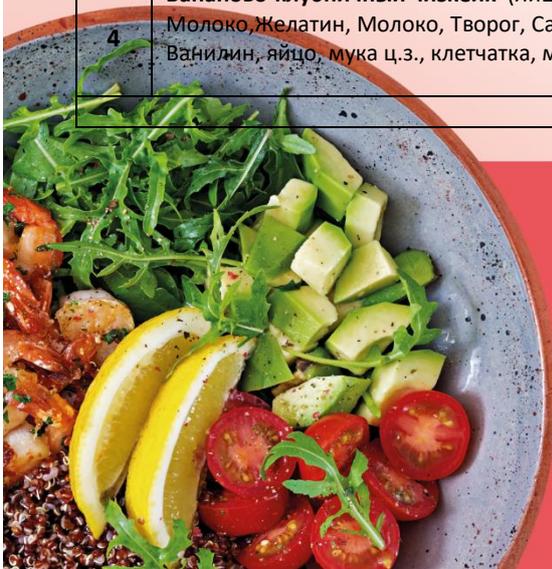
Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



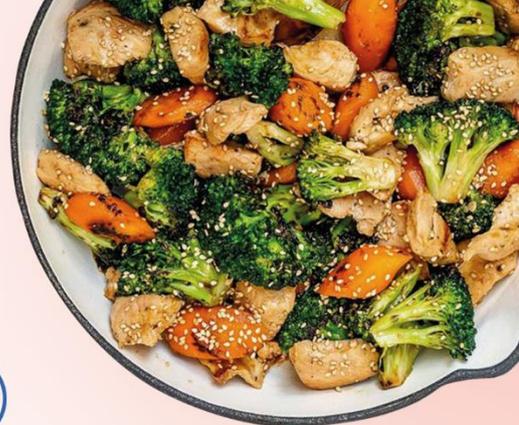
WinFood.ru

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

800 кк

СРЕДА



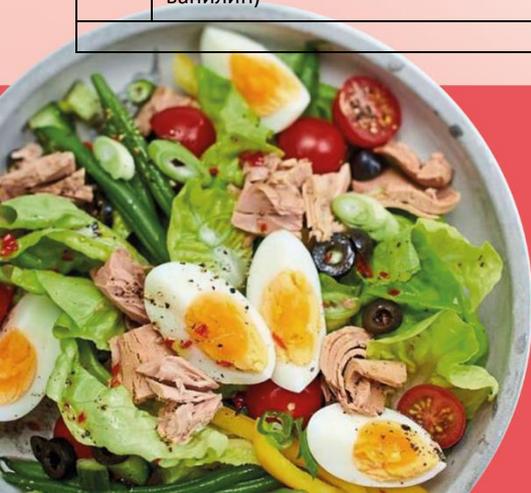
1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Соль, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	249,71 кк /100 г БЖУ 13,79/14,54/16,02	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	180,07 кк /150 г БЖУ 19,93/8,95/5,41	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Рагу овощное (овощи, соль, ч.п., чеснок, зелень)	235,11 кк /200 г БЖУ 18,42/12,67/12,67	
4	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	125,47 кк /100 г БЖУ 11,65/4,83/8,75	
Итого 550 гр. / 790,37 кк			

ЧЕТВЕРГ

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, мандаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	260,78 кк /255 г БЖУ 15,54/14,66/15,77	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшиный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	196,87 кк /250 г БЖУ 12,62/11,6/10,15	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) салат с морской капустой (морская капуста, пекинская капуста, морковь, перец, зелень, соль, ч.п., чеснок)	178,45 кк /150 г БЖУ 17,67/10,86/2,50	
4	Запеканка творожная ванильная (Творог, Яйцо, Вода, крахмал, Сахарозаменитель, Ванилин, Сметана) соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	175,81 кк /130 г БЖУ 15,29/6,42/14,21	
Итого 785 гр. / 811,92 кк			

ПЯТНИЦА

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	222,38 кк /150 г БЖУ 13,44/11,42/15,74	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	236,58 кк /250 г БЖУ 18,37/5,4/30,1	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (Куриная грудка, Морковь, Перец, Лук, Сметана, Ч.п., Чеснок, Паприка, Соль, Зелень, Мука) Салат свекольный с грецким орехом (Свекла отварная, Орех грецкий, Уцхо сунели, Соль, Ч.п., Чеснок, Масло оливковое, Песто, Зелень)	197,11 кк /150 г БЖУ 17,64/10,74/7,91	
4	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	174,63 кк /100 г БЖУ 16,17/7,3/10,94	
Итого 650 гр. / 830,71 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

800 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



СУББОТА

1	Оладьи с псилиумом (Мука, Дрожжи, псилиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	266,06 кк /170 г БЖУ 12,9/13,9/21,6	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	145,05 кк /130 г БЖУ 13,41/7,14/6,41	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	200,76 кк /150 г БЖУ 18,19/7,89/12,57	
4	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	158,66 кк /100 г БЖУ 13,05/6,78/11,09	
Итого 550 гр. / 770,04 кк			

ВОСКРЕСЕНЬЕ

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	207,74 кк /200 г БЖУ 7,8/8,81/22,26	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	207,52 кк /200 г БЖУ 11,2/13,2/11,06	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15%	200,39 кк /130 г БЖУ 16,48/11,8/6,85	
4	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	187,2 кк /100 г БЖУ 18,02/8,39/9,92	
Итого 630 гр. / 802,85 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

1000 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	161,74 кк /100 г БЖУ 7,51/7,23/17,05	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	231,72 кк /120 г БЖУ 11,68/17,57/6,53	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок)	243,18 кк /200 г БЖУ 31,43/9,71/8,06	
4	Голубцы тушеные в сливочно-томатном соусе (Капуста, Рис, Грудка куриная, куриное бедро, Соль, Ч.п., Чеснок, Укроп, Сметана, Томатная паста)	196,02 кк /150 г БЖУ 15,94/9,64/10,86	
5	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	152,78 кк /100 г БЖУ 16,44/5,36/9,43	
Итого 670 гр. / 985,44 кк			

ВТОРНИК

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	219,44 кк /170 г БЖУ 8,96/9,25/23,10	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	170,19 кк /230 г БЖУ 13,33/8,14/10,43	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Соус Барбекю (Томатная паста, Лук, Фреш апельсиновый, Ворчестерский соус, Жидкий дым, Перец острый красный, Орегано, Ч.п., Чеснок, Вода, Соль) Овощи гриль	300,74 кк /230 г БЖУ 21,73/18,59/11,36	
4	Куриная печень с маринованным огурчиком в сметанном соусе (печень куриная, морковь, лук, огурец маринованный, сметана, зелень, чеснок, соль, ч.п., крахмал) Салат с тыквой и морковью (Тыква, Морковь, Зелень, Масло не рафинированное, Кунжут, Соль, Чеснок)	193,13 кк /150 г БЖУ 13,84/12,98/5,84	
5	Банаяово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	149,68 кк /100 г БЖУ 10,34/4,33/17,24	
Итого 880 гр. / 1033,2 кк			

Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



1000 кк

1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	249,71 кк / 100г БЖУ 13,79/14,54/16,02	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	180,07 кк /150 г БЖУ 19,93/8,95/5,41	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Рагу овощное (овощи, соль, ч.п., чеснок, зелень)	235,11 кк /200г БЖУ 18,42/12,67/12,67	
4	Говядина в соусе демиглас (Говядина, Лук Сливки, Сухой демиглас, Соль, Ч.п, Чеснок) Овощные палочки (морковь, сельдерей)	244,19 кк /150 г БЖУ 15,84/18,09/4,76	
5	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	125,47 кк /100 г БЖУ 11,65/4,83/8,75	
Итого 700 гр. / 1034,56 кк			

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, миндаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	260,78 кк /255 г БЖУ 15,54/14,66/15,77	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшинный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	196,87 кк /250 г БЖУ 12,65/11,6/10,15	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) Салат с морской капустой (морская капуста, пекинская капуста, морковь, перец, зелень, соль, ч.п., чеснок)	178,45 кк /150 г БЖУ 17,67/10,86/2,50	
4	Гуляш из бедра индейки (Бедро индейки, Морковь, Лук, Сметана, Томатная паста, Чеснок, Ч.п, Соль, Зелень) Маринованные овощи	185,79 кк /150 г БЖУ 10,19/14,42/4,56	
5	Запеканка творожная ванильная (Творог, Яйцо, Вода, крахмал, Сахарозаменитель, Ванилин, Сметана) соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	175,81 кк /130 г БЖУ 15,29/6,42/14,21	
Итого 935 гр. / 1001,65 кк			

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	222,38 кк /200 г БЖУ 13,44/11,42/15,74	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	189,26 кк /200 г БЖУ 14,7/4,32/24,08	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (Куриная грудка, Морковь, Перец, Лук, Сметана, Ч.п., Чеснок, Паприка, Соль, Зелень, Мука) Салат свекольный с грецким орехом (Свекла отварная, Орех грецкий, Уцхо сунели, Соль, Ч.п., Чеснок, Масло оливковое, Песто, Зелень)	197,11 кк /150 г БЖУ 17,64/10,74/7,91	
4	Говядина тушеная с горошком с томатном соусе (Говядина, Морковь, Лук, Горошек, Помидоры, Томатная паста, Зелень, Соль, Ч.п., Чеснок)	224,97 кк /100 г БЖУ 16,58/15,85/5,57	
5	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	155,62 кк /100 г БЖУ 16,17/7,3/10,94	
Итого 700 гр. / 1008,4 кк			

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

1000 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Оладьи с псилиумом (Мука, Дрожжи, псилиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	266,06 кк /270 г БЖУ 12,9/13,9/21,64	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	145,05 кк /130 г БЖУ 13,41/7,14/6,41	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	200,76 кк /150 г БЖУ 18,19/7,89/12,57	
4	Рыбные ежики с пшеном и овощами (Минтай, Яйцо, Пшено, лук, морковь, Соль, Ч.п Чеснок Паприка, Укроп) Тыква запеченная (Тыква, Соль, Мускат, Чеснок, Масло)	175,25 кк /200 г БЖУ 18,37/6,56/13,32	
5	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	158,66 кк /100 г БЖУ 13,05/6,78/11,09	
Итого 750 гр. / 945,79 кк			

ВТОРНИК

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	207,74 кк /200 г БЖУ 7,8/8,81/22,26	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	207,52 кк /200 г БЖУ 11,02/13,02/11,06	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15%	200,39 кк /130 г БЖУ 16,48/11,8/6,85	
4	Рагу из курицы с баклажанами (Бедро куриное, Куриная грудка, Лук, Морковь Перец, Баклажаны, Помидоры, Грецкий орех, Петрушка, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Уцхо, Масло)	183,35 кк /100 г БЖУ 14,27/12,64/3,33	
5	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	187,2 кк /100 г БЖУ 18,02/8,39/9,92	
Итого 730 гр. / 986,2 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

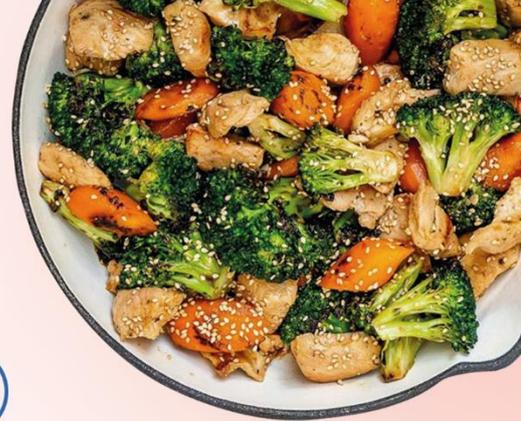
1300 кк

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	323,48 кк /200 г БЖУ 15,03/14,46/34,1	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	347,59 кк /180 г БЖУ 17,52/26,35/9,80	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) Икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок) Запеченные картофельные дольки (Картофель, Масло, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Розмарин)	406,54 кк /370 г БЖУ 35/13,14/37,36	
4	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	229,17 кк /150 г БЖУ 24,66/8,04/14,14	
Итого 900 гр. / 1306,78 кк			

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	349,14 кк /240 г БЖУ 13,6/14,99/37,24	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	293,81 кк /400 г БЖУ 22,59/14,13/18,25	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Белая фасоль в томатном соусе (Фасоль белая, Томатный соус)	413,83 кк /300 г БЖУ 30,17/21,59/27,16	
4	Бананово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	224,52 кк /150 г БЖУ 15,51/6,50/25,86	
Итого 1090 гр. / 1281,31 кк			

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

СРЕДА

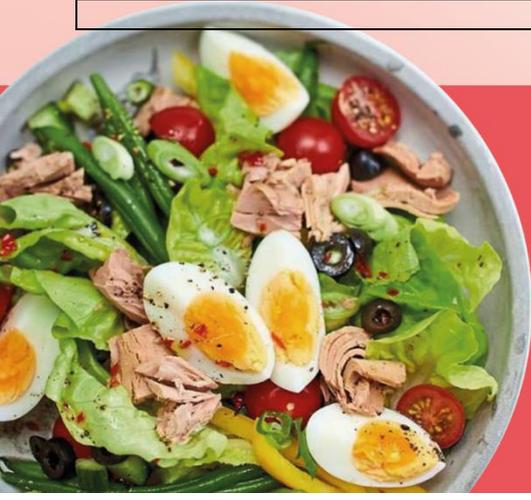
1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Соль, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	374,57 кк /150 г БЖУ 20,69/21,81/24,03	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	240,1 кк /200 г БЖУ 26,58/11,94/7,22	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Чечевича зеленая с рисом и овощами (рис, чечевица зеленая, кукуруза мини початки, молковь, лук зеленый, зелень, соль)	446,73 кк /350 г БЖУ 33,92/15,80/42,27	
4	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	188,20 кк /150 г БЖУ 17,47/7,24/13,12	
Итого 850 гр. / 1249,61 кк			

ЧЕТВЕРГ

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, миндаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	362,55 кк /355 г БЖУ 22,35/20,42/21,11	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшиный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	236,25 кк /300 г БЖУ 15,15/13,92/12,18	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) Рис золотистый с куркумой (Рис, Соль, Масло, Куркума)	469,31 кк /350 г БЖУ 30,15/14,97/54,28	
4	Запеканка творожная ванильная (Творог, Яйцо, Вода, крахмал, Сахарозаменитель, Ванилин, Сметана) соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	253,63 кк /180 г БЖУ 22,86/9,59/18,93	
Итого 1185 гр. / 1321,75 кк			

ПЯТНИЦА

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	278,56 кк /200 г БЖУ 17,63/15,04/17,11	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	283,89 кк /300 г БЖУ 22,05/6,48/36,12	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (Куриная грудка, Морковь, Перец, Лук, Сметана, Ч.п., Чеснок, Паприка, Соль, Зелень, Мука) Чечевица красная (Чечевица красная, Масло, соль)	554,60 кк /350 г БЖУ 47,30/12,65/56,01	
4	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	174,63 кк /100 г БЖУ 16,17/7,3/10,94	
Итого 950 гр. / 1291,7 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

1300 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



СУББОТА

1	Оладьи с псилиумом (Мука, Дрожжи, псилиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	516,33 кк /330 г БЖУ 25,54/26,37/42,98	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	193,88 кк /180 г БЖУ 19,73/8,46/9,17	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	334,6 кк /250 г БЖУ 30,32/13,15/20,95	
4	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	237,99 кк /250 г БЖУ 19,57/10,17/16,63	
Итого 910 гр. / 1282,8 кк			

ВОСКРЕСЕНЬЕ

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	244,82 кк /250 г БЖУ 8,26/9,26/29,57	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	311,28 кк /300 г БЖУ 16,8/19,8/16,59	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15% Крупа полтавская гарнир (Полтавская крупа, Соль, Масло)	491,82 кк /380 г БЖУ 36,75/19,91/37,40	
4	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	280,8 кк /150 г БЖУ 27,03/12,58/14,88	
Итого 1080 гр. / 1328,73кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru



✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

1500 кк

ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	323,48 кк /200 г БЖУ 15,03/14,46/34,1	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой (Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	347,59 кк /180 г БЖУ 17,52/26,35/9,80	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) Икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок) Запеченные картофельные дольки (Картофель, Масло, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Розмарин)	312,93 кк /270 г БЖУ 33,04/10,63/21,60	
4	Голубцы тушеные в сливочно-томатном соусе (Капуста, Рис, Грудка куриная, куриное бедро, Соль, Ч.п., Чеснок, Укроп, Сметана, Томатная паста)	261,36 кк /200 г БЖУ 21,26/12,86/14,48	
5	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	229,17 кк /150 г БЖУ 24,66/8,04/14,14	
Итого 1000 гр. / 1474,53кк			

ВТОРНИК

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	306,72 кк /230 г БЖУ 12,36/13/32,42	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	293,81 кк /400 г БЖУ 22,59/14,13/18,25	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Белая фасоль в томатном соусе (Фасоль белая, Томатный соус)	326,68 кк /200 г БЖУ 25,22/18,86/15,18	
4	Куриная печень с маринованным огурчиком в сметанном соусе (печень куриная, морковь, лук, огурец маринованный, сметана, зелень, чеснок, соль, ч.п., крахмал) Салат с тыквой и морковью (Тыква, Морковь, Зелень, Масло не рафинированное, Кунжут, Соль, Чеснок)	306,47 кк /250 г БЖУ 21,1/20,56/10,53	
5	Бананово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	224,52 кк /150 г БЖУ 15,51/6,50/25,86	
Итого 1230 гр. / 1458,22 кк			

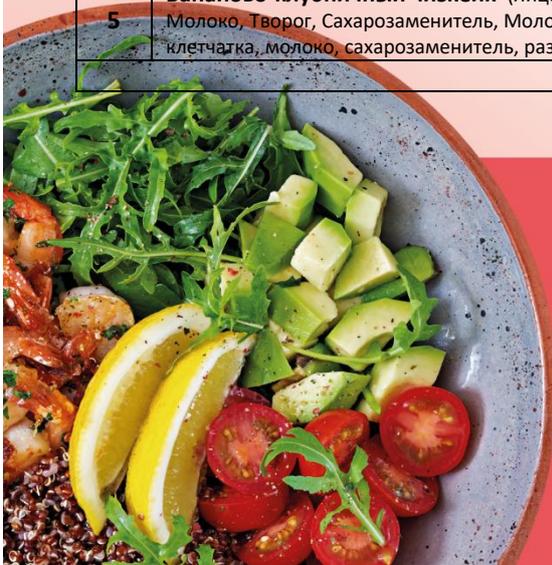
Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



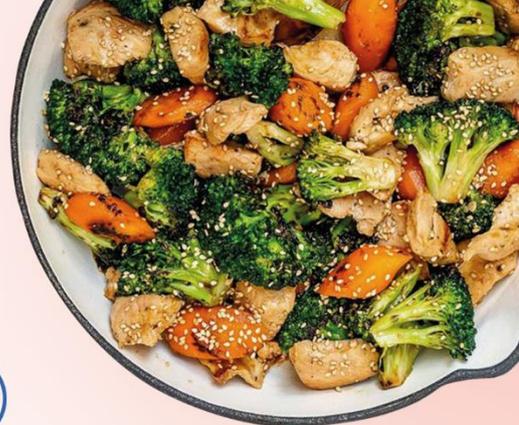
WinFood.ru

1500 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

СРЕДА



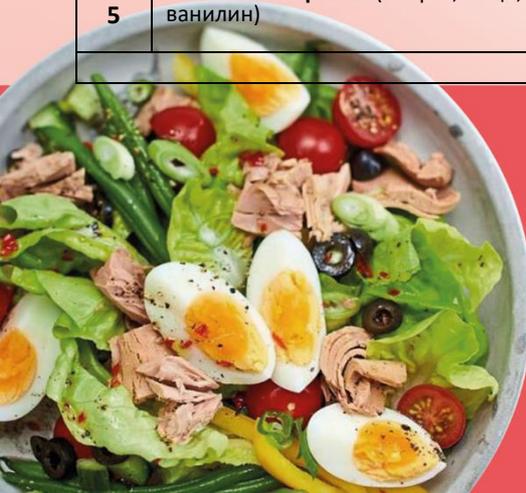
1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Соль, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	374,57 кк /150 г БЖУ 20,69/21,81/24,03	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	240,1 кк /200 г БЖУ 26,58/11,94/7,22	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Чечевича зеленая с рисом и овощами (рис, чечевица зеленая, кукуруза мини початки, молковь, лук зеленый, зелень, соль)	338,72 кк /250 г БЖУ 29,43 /14,22/23,51	
4	Говядина в соусе демигляс (Говядина, Лук Сливки, Сухой демигляс, Соль, Ч.п, Чеснок) Овощные палочки (морковь, сельдерей)	301,82 кк /220 г БЖУ 19,44 /21,74/7,5	
5	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	188,20 кк /150 г БЖУ 17,47/7,24/13,12	
Итого 970 гр. / 1443,43 кк			

ЧЕТВЕРГ

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, миндаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	362,55 кк /355 г БЖУ 22,35/20,42/21,11	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшиный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	236,25 кк /300 г БЖУ 15,15/13,92/12,18	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) Рис золотистый с куркумой (Рис, Соль, Масло, Куркума)	338,16 кк /250 г БЖУ 27,92/12,78/28,22	
4	Гуляш из бедра индейки (Бедро индейки, Морковь, Лук, Сметана, Томатная паста, Чеснок, Ч.п, Соль, Зелень) Маринованные овощи	281,34 кк /200 г БЖУ 15,04/21,6/6,44	
5	Запеканка творожная ванильная (Творог, Яйцо, Вода, крахмал, Сахарозаменитель, Ванилин, Сметана) соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	253,63 кк /180 г БЖУ 22,86/9,59/18,93	
Итого 1285 гр. / 1471,95 кк			

ПЯТНИЦА

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	278,56 кк /200 г БЖУ 17,63/15,04/17,11	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	283,89 кк /300 г БЖУ 22,05/6,48/36,12	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (куриная грудка, морковь, перец, лук, сметана, Ч.п., чеснок, соль, грибной концентрат) Чечевица красная (чечевица красная, масло, соль)	368,37 кк /250 г БЖУ 35,70/10,11/30,23	
4	Говядина тушеная с горошком с томатном соусе (Говядина, Морковь, Лук, Горошек, Помидоры, Томатная паста, Зелень, Соль, Ч.п., Чеснок)	337,46 кк /150 г БЖУ 24,87/23,77/8,35	
5	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	261,95 кк /150 г БЖУ 24,25/10,95/16,41	
Итого 1050 гр. / 1530,2 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

1500 кк

СУББОТА

1	Оладьи с псилиумом (Мука, Дрожжи, псилиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	452,42 кк /300 г БЖУ 24,03/24,89/31,64	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	193,88 кк /180 г БЖУ 19,73/8,46/9,17	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	334,6 кк /250 г БЖУ 30,32/13,15/20,95	
4	Рыбные ежики с пшеном и овощами (Минтай, Яйцо, Пшено, лук, морковь, Соль, Ч.п Чеснок Паприка, Укроп) Тыква запеченная (Тыква, Соль, Мускат, Чеснок, Масло)	242,12 кк /250 г БЖУ 26,90/8,93/16,16	
5	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	237,99 кк /250 г БЖУ 19,57/10,17/16,63	
Итого 1130 гр. / 1461 кк			

ВОСКРЕСЕНЬЕ

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	244,82 кк /250 г БЖУ 8,26/9,26/29,57	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	311,28 кк /300 г БЖУ 16,8/19,8/16,59	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15% Крупа полтавская гарнир (Полтавская крупа, Соль, Масло)	384,35 кк /280 г БЖУ 30,54/17,68/23,61	
4	Рагу из курицы с баклажанами (Бедро куриное, Куриная грудка, Лук, Морковь Перец, Баклажаны, Помидоры, Грецкий орех, Петрушка, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Уцхо сунели, Масло)	366,7 кк /200 г БЖУ 28,54/25,28/6,66	
5	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	187,2 кк /100 г БЖУ 18,02/8,39/9,92	
Итого 1130 гр. / 1494,36 кк			

Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

1700 кк

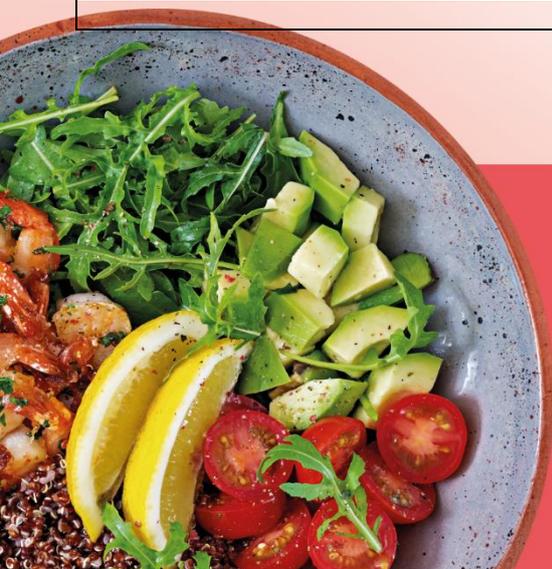


ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	404,35 кк /250 г БЖУ 18,78/18,07/42,62	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой (Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	520,08 кк /250 г БЖУ 23,76/40,73/14,27	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) Икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок) Запеченные картофельные дольки (Картофель, Масло, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Розмарин)	486,07 кк /440 г БЖУ 42,05/15,29/45,37	
4	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	305,56 кк /200 г БЖУ 32,88/10,72/18,86	
Итого 1140 гр. / 1716,08 кк			

ВТОРНИК

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	349,14 кк /240 г БЖУ 13,6/14,99/37,24	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	354,77 кк /500 г БЖУ 24,82/17,54/23,36	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Белая фасоль в томатном соусе (Фасоль белая, Томатный соус)	696,93 кк /450 г БЖУ 52,91/39,08/36,35	
4	Бананово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	299,36 кк /200 г БЖУ 20,68/8,67/34,48	
Итого 1390 гр. / 1700,21 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

1700 кк

СРЕДА

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



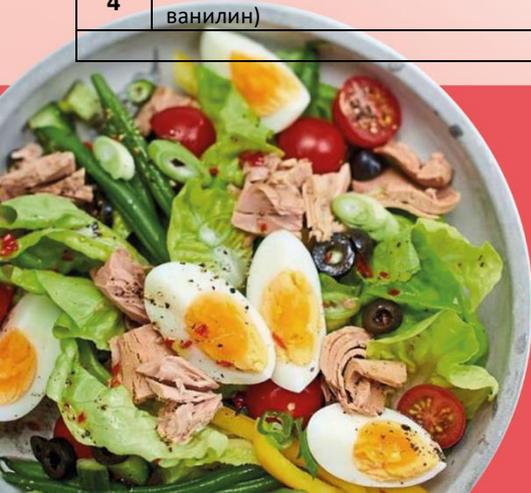
1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Соль, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	499,33 кк /200 г БЖУ 27,59/29,08/32,04	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	300,12 кк /250 г БЖУ 33,22/14,92/9,02	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Чечевица зеленая с рисом и овощами (рис, чечевица зеленая, кукуруза мини початки, молковь, лук зеленый, зелень, соль)	577,64 кк /450 г БЖУ 44,48/20,81/53,24	
4	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	250,94 кк /200 г БЖУ 23,3/9,66/17,5	
5	Компот ревень яблоко корица (яблоко, ревень, сахарозаменитель, Вода, корица)	93,91 кк /330 г БЖУ 0,39/0,23/22,44	
Итого 1430 гр. / 1722,06 кк			

ЧЕТВЕРГ

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, миндаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	436,92 кк /405 г БЖУ 28,15/25,5/22,17	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшиный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	315 кк /400 г БЖУ 20,2/18,56/16,24	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) Рис золотистый с куркумой (Рис, Соль, Масло, Куркума)	603,89 кк /450 г БЖУ 39,83/19,59/68,03	
4	Запеканка творожная ванильная (творог, яйцо, вода, крахмал, сахарозаменитель, ванилин, сметана) Соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	344,9 кк /250 г БЖУ 30,54/12,82/26,83	
Итого 1505 гр. / 1700,72 кк			

ПЯТНИЦА

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	444,77 кк /300 г БЖУ 26,88/22,84/31,49	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	331,21 кк /350 г БЖУ 25,72/7,56/42,14	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (Куриная грудка, Морковь, Перец, Лук, Сметана, Ч.п., Чеснок, Паприка, Соль, Зелень, Мука) Чечевица красная (Чечевица красная, Масло, соль)	615,32 кк /400 г БЖУ 55,34/15,18/57,5	
4	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	261,95 кк /150 г БЖУ 24,25/10,95/16,41	
Итого 1200 гр. / 1653,2 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

1700 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



СУББОТА

1	Оладьи с псиллиумом (Мука, Дрожжи, псиллиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	580,31 кк /380 г БЖУ 30,47/30,61/44,05	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	274,31 кк /250 г БЖУ 26,57/12,78/12,52	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	468,44 кк /350 г БЖУ 42,45/18,41/29,33	
4	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана, Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	317,32 кк /200 г БЖУ 26,1/13,56/22,18	
Итого 1180 гр. / 1640,4кк			

ВОСКРЕСЕНЬЕ

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	378,4 кк /350 г БЖУ 15,12/16,17/37,22	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	415,04 кк /400 г БЖУ 22,04/26,4/22,12	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15% Крупа полтавская гарнир (Полтавская крупа, Соль, Масло)	622,05 кк /480 г БЖУ 47,70/24,67/47,27	
4	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	280,8 кк /150 г БЖУ 27,03/12,58/14,88	
Итого 1380 гр. / 1696,3 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

2000 кк



ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	404,35 кк /250 г БЖУ 18,78/18,07/42,62	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой (Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	520,08 кк /250 г БЖУ 23,76/40,73/14,27	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) Икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок) Запеченные картофельные дольки (Картофель, Масло, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Розмарин)	439,27 кк /390 г БЖУ 41,06/14,03/37,49	
4	Голубцы тушеные в сливочно-томатном соусе (Капуста, Рис, Грудка куриная, куриное бедро, Соль, Ч.п., Чеснок, Укроп, Сметана, Томатная паста)	326,7 кк /250 г БЖУ 26,57/16,07/18,1	
5	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	305,56 кк /200 г БЖУ 32,88/10,72/18,86	
Итого 1340 гр. / 1995,97 кк			

ВТОРНИК

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	349,14 кк /240 г БЖУ 13,6/14,99/37,24	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	293,81 кк /400г БЖУ 22,59/14,13/18,25	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Белая фасоль в томатном соусе (Фасоль белая, Томатный соус)	533,59 кк /350 г БЖУ 40,30/29,65/28,76	
4	Куриная печень с маринованным огурчиком в сметанном соусе (печень куриная, морковь, лук, огурец маринованный, сметана, зелень, чеснок, соль, ч.п., крахмал) Греча отварная (Греча, Масло, Соль)	598,86 кк /400 г БЖУ 36,16/28,08/53,16	
5	Бананово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	224,52 кк /150 г БЖУ 15,51/6,50/25,86	
Итого 1540 гр. / 1999,93 кк			

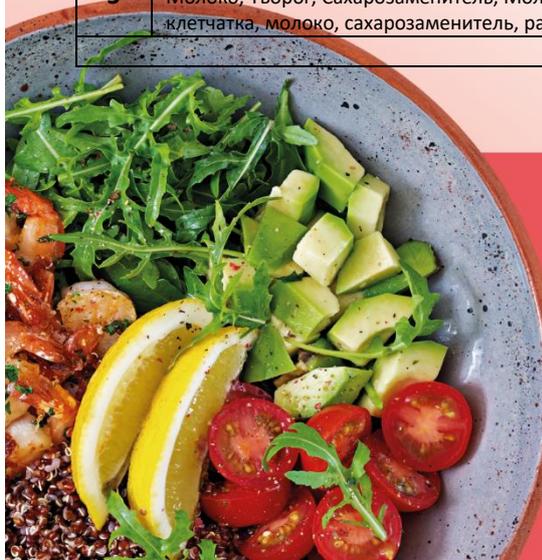
Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



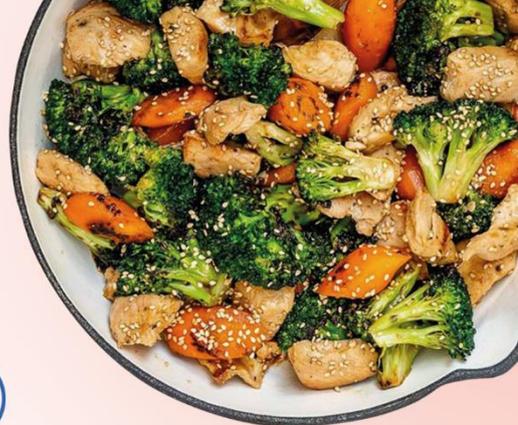
WinFood.ru

2000кк

СРЕДА

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	374,57 кк /150 г БЖУ 20,69/21,81/24,03	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	300,12 кк /250 г БЖУ 33,22/14,92/9,02	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Чечевица зеленая с рисом и овощами (рис, чечевица зеленая, кукуруза мини початки, молковь, лук зеленый, зелень, соль)	446,7 кк /350 г БЖУ 33,92/15,8/42,27	
4	Говядина в соусе демигляс (Говядина, Лук Сливки, Сухой демигляс, Соль, Ч.п, Чеснок) Кус кус (кус кус, масло, соль)	637,86 кк /350 г БЖУ 31,13/32,68/55,02	
5	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	250,94 кк /200 г БЖУ 23,3/9,66/17,5	
Итого 1300 гр. / 2010,24 кк			

ЧЕТВЕРГ

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, миндаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	436,92кк /405 г БЖУ 28,15/25,5/22,17	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшиный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	275,62 кк /350 г БЖУ 17,6/16,24/14,21	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) Рис золотистый с куркумой (Рис, Соль, Масло, Куркума)	469,31 кк /350 г БЖУ 30,15/14,97/54,28	
4	Гуляш из бедра индейки (Бедро индейки, Морковь, Лук, Сметана, Томатная паста, Чеснок, Ч.п, Соль, Зелень) Макароны (макароны, масло, соль)	543,16 кк /350г БЖУ 23,65/26,69/51,04	
5	Запеканка творожная ванильная (Творог, Яйцо, Вода, крахмал, Сахарозаменитель, Ванилин, Сметана) соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	253,63 кк /180 г БЖУ 22,86/9,59/18,93	
Итого 1635 гр. / 1978,67 кк			

ПЯТНИЦА

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	444,77 кк /300 г БЖУ 26,88/22,84/31,49	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	331,21 кк /350 г БЖУ 25,72/7,56/42,14	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (куриная грудка, морковь, перец, лук, сметана, Ч.п., чеснок, соль, грибной концентрат) Чечевица красная (чечевица красная, масло, соль)	554,60 кк /350 г БЖУ 47,30/12,65/56	
4	Говядина тушеная с горошком с томатном соусе (Говядина, Морковь, Лук, Горошек, Помидоры, Томатная паста, Зелень, Соль, Ч.п., Чеснок) Картофель отварной (картофель, зелень, соль, масло)	518,59 кк /350 г БЖУ 28,79/28,25/39,47	
5	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	155,62 кк /100 г БЖУ 16,17/7,3/10,94	
Итого 1450 гр. / 2023,8 кк			

Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

2000 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05



СУББОТА

1	Оладьи с псилиумом (Мука, Дрожжи, псилиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	516,33 кк /330 г БЖУ 25,54/26,37/42,98	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	274,31 кк /250 г БЖУ 26,57/12,78/12,52	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	468,44 кк /350 г БЖУ 42,45/18,41/29,33	
4	Рыбные ежики с пшеном и овощами (Минтай, Яйцо, Пшено, лук, морковь, Соль, Ч.п Чеснок Паприка, Укроп) Рис с зеленью (Рис, Соль, Масло, Укроп)	464,53 кк /350 г БЖУ 30,10/11,54/60,85	
5	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	237,99 кк /150 г БЖУ 19,57/10,17/16,63	
Итого 1430 гр. / 1961,6 кк			

ВОСКРЕСЕНЬЕ

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	341,32 кк /300 г БЖУ 14,64/16,71/29,92	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	363,16 кк /350 г БЖУ 19,6/23,1/19,35	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15% Крупа полтавская гарнир (Полтавская крупа, Соль, Масло)	568,32 кк /430 г БЖУ 44,6/23,56/40,38	
4	Рагу из курицы с баклажанами (Бедро куриное, Куриная грудка, Лук, Морковь Перец, Баклажаны, Помидоры, Грецкий орех, Петрушка, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Уцхо сунели, Масло) Спагетти (макароны, масло, соль)	543,34 кк /350 г БЖУ 30,52/24,1/50,39	
5	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	187,2 кк /100 г БЖУ 18,02/8,39/9,92	
Итого 1380 гр. / 1696,3 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

2500 кк

ПОНЕДЕЛЬНИК

1	Блины шпинатные с псилиумом (Яйцо, Сахарозаменитель, Шпинат, псилиум, клетчатка, Мука, Молоко, Вода) Творожный крем с яблоком к блинам (Творог, Молоко Сахарозаменитель Яблоко, Ванилин Корица, Стружка кокосовая, Масло)	485,22 кк /300 г БЖУ 22,54/21,69/51,15	
2	Салат аля нисуаз с куриной грудкой (Куриная грудка, Фасоль, романо, Картофель, Яйцо, Оливки, Черри, Айсберг) Соус для нисуаза (Масло оливковое, Горчица зернистая, Бальзамический уксус, Соевый соус, Мед, Ч.п., Чеснок)	579,32 кк /300 г БЖУ 29,21/43,93/16,34	
3	Грудка гриль (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Чеснок, Паприка Жидкий дым Масло) Икра овощная (кабачек, морковь, лук, тыква, томатная паста, зелень, соль, ч.п., чеснок) Запеченные картофельные дольки (Картофель, Масло, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Розмарин)	616,99 кк /520 г БЖУ 66,25/18,84/45,91	
4	Голубцы тушеные в сливочно-томатном соусе (Капуста, Рис, Грудка куриная, куриное бедро, Соль, Ч.п., Чеснок, Укроп, Сметана, Томатная паста)	457,38 кк /350 г БЖУ 37,20/22,50/25,34	
5	Сырник манго апельсин (Творог, Яйцо, крахмал, сахарозаменитель, апельсиновый фреш, манго, апельсиновая цедра, Ванилин)	305,56 кк /200 г БЖУ 32,88/10,72/18,86	
Итого 1670 гр. / 2444,48 кк			

ВТОРНИК

1	Гранола с семечками (Овсяные хлопья, Мед, Вода, Масло оливковое, Семечки подсолнечника, Семечки тыквы, Арахис, лен, кунжут, Изюм, Корица) Йогурт к граноле с черной смородиной (Йогурт, Сахарозаменитель, Черная смородина, Стружка кокосовая, Ванилин)	349,14 кк /240 г БЖУ 13,6/14,99/37,24	
2	Суп Венгерский (Бульон куриный, Перец, Фасоль стручковая, Картофель, Морковь, Сливки, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано) Куриная грудка в суп (Грудка куриная, Соль, Ч.п., Паприка, Чеснок, Масло)	386,95 кк /450 г БЖУ 30,7/18,42/23,5	
3	Ромштекс с курицей и индейкой (Грудка куриная, Бедро индейки, Яйцо, Геркулес, Соль, Ч.п., Чеснок, Лук, Зелень) Белая фасоль в томатном соусе (Фасоль белая, Томатный соус)	816,7 кк /500г БЖУ 63,05/47,15/37,95	
4	Куриная печень с маринованным огурчиком в сметанном соусе (печень куриная, морковь, лук, огурец маринованный, сметана, зелень, чеснок, соль, ч.п., крахмал) Греча отварная (Греча, Масло, Соль)	678,65 кк /450 г БЖУ 42,74/33,48/54,32	
5	Бананово-клубничный чизкейк (Яйцо, Мука ц.з., Мука, Разрыхлитель, Желатин, Молоко, Желатин, Молоко, Творог, Сахарозаменитель, Молоко кокосовое, Банан, Клубника, Ванилин, яйцо, мука ц.з., клетчатка, молоко, сахарозаменитель, разрыхлитель, ванилин)	299,36 кк /200 г БЖУ 20,68/8,67/34,48	
Итого 1910 гр. / 2530,81 кк			

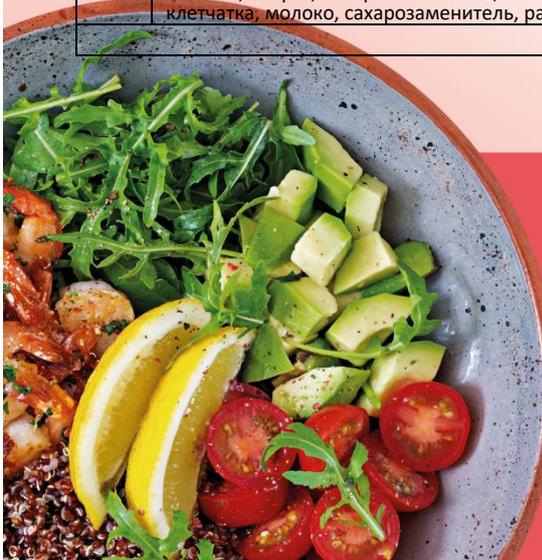
Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню



Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

2500 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

СРЕДА



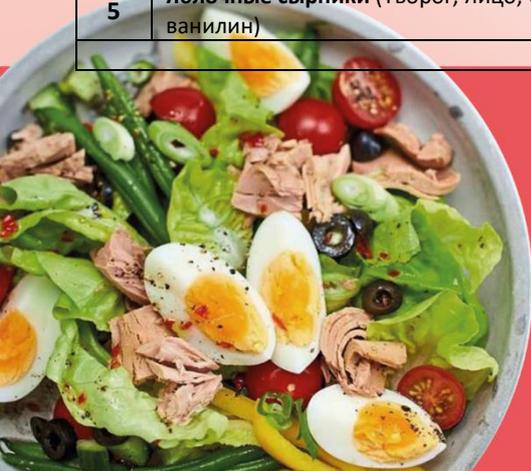
1	Киш с куриной грудкой и грибами (Грудка куриная, Шампиньоны, Лук, Морковь, Сметана, Яйцо, Зелень Грибной концентрат, Чеснок, Соль, Ч.п., Прованс, Мука, Мука ц.з., клетчатка, Масло сливочное, Молоко, Сахарозаменитель, Яйцо, Соль)	499,43 кк /200 г БЖУ 27,58/29,08/32,04	
2	Салат с куриной грудкой по-грузински (Грудка куриная, Баклажан, фасоль красная, Морковь по-корейски, Черри, Грецкий, Зелень Масло оливковое)	360,15 кк /300 г БЖУ 39,87/17,91/10,83	
3	Тефтели куриные со шпинатом и кабачком (Грудка куриная, куриное бедро, клетчатка, Морковь, Лук, Шпинат размороженный, Кабачок, Мука ц.з., Ч.п., Соль, Тимьян, Паприка, Чеснок) Чечевица зеленая с рисом и овощами (рис, чечевица зеленая, кукуруза мини початки, молоко, лук зеленый, зелень, соль)	577,64 кк /450 г БЖУ 44,48/20,81/53,24	
4	Говядина в соусе демиглас (Говядина, Лук Сливки, Сухой демиглас, Соль, Ч.п, Чеснок) Кус кус (кус кус, масло, соль)	754,46 кк /400 г БЖУ 38,78/41,7/56,28	
5	Мусс творожный с облепихой и апельсином (Творог, Молоко, Молоко кокосовое, Сахарозаменитель, Облепиховый фреш, Ванилин, Цедра апельсина)	250,94 кк /200 г БЖУ 23,3/9,66/17,5	
Итого 1550 гр. / 2442,63 кк			

ЧЕТВЕРГ

1	Каша овсяная (Овсяные хлопья, Сахарозаменитель, Молоко, Вода Корица палочки) Ореховая обсыпка (грецкий орех, арахис, миндаль, корица, ванилин, сироп кленовый) Омлет с сыром и зеленью (Яйцо, Сыр, Молоко, Укроп, Соль)	511,30 кк /455 г БЖУ 33,95/30,57/23,24	
2	Овощной супчик с индейкой (Бульон индюшиный, Бедро индейки, Цветная капуста, Перец, Морковь, Зелень, Соль, Чеснок, Ч.п., Орегано)	393,75 кк /500 г БЖУ 25,25/23,2/20,3	
3	Рыбка запечённая с грибами (сайда, Шампиньоны, Лук, Яйцо, Сметана, Мука ц.з., Сыр, Укроп, Чеснок, Ч.п., Соль, Грибной концентрат) Рис золотистый с куркумой (Рис, Соль, Масло, Куркума)	603,89 кк /450 г БЖУ 39,83/19,59/68,03	
4	Гуляш из бедра индейки (Бедро индейки, Морковь, Лук, Сметана, Томатная паста, Чеснок, Ч.п, Соль, Зелень) Макароны (макароны, масло, соль)	634,78 кк /400 г БЖУ 28,5/33,88/52,92	
5	Запеканка творожная ванильная (Творог, Яйцо, Вода, крахмал, Сахарозаменитель, Ванилин, Сметана) соус вишневый (вишня, крахмал, сахарозаменитель)	344,9 кк /250 г БЖУ 30,54/12,82/26,83	
Итого 2055 гр. / 2488,63 кк			

ПЯТНИЦА

1	Печенье банановое (Творог, Масло сливочное, Разрыхлитель, Мука ц.з., Мука, Сахарозаменитель Яйцо, Банан Ванилин, Корица) Омлет (Яйцо, Молоко, Соль)	500,94 кк /350 г БЖУ 31,07/26,46/32,85	
2	Суп гороховый (Горох, Картофель, Морковь, Грудка куриная, Бульон куриный, Лук, Соль, Ч.п., Чеснок, Дым жидкий)	378,5 кк /400 г БЖУ 29,4/8,64/48,16	
3	Фрикасе из куриной грудки в сметанном соусе (куриная грудка, морковь, перец, лук, сметана, Ч.п., чеснок, соль, грибной концентрат) Чечевица красная (чечевица красная, масло, соль)	708,43 кк /450 г БЖУ 61,14/16,45/70,39	
4	Говядина тушеная с горошком с томатном соусе (Говядина, Морковь, Лук, Горошек, Помидоры, Томатная паста, Зелень, Соль, Ч.п., Чеснок) Картофель отварной (картофель, зелень, соль, масло)	676,36 кк /450 г БЖУ 38,06/37,3/50,04	
5	Яблочные сырники (Творог, Яйцо, Стружка кокосовая, Манка, Сахарозаменитель, Яблоко, ванилин)	261,95 кк /150 г БЖУ 24,25/10,95/16,41	
Итого 1800 гр. / 2526 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню

Хотите получить десерт в подарок?

Ваше мнение важно для нас!
На основе Ваших оценок мы будем совершенствовать наше меню



WinFood.ru

2500 кк

✉ info@winfood.ru

☎ +7(812) 245-60-05

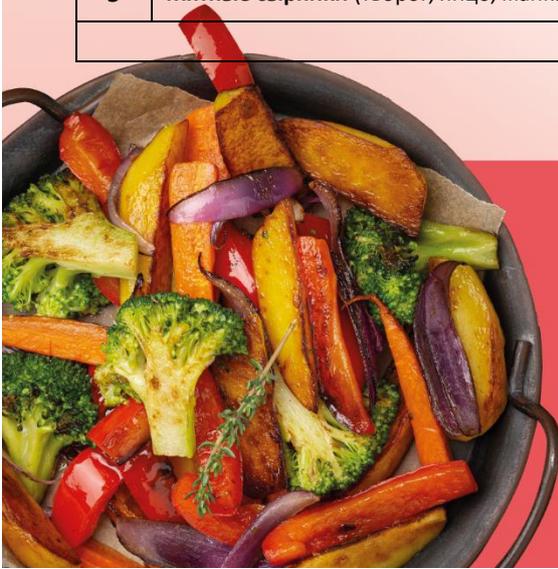


СУББОТА

1	Оладьи с псилиумом (Мука, Дрожжи, псилиум, Сахарозаменитель, Вода, Кефир, Яйцо) сметана 15% Скрембл с зеленью (Яйцо, Молоко, Укроп, Соль)	580,31 кк /380 г БЖУ 30,47/30,61/44,05	
2	Салат с куриной грудкой и болгарским перцем (Грудка, Перец, Кукуруза, Огурец, Лук, Зелень) сметана 15%	323,14 кк /300 г БЖУ 32,88/14,10/15,28	
3	Картофельная запеканка с куриной грудкой и овощами (Картофель, Лук, Грудка куриная, Маслины, Морковь, Паста томатная, Сметана, Сыр, Яйцо, Зелень, Ч.п., Чеснок, Соль, Тимьян)	602,28 кк /450 г БЖУ 53,58/23,67/37,71	
4	Рыбные ежики с пшеном и овощами (Минтай, Яйцо, Пшено, лук, морковь, Соль, Ч.п Чеснок Паприка, Укроп) Рис с зеленью (Рис, Соль, Масло, Укроп)	597,38 кк /450 г БЖУ 39,76/15,02/76,78	
5	Запеканка творожная с малиной и клубникой (Творог, Яйцо, Крахмал, Вода, Сметана Клубника, Малина, Сахарозаменитель, Ванилин)	396,65 кк /250 г БЖУ 32,62/16,95/27,73	
Итого 1830 гр. / 2499,8 кк			

ВОСКРЕСЕНЬЕ

1	Каша рисовая (Рис круглый, Сахарозаменитель, Молоко, вода) Глазунья (Яйцо куриное)	378,4 кк /350 г БЖУ 15,12/16,17/37,22	
2	Крем суп с шампиньонами и курицей (Бульон куриный, Грудка куриная, Картофель, Шампиньоны, Сливки, Лук, Концентрат грибной, Соль, Чеснок, Ч.п.)	415,04 кк /400 г БЖУ 22,4/26,4/22,12	
3	Голубцы ленивые запеченные (Куриная грудка, куриное бедро, лук, Рис, Капуста, клетчатка, Зелень Чеснок, Ч.п, Соль) сметана 15% Крупа полтавская гарнир (Полтавская крупа, Соль, Масло)	698,55 кк /530 г БЖУ 55,55/28,32/50,25	
4	Рагу из курицы с баклажанами (Бедро куриное, Куриная грудка, Лук, Морковь Перец, Баклажаны, Помидоры, Грецкий орех, Петрушка, Соль, Чеснок, Ч.п., Паприка, Уцхо сунели, Масло) Спагетти (макароны, масло, соль)	726,69 кк /450 г БЖУ 44,79/36,74/53,72	
5	Мятные сырники (творог, яйцо, манка, сироп мятный, ванилин, кокосовая стружка)	280,8 кк /150 г БЖУ 27,03/12,58/14,88	
Итого 1880 гр. / 2499,5 кк			



Оцените наши блюда от 1 до 3, где:

- 0 не стал есть;
- 1 съел, но восторга не испытал;
- 2 съел, было вкусно;
- 3 съел, восхитительно! Хочу еще и еще!

Фото опросника с Вашими ответами пришлите на почту info@winfood.ru и мы вышлем подарок к следующему заказу



Отсканируйте, чтобы посмотреть меню