

# Меню на месяцу Рамадан

ДЕНЬ 1 (ДОСТАВКА 10.03)

1320 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ТУРЕЦКИЙ ЗАВТРАК

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ

БОУЛ С ВАРЕНОЙ ГРУДКОЙ И ХУМУСОМ

ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ СМУЗИ

ДЕНЬ 2 (ДОСТАВКА 11.03)

1380 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С СЫРОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ГОРОХОВЫЙ

КУРИНАЯ КОТЛЕТА С БУЛГУРОМ

ЗАПЕЧЕННЫЕ ФРУКТЫ С АРАХИСОМ

И КУНЖУТОМ

ДЕНЬ 3 (ДОСТАВКА 12.03)

1229 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С СУХАРИКАМИ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЗЕЛЕНый БОРЩ

ЖАРЕНый МИКС РИС С КУРИЦЕЙ,

ОВОЩАМИ И ЯЙЦОМ

ДЕСЕРТ ТРАЙФЛ

ДЕНЬ 4 (ДОСТАВКА 13.03)

1437 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ПЕРЛОВЫЙ

МИТБОЛЫ В СОУСЕ С ГРЕЧКОЙ

САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С ОРЕШКАМИ

И ИЗЮМОМ





ДЕНЬ 5 (ДОСТАВКА 14.03)

1326 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СЫРНИКИ С ЯГОДНЫМ СОУСОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП УХА

КУРИНОЕ СОТЕ С ПОЛБОЙ

БЕЛКОВЫЕ ЛЕПЕШКИ



ДЕНЬ 6 (ДОСТАВКА 15.03)

1320 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С СЫРОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ФРИКАДЕЛЬКОВЫЙ

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИЗЗОТО

СМУЗИ ЙОГУРТОВЫЙ



ДЕНЬ 7 (ДОСТАВКА 16.03)

1119 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

БЕЛКОВЫЙ ПИРОГ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП КРАСНЫЙ БОРЩ

ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ ПАСТА

ФАРШИРОВАННЫЕ КАБАЧКИ



ДЕНЬ 8 (ДОСТАВКА 17.03)

1262 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ЯИЧНЫЕ МАФФИНЫ С ОВОЩАМИ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ

ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ

САЛАТ ТАЙСКИЙ







ДЕНЬ 9 (ДОСТАВКА 18.03)

1039 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

РОЛЛ С ЗАПЕЧЕННЫМИ ПОМИДОРАМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ГОРОХОВЫЙ

ФАХИТОС С БУЛГУРОМ

САЛАТ ВИНЕГРЕТ



ДЕНЬ 10 (ДОСТАВКА 19.03)

1133 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СКРЕМБЛ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЗЕЛЕНЬЙ БОРЩ

КОН КАРНЕ С СОУСОМ И ПАСТОЙ

СМУЗИ БОУЛ



ДЕНЬ 11 (ДОСТАВКА 20.03)

1340 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С  
ЯБЛОКОМ И КОРИЦЕЙ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ПЕРЛОВЫЙ

ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ С ГРЕЧКОЙ

ОВОЩНОЙ САЛАТ В СМЕТАНОЙ ЗАПРАВКЕ



ДЕНЬ 12 (ДОСТАВКА 21.03)

1260 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ

~~~

**IFTAR**

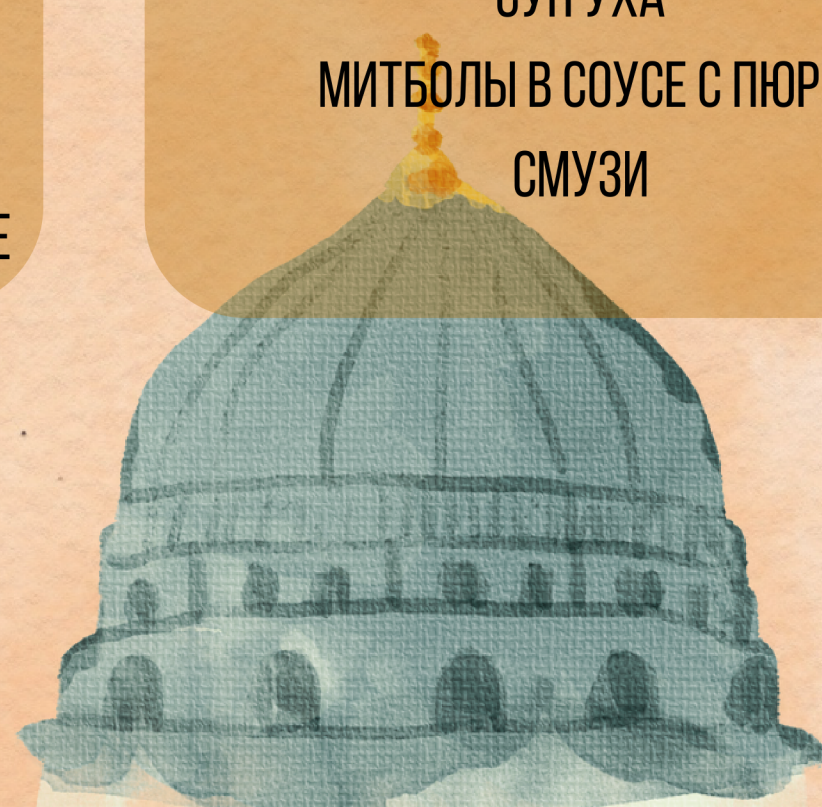
ФИНИК

НАПИТОК

СУП УХА

МИТБОЛЫ В СОУСЕ С ПЮРЕ

СМУЗИ







ДЕНЬ 13 (ДОСТАВКА 22.03)

1320 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП КРАСНЫЙ БОРЩ

КУРИНОЙ ПОДЛИВА С РИСОМ МИКС

САЛАТ ОЛИВЬЕ



ДЕНЬ 14 (ДОСТАВКА 23.03)

1116 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СЫРНИКИ С ЯГОДНЫМ СОУСОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ФРИКАДЕЛЬКОВЫЙ

ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ ЛАПША В

ГРИБНОМ СОУСЕ

ТРАЙФЛ



ДЕНЬ 15 (ДОСТАВКА 24.03)

1251 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

МЕНЕМЕН

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ

ПЛОВ ИЗ БУЛГУРА

СМУЗИ БОУЛ



ДЕНЬ 16 (ДОСТАВКА 25.03)

1253 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СЛОЙКА С ЯЙЦОМ И СЫРОМ

~~~

**IFTAR**


ФИНИК

НАПИТОК

СУП ПЕРЛОВЫЙ

БЕФСТРОГАНОВ С ГРЕЧКОЙ МИКС

ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА







ДЕНЬ 17 (ДОСТАВКА 26.03)

1280 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ЛЕНИВЫЕ ТВОРОЖНЫЕ ВАРЕНИКИ  
С ЯГОДНЫМ СОУСОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ГОРОХОВЫЙ

РИЗО С ПРЯНЫМ МЯСНЫМ СОУСОМ

ЙОГУРТОВЫЙ КРЕМ С СУХОФРУКТАМИ



ДЕНЬ 18 (ДОСТАВКА 27.03)

1259 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

РОЛЛ С ЯЙЦОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЗЕЛЕНЬИ БОРЩ

ТУШЕНАЯ ФАСОЛЬ С ФАРШЕМ

ИЗ ГОВЯДИНЫ

СМЕТАННИК



ДЕНЬ 19 (ДОСТАВКА 28.03)

1338 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СКРЕМБЛ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ

ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ

МАФФИН С ЯГОДАМИ



ДЕНЬ 20 (ДОСТАВКА 29.03)

1261 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОКОМ И КОРИЦЕЙ

~~~

**IFTAR**


ФИНИК

НАПИТОК

СУП УХА

БОУЛ С ГОВЯДИНОЙ

САЛАТ С КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ







ДЕНЬ 21 (ДОСТАВКА 30.03)

1390 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С ПОМИДОРОМ И ЗЕЛЕНЬЮ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП КРАСНЫЙ БОРЩ

БУРЫЙ РИС С ТЕЛЯТИНОЙ

САЛАТ МОРКОВНЫЙ

ДЕНЬ 22 (ДОСТАВКА 31.03)

1433 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ

ЛАПША С КУРИНОЙ ГРУДИНКОЙ

СМУЗИ БОУЛ

ДЕНЬ 23 (ДОСТАВКА 01.04)

1498 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СЫРНИКИ С ЯГОДНЫМ КОНФИТЮРОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ГОРОХОВЫЙ

ПОДЛИВА ИЗ ТЕЛЯТИНЫ И РИЗОТТО

ИЗ ПОЛБЫ

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ

ДЕНЬ 24 (ДОСТАВКА 02.04)

1307 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СКРЕМБЛ С СЫРОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

ЗЕЛЕНЬЙ БОРЩ

КОТЛЕТЫ С ХУМУСОМ

ОВСЯНОЕ ПЕЧЕНЬЕ С ФРУКТАМИ

И СЕМЕНАМИ





ДЕНЬ 25 (ДОСТАВКА 03.04)

1250 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

ОМЛЕТ С СУХАРЯМИ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ПЕРЛОВЫЙ

ГРЕЧКА С МЯСОМ

ТВОРОЖНО ПЕРСИКОВОЕ ПЮРЕ



ДЕНЬ 26 (ДОСТАВКА 04.04)

1225 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СЫРНИКИ С КУНЖУТОМ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

ФРИКАДЕЛЬКОВЫЙ СУП

ДЖАМБАЛАЙЯ

ДЕСЕРТ ЯГОДНЫЙ



ДЕНЬ 27 (ДОСТАВКА 05.04)

1338 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

МЕНЕМЕН

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП УХА

КОТЛЕТА С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ

СМУЗИ БОУЛ



ДЕНЬ 28 (ДОСТАВКА 06.04)

1459 ККАЛ

**SUHUR**

ФИНИК

КАША

СКРЕМБЛ С СЫРОМ И ЗЕЛЕНЬЮ

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

СУП КРАСНЫЙ БОРЩ

НАПИТОК

ГРУДКА В СЛИВОЧНОМ СОУСЕ С

БУРЫМ РИСОМ

ИКРА ИЗ КАБАКОВ И БАКЛАЖАН







ДЕНЬ 29 (ДОСТАВКА 07.04)

1386 ККАЛ

**SUNUR**

ФИНИК

КАША

ТУРЕЦКИЙ ЗАВТРАК

~~~

**IFTAR**

ФИНИК

НАПИТОК

СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ

СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ С КАПУСТОЙ

ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ СМУЗИ

ЗАКАЗЫ ПО ТЕЛ.

+99362089888

ПУСТЬ АЛЛАХ ПРИМЕТ НАШ ПОСТ И ПОКЛОНЕНИЕ В

МЕСЯЦ РАМАДАН.

АМИН!

