

120 блюд для бизнес-ланча, вариант «зима-весна»

Салаты

1. Холодец разварной
2. Салат Оливье с вареной колбасой
3. Салат Столичный с курицей
4. Салат из курицы с кукурузой и шампиньонами
5. Рыба в томате с овощами
6. Форшмак картофельный с сельдью
7. Сельдь под шубой
8. Рыбный салат с картофелем
9. Салат с крабовыми палочками
10. Винегрет
11. Салат из отварной свеклы с черносливом
12. Капустно-морковный салат
13. Салат из капусты с морковью и яблоками
14. Морковный салат
15. Салат из острой моркови
16. Салат из маргеланской редьки с яйцом
17. Капуста квашеная (из покупной)
18. Капуста по-грузински (из покупной)

Супы

19. Бульон куриный
20. Суп - лапша куриная
21. Куриный суп с рисом и морковью
22. Куриный суп с картофелем и морковью
23. Борщ
24. Щи свежие
25. Щи кислые
26. Рассольник
27. Грибной суп с перловкой
28. Солянка сборная мясная
29. Уха
30. Овощной суп с зеленым горошком
31. Овощной суп с зеленой фасолью
32. Суп-пюре из сезонных овощей
33. Суп-пюре из тыквы
34. Гороховый суп-пюре

Основные блюда из мяса

35. Азу из говядины
36. Бефстроганов из говядины
37. Гуляш из говядины
38. Поджарка из говядины с морковью и луком
39. Свиная поджарка
40. Шницель по-венски
41. Наггетсы из свинины в паприке

42. Наггетсы из свинины в имбирной панировке
43. Свинина в китайском стиле
44. Свинина по-техасски в соусе барбекю
45. Зразы с яйцом
46. Котлеты домашние
47. Фальшивый заяц
48. Митболы из говядины и свинины
49. Рагу из свинины с картофелем и луком
50. Рагу из свинины с тыквой и морковью
51. Рагу из свинины с репой и капустой
52. Плов со свиной
53. Пряная лапша со свиной и имбирем
54. Греча со свиной и грибами
55. Греча со свиной и карамелизованным луком
56. Голубцы ленивые
57. Голубцы классические
58. Репа, фаршированная мясом и рисом
59. Макароны по-флотски
60. Тефтели с рисом в белом соусе
61. Тефтели с рисом в томатном соусе

Основные блюда из птицы

62. Куриная голень жареная
63. Куриная голень в белом соусе с травами
64. Куриная голень в томатном соусе с травами
65. Куриная грудка, фаршированная ветчиной, в панировке
66. Куриная грудка, фаршированная сыром, в панировке
67. Куриные крылья в медово-горчичном маринаде
68. Куриные крылья в панировке
69. Куриная поджарка с оливками
70. Куриные наггетсы
71. Куриное филе в соусе карри
72. Курица с грибами в белом соусе
73. Чахохбили из курицы
74. Печень куриная в белом соусе
75. Печень куриная с зеленым горошком
76. Зразы куриные с яйцом
77. Котлета по-киевски
78. Котлеты куриные жареные
79. Тефтели куриные с рисом в белом соусе
80. Тефтели куриные с рисом в томатном соусе
81. Рагу из курицы с картофелем
82. Рагу из курицы с овощами

Основные блюда из рыбы и морепродуктов

83. Горбуша (кусочек) жареная
84. Карп (кусочек) жареный
85. Кефаль (кусочек) жареная
86. Треска (кусочек) жареная
87. Минтай (кусочек) жаренный с яйцом
88. Рыбные наггетсы
89. Сом (кусочек), запеченный с овощами
90. Щука (филе) в белом соусе
91. Котлеты рыбные
92. Тефтели рыбные с рисом в белом соусе

- 93. Тефтели рыбные с рисом в томатном соусе
- 94. Кальмар, припущенный с тыквой

Гарниры

- 95. Тыква, запеченная с белым соусом
- 96. Репа, томленная в меду
- 97. Рагу из репы с морковью и клюквой
- 98. Рагу из картофеля с морковью и луком
- 99. Капуста жареная с яйцом
- 100. Капуста тушеная с томатом
- 101. Капуста квашеная тушеная
- 102. Картофель отварной
- 103. Картофель жареный из отварного
- 104. Картофель по-деревенски
- 105. Картофель, запеченный в фольге
- 106. Картофельное пюре с жареным луком
- 107. Картофель, запеченный с белым соусом
- 108. Греча
- 109. Рис
- 110. Рис с зеленым горошком и кукурузой
- 111. Макароны

Напитки

- 112. Компот из яблок
- 113. Компот из сухофруктов
- 114. Кисель плодово-ягодный
- 115. Кофе эспрессо
- 116. Кофе капучино
- 117. Кофе американо
- 118. Кофе латте
- 119. Чай черный
- 120. Чай зеленый