

Внешний вид и состав блюда может отличаться от представленного на фото. Фактический состав блюд указан в его маркировке и в меню, размещенном на сайте <https://legal.m-food.ru/>

№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Рисовая каша на молоке с курагой	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа рисовая, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота)), курага	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	200/15	210	5/4/38
2	Обед	Куриный шницель с медово-горчичным соусом	куриный шницель (филе куриное, кляр (панировка (мука (пшеничная, рисовая) соль, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, крахмал кукурузный, мальто-декстрин, специи и пряности (чеснок, черный перец, перец чили, кукуруза), регулятор кислотности E500, E330, E 450; экстракт дрожжей, ароматизатор, краситель: экстракт паприки), вода), панировка (сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), сыр твердый (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молокозвешивающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), паприка, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка (мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соль, тимьян), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), мед, бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия) и гуанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы: Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321)), микрорезленъ	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110/20	262	24/8/23
		Паста пенне	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	290	9/6/49
3	Полдник	Винегрет	свекла отварная, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), картофель отварной, заправка (сахар, соль, крахмал кукурузный, специи натуральные: перец черный, горчица, кукуруза; эмульгатор (лецитины (подсолнечный)), порошок сока лимона, натуральные ароматизаторы, экстракт дрожжей, красители (куркумин, сахарный колер IV, технологическое вспомогательное средство: (ксантановая камедь)), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), горошек зеленый с/м	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	160/20	191	3/11/20
4	Ужин	Люля кебаб из куриного бедра с аджикой	люля-кебаб (фарш (филе куриного бедра, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), минеральная вода газированная, кинза, укроп, соль, масло подсолнечное, кумин молотый, хмели-сунели, перец черный молотый), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец чёрный молотый), аджика (перец красный острый, соль, укроп, кориандр, чеснок, лавитник, хмели-сунели, уксус, бензоат натрия), сахар, лаваш (мука пшеничная, вода питьевая, соль), лук красный маринованный (лук красный, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), гранат, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	145/20	279	21/11/24
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	235	7/3/45
5	Перекус	Сэндвич Крок-месье	намазка сырная (соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, ксантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), сыр твердый 50% (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокозвешивающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), сыр твердый 45% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокозвешивающего ферментного препарата микробального происхождения), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемиллюлаза)), ветчина из индейки (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говядины, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii)), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), яичный скрэмбл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка)), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	310	13/18/25
6	Десерт	Пирожное сгущенка-манго	пирожное сгущенка-манго (замес на пирожное (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокозвешивающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дигидрамадипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, молоко сгущенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), сахар, сироп "Кокос" (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия), желток яичный, крахмал кукурузный, стружка кокосовая), шоколад темный (какао порошок (какао жир, 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), меланж яичный, сахар, мука пшеничная в/с, соль)), крем из вареной сгущенки (молоко сгущенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), масло сливочное 82,5% (сливки нормализованные), соль), желе манго (вода питьевая, пюре манго (манго альфонсо, сахар 9,9%, аскорбиновая кислота), сахар, желатин, агар-агар	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	140	503	9/32/46

№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Сырники клубника в шоколаде	сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахмаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камень тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, молоко 3,2% (молоко нормализованное), сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктозный сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности:цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соли)), крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное)), мусс шоколадный (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахмаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камень тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), какао-порошок, сахарозаменитель (вода, подсластители: циклакат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), глазурь шоколадная (шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%), масло подсолнечное), зефир маршмело (кукурузный сироп, сахар, вода, желатин, декстроза, сорбит, кукурузный крахмал, ароматизатор ваниль, собрат калия, красители E102, E129, E133, стабилизатор - тетрапирофосфат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	140	399	17/23/31
2	Обед	Куриный рулет с сезонными овощами	куриный рулет (куриное филе, начинка (квашеная капуста, масло подсолнечное, соль пищевая, прованские травы), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (горчица), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий)), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, молокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель натуральный пищевой Аннато Экстракт), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), сырная начинка (соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, молокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель натуральный пищевой Аннато Экстракт), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), мука пшеничная, соль, пищевая, прованские травы), петрушка сушеная)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	235	21/14/6
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
3	Полдник	Блишечки с облепихово-манговым вареньем	блишечки (вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), варенье (сок апельсиновый (апельсиновый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре облепихи с/м, сахар, облепиха с/м, пюре манго с/м (манго Альфонсо), сахар 9,9%, аскорбиновая кислота), крахмал кукурузный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/20	253	5/10/38
4	Ужин	Фрикадельки в кокосово-имбирном соусе	фрикадельки (фарш (куриное бедро, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные)), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), кокосово-имбирный соус (с молоком кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), имбирь корень, масло подсолнечное, соль, имбирь молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/25	273	18/17/12
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерей, гидроксид растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
5	Перекус	Буррито с куриным филе и овощами	тортилья (мука пшеничная, вода, масло подсолнечное, сахар, разрыхлитель, соль, эмульгатор), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный молотый); сыр "моцарелла" (сахар, вода, крахмальная патока, тамириновая паста 8%, лук-шалот, соль, арахис, чеснок, соевый соус (соевые бобы, пшеничная мука, соль, вода), перец чили, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, натуральный краситель экстракт паприки), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель e1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна коричневой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), перец сладкий с/м запеченный (перец сладкий с/м, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	342	22/13/33

6	Десерт	Киш-лорен малина-базилик	киш-лорен малина-базилик (сыр мягкий 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молоко свертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, пюре малины с/м (малина, сахар), сахар, сироп "Кокос" (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия)), желток, крахмал кукурузный, базилик), основа для киш малина-базилик (печенье юбилейное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, маргарин (растительное масло, вода, эмульгаторы, моно- и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин: соль, сахар, консервант сорбат калия, регулятор кислотности, лимонная кислота, ароматизатор, краситель бета-каротин, антиокислители аскорбиновая кислота, альфа-токоферол), сахар, вода питьевая, крахмал кукурузный, сухое обезжиренное молоко: разрыхлитель е503ii и гидрокарбонат натрия, ароматизаторы "топленое молоко", "концентрированное молоко", эмульгаторы: лецитин соевый, е481), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), конфитор малиновый (малина с/м, вода питьевая, сахар, лимонный фреш (лимонь), крахмал картофельный, агар-агар (агар Е406 (загуститель, агент желеобразующий, стабилизатор, носитель))), ядро ореха мэндала)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	115	407	6/25/39
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Страта с ветчиной и беконом из индейки	страта (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), петрушка, укроп, соль, перец черный), начинка (ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (Е451iii, Е451ii), загуститель и стабилизатор (Е407), желеобразующий агент (Е508), антиокислитель (Е316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (Е621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель Е120), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (Е300, Е307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка усилитель хлебопечарный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (Е170), эмульгатор (Е472e), антиокислитель (Е300), ферменты (альфа-амилаза и гамицеллюлаза)), сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (е509), красителя пищевого аннато (е160b) консерванта нитрата натрия (е251), консерванта натамицина (е235)), масло подсолнечное, чеснок гранулированный, паприка молотая, орегано), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	200	12/13/9
2	Обед	Митлоф с соусом Барбекю	митлоф (фарш (куриное филе, говядина, морковь, меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (е1422, е415) соус марина терияки, регулятор кислотности е260, ароматизатор, краситель е150d, перец черный, паприка красная, консервант е211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, перец чёрный молотый)), масло подсолнечное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (е1422, е415) соус марина терияки, регулятор кислотности е260, ароматизатор, краситель е150d, перец черный, паприка красная, консервант е211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	65/20	120	14/3/9
		Соба с кунжутом	соба (лапша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), соль, подсолнечное масло, семена кунжута)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
3	Полдник	Грибной жульен с ветчиной в тартелетке	начинка (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жареные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый)), Ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (Е451iii, Е451ii), загуститель и стабилизатор (Е407), желеобразующий агент (Е508), антиокислитель (Е316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (Е621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель Е120 петрушка, укроп), тартелетка (мука пшеничная в/с, эссенция, меланж, растительные жиры, ванилин, соль), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	266	10/19/12
4	Ужин	Чкмерули из цыпленка в сливочно-чесночном соусе	соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), куриное бедро запеченное (бедро куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), лук репчатый, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушенный куриный), укроп, кинза, хмели-сунели, соль, мята, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	297	18/19/13
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	236	4/5/43
5	Перекус	Пицца Маргарита	основа для пиццы (мука пшеничная, масло оливковое, дрожжи, сахар, разрыхлитель теста), томаты, сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), соус томатный (помидоры в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	266	12/12/27

6	Десерт	Разложенный наполеон	крем (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокозвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахмаладиат ацелированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), пудра сахарная, сливки растительные (вода, растительное масло (рафинированное, дезодорированное пальмидиаровое масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор e466, эмульгатор (e460(i), e472b, e474e) влагоудерживающий агент e420, регулятор кислотности e399 (ii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), сироп "Ваниль" (Сахар, вода питьевая, натуральные ароматизаторы, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия), краситель (сахарный класе I простой), соль), тесто (тесто слоеное бездрожжевое (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), сахар тростниковый, мука пшеничная в/с), крамбл амарантовый (отруби овсяные, мука пшеничная в/с, масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), сахар, мед, мука амарантовая, масло подсолнечное)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	110/15	460	7/30/42
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	03-05.04.2024 / 03-05.05.2024 / 02.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/сыуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая на молоке	каша гречневая (молоко 3.2% (молоко нормализованное)), крупа гречневая, сахар, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	180	266	9/5/46
2	Обед	Суфле из птицы	суфле (бедро куриное филе, меланж яичный, майонез постный 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E335, краситель B-каротин, подсластитель E954), мука пшеничная в/с, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), соль, укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/30	243	19/14/10
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30
3	Полдник	Овощной салат	томаты, салат айсберг, огурцы, масло подсолнечное, укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	115/10	111	1/1/04
4	Ужин	Куриное филе в бамбуковом соусе	курица Кун-пао (филе куриное су-вид/филе куриное, масло подсолнечное, тимьян, соль, перец черный молотый, розмарин), соус (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), мед натуральный, соус чили острый (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель канатная камедь), ткемали (сливовое пюре, чеснок свежий, хмели-сунели, перец красный молотый, соль, сорбиновая кислота, краситель пищевой "Кармаузин"), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), смесь сухая деми глас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), сусо "Жидкий дым"), лук красный, перец сладкий с/м запеченный (перец сладкий с/м, масло подсолнечное), масло подсолнечное, ядро арахиса, лук зеленый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	253	22/10/18
		Лапша фунчоза	лапша рисовая, масло подсолнечное, соль, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	198	0/5/38
5	Перекус	Блинчики с курицей грибами	блинчики (вода, молоко 3.2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), фарш с курицей и грибами (бедро куриное запеченное (куриное бедро, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	180	395	20/21/31
6	Десерт	Грушевый пирог	грушевый пирог (корж для пирога (печенье, масло сливочное 82,5%); база для грушевого пирога (сыр творожный 80%, сахар, яйцо куриное, молоко 3.2% (молоко нормализованное); крахмал кукурузный, ванилин); груша карамелизированная (груша, сахар, мед, лимонный концентрат (вода питьевая очищенная, концентрированный лимонный сок, свекловичный сахар, регулятор кислотности лимонная кислота, соль поваренная пищевая, натуральный ароматизатор "Лимон", консервант бензоат натрия), корица, краситель пищевой желтый); джем абрикосовый (джем абрикосовый, лимонный концентрат (вода питьевая очищенная, концентрированный лимонный сок, свекловичный сахар, регулятор кислотности лимонная кислота, соль поваренная пищевая, натуральный ароматизатор "Лимон", консервант бензоат натрия); ядро ореха фундук), мята.	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	115	471	5/26/54
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/сыуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Пшеничный пудинг с клюквенным киселем	пшениный пудинг (замес (каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), меланж яичный, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), ядра миндального ореха), кисель клюквенный (вода питьевая, клюква, сахар, крахмал картофельный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110/30	256	8/13/27
2	Обед	Котлета Юрате из индейки с яйцом	котлеты юрате (фарш (филе индейки, филе бедра куриного, яйца отварные куриные (яйца куриные пищевые обогащенные селеном, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, спелции и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	55/25	174	11/10/10
		Лапша с овощами	макаронные изделия (мука из твердых сортов пшеницы, вода), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, чеснок), петрушка, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, спелции и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	164	5/4/27
3	Полдник	Банановый сырник с творожным муссом	сырник (фарш для сырников (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), пюре банановое с/м (банан, аскорбиновая кислота), молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа манная, меланж яичный, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламаты натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), ванилин), масло подсолнечное), мусс (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сахар, сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), ванилин, мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	65/30	174	11/8/15
4	Ужин	Куриное карри с шампиньонами и луком	бедро куриное запеченное (куриное бедро, масло подсолнечное, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), вода питьевая, соль, чеснок, орегано), соус карри (вода, масло подсолнечное, сахар, уксус, яичный желток, загустители (е1442, ксантановая камедь), томатная паста, соль, пряность карри (куркума, имбирь, перец черный, перец чили, паприка, кориандр, корица, гвоздика), ароматизаторы натуральные (содержат сою), регулятор кислотности - лимонная кислота, краситель - каротин), грибы шампиньоны, лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, петрушка, карри (куркума, кориандр, имбирь, лук, кумин, петрушка, мускатный орех, гвоздика, корица, перец душистый, шамбала, перец белый, перец чили)), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	282	29/14/11
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
5	Перекус	Наггетсы куриные	наггетсы куриные(куриное мясо, вода, мука пшеничная, мука рисовая, масло подсолнечное, клетчатка соевая, крахмал, соль, дрожжи, куркума, паприка, разрыхлитель), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/25	349	32/19/13
6	Десерт	Торт халва	бисквит (мед натуральный, меланж яичный, мука миндальная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), мука пшеничная, какао-порошок, масло подсолнечное, разрыхлитель для теста (разрыхлители гидроксид натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), уксус винный), крем халва (халва (ядро подсолнечника тертое, патока крахмальная, сахар, пенообразователь-экстракт мильного корня, ароматизатор "Ванилин", пищевой натуральный антиокислитель-концентрат смеси токоферолов), сыр мягкий 80% (сливки пастеризованные), сыр мягкий 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), паста арахисовая (жареный арахис (цельный нарезанный), декстроза, гидрогенизированное растительное масло (рапс, хлопковое семя, соевые бобы, пищевая соль), мед натуральный, лимон, соль пищевая), соленая карамель (топлинг карамельный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, сгущенное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель пектин, ароматизаторы, стабилизаторы эмульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактилат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), соль пищевая), бисквит белковый (пудра сахарная, белок яичный, орехи фисташковые, крахмал кукурузный, миндальные лепестки), халва (ядро подсолнечника тертое, патока крахмальная, сахар, пенообразователь-экстракт мильного корня, ароматизатор "Ванилин", пищевой натуральный антиокислитель-концентрат смеси токоферолов), орехи фисташковые, сироп "Миндальное молоко" (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, подсластители (циклоплат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия)	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	110	437	10/27/39
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Лимонный сырник с малиновым джемом	сырники из творога (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), мука пшеничная высшего сорта, сахар, желток яичный, соль, ванилин), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), малиновый джем (крахмал кукурузный, вода питьевая, мята свежая, поре лимона с/м, сахар, малина с/м).	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	70/25	224	8/8/30
2	Обед	Чили кон-карне	чили кон-карне (соус томатный база (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), паста томатная), филе куриное, бульон овощной (бульон овощной сухой (соль, овощи сушеные, специи и их натуральные экстракты (лук, морковь, сельдерея, пастернак, куркума, мускатный орех; экстракт растительного белка (кукуруза), мальтодекстрин, экстракт дрожжей, крахмал картофельный, масло растительное (подсолнечное)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), фасоль консервированная (фасоль консервированная красная (красная фасоль, вода, соль), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топлениго говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, петрушка), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	142	12/5/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39
3	Полдник	Панини Маргарита с ветчиной	панини (булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, сахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), ветчина из индейки (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E509), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), сыр рассольный 45% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), томаты свежие, масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	105	310	13/18/24
4	Ужин	Куриное бедро в сметане с грецким орехом	филе бедра куриного, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), масло подсолнечное, чеснок, ядро грецкого ореха, соль,перец черный молотый;томаты запеченные(томаты, масло подсолнечное, чеснок, орегано, сахар тростниковый, тимьян), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	135	353	27/25/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
5	Перекус	Хот-дог	булочка (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), сосиски (говядина, вода, мясо птицы м. о. куриное, белковый стабилизатор, масло растительное, соевый белок, картофельный крахмал, сухое молоко, филе куриных грудок, соль, сахар, стабилизаторы E401, E407, камеди (гуаровая, ксантановая), E452, E471, нитритно-посолочная смесь, ароматизаторы, усилитель вкуса и аромата E621, пряности, краситель E120, аскорбиновая кислота, агент антислеживающий E551), майонез (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412,E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель e1422,сахар, яичный желток, уксус столой, соль, зерна кориичевой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчиичный порошок, мускатный орех,корица,перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), лук репчатый фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	180	421	11/25/39
6	Десерт	Карамельный Чиз-кейк	база (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахмаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, сливки 22% (сливки нормализованные), меланж яичный, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), лимон), основа (печенье (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, маргарин (растительное масло, вода, эмульгаторы, моно- и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин: соль, сахар, консервант сорбат калия, регулятор кислотности, лимонная кислота, ароматизатор, краситель бета-каротин, антиокислители аскорбиновая кислота, альфа-токоферол), сахар, вода питьевая, крахмал кукурузный, сухое обезжиренное молоко, разрыхлитель e503ii и гидроразбит натрий, ароматизаторы "топленное молоко", "концентрированное молоко", эмульгаторы: лецитин соевый, e481), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар), желе (пюре карамель с солью (вода, сахар тростниковый, сироп из фруктозы, ароматизатор: карамель, загуститель: E1442, консервант: сорбат калия, подсластитель:сукралоза, стабилизатор: моно- и диглицериды жирных кислот, регуляторы кислотности: яблочная кислота, цитрат натрия, морская соль), желатин), меренга (сазар, белок яичный, желатин)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	115	461	6/31/40
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	06-08.04.2024 / 06-08.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Каша пшеничная с яблочным джемом	каша (молоко 3,2%, крупа пшено, сахар, соль), джем яблочный (яблоко, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп "Яблоко" (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота)), лимонная кислота, краситель пищевой желтый, гвоздика молотая, корица молотая)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	200/50	292	8/5/54
2	Обед	Куриный маффин	маффин (фарш (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и сульфит натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, загустители E1442, E415, краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соус кимчи (соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевая экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор канталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатор (e621) консервант натрия), чеснок, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый гауда (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молочносвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (E509), красителя пищевого аннато (E160b) консерванта нитрата натрия (E251), консерванта натамицина (E235)), томаты, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), лук репчатый, масло подсолнечное, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	85	168	17/8/6
		Паста фарфалле с базиликом	макаронные изделия, масло подсолнечное, базилик, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	232	9/7/34
3	Полдник	Картофельный салат с ветчиной и переперони	горчицная заправка с огурцами (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель B-каротин, подсластитель E954), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), бульон куриный эко (вода, бульон куриный эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), мед, соль), картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), салат айсберг, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжий, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451 III, E451 II), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E509), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), олята маринованные (грибы шампиньоны, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), колбаса переперони восточная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (E 401, E 405), уплотнитель (E 516), пряности, антиокислитель (E 300, E 306), ароматизатор (Саламия копченая), усилитель вкуса и аромата (E 635); красители (кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (E250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), лук зеленый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	115/30	226	6/17/13
4	Ужин	Куриное бедро в медово-горчицном соусе	куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус медово-горчицный (вода, масло подсолнечное, загустители: е1422, сахар, яичный желток, уксус столой, соль, зерна коричневой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчицный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), брокколи, лук репчатый, масло подсолнечное, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	267	18/17/11
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
5	Перекус	Панини с копченым цыпленком, сыром и яйцом	булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), куриное филе в/к (грудка кур, вода питьевая, комплексная добавка (регулятор кислотности (E451 I), декстроза, мальтодекстрин, загустители (E1422, E415), усилитель вкуса и аромата (E621), консерванты (E250, E202), регулятор кислотности (E262), соль пищевая, антиокислители (E330, E334), агент антислеживающий (E551)), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молочносвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, приправа универсальная, сахар, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	362	20/16/35
6	Десерт	Пирожное Эстерхайзи	крем (крем (сахар, молоко 3,2% (молоко нормализованное), желток яичный, крахмал картофельный, соль), пралине (сахар, хрустящий бисквит 24 % (пшеничная мука, сахар, безводный молочный жир, обезжиренное сухое молоко, яично-солодовая мука, соль), растительное масло, миндаль, безводный молочный жир, лесной орех, цельное сухое молоко, эмульгатор соя лецитин, какао масло, пивер какао, натуральный экстракт ванили), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), корж (печенье (мука пшеничная, сахар, масло растительное, жир растительный, вода, какао-порошок, крахмал кукурузный, сироп глюкозно-фруктозный, разрыхлитель (гидрокарбонат натрия, гидрокарбонат аммония), соль, эмульгатор (лецитин соевый), регулятор кислотности (гидроксид натрия) ароматизатор), масло сливочное), арахис, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), шоколад белый, кокосовая стружка), бисквит (белок яичный, сахарная пудра, ядро ореха фундук, крахмал кукурузный, ядро ореха миндаль), ядро ореха миндаль	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	105	545	10/37/43
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Домашняя гранола	йогурт 7%, гранола (мюсли, изюм, кокосовая стружка); варенье (клубника с/м, сахар, поре лимон); мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	45/70/25	279	8/10/40
	Обед	Шведские фрикадельки с кисло-сладким соусом	фрикадельки (курица, вода, сухари панировочные (мука пшеничная в/с, дрожжи), лук, растительное масло(рапсовое), яичный порошок, стабилизатор (загуститель E461 крахмал картофельный, комплекснообразователь E576, добавка E460, E500), соль поваренная пищевая, комп.ещ.добавка (стабилизаторы и регуляторы кислотности E450, E451, E452), сахара, декстроза, усилитель вкуса и аромата: глутамат натрия, антиокислитель, аскорбиновая кислота, специи, экстракты специй), соевый белок, пшен. волокна, бульон, натур. ароматизатор, карамелизованный сахар, петрушка, куркума), масло подсолнечное), соус (маринад (соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422,e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, краситель:тартразин, желтый хинолиновый), синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), имбирный сок, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) поре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор канталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), фасоль стручковая с/м, перец болгарский с/м, морковь, масло подсолнечное)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	65/30	290	5/21/20
		Отварной рис с черным кунжутном	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
3	Полдник	Сырник с манго и малиновым джемом	сырники (творог 1.8%, сыр творожный 65%, молоко 3.2%, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло оливковое, апельсин, сироп ванильный); гель малина зеркальная, наполнитель фрутидор манго, масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70/20	220	9/9/25
4	Ужин	Индейка с овощами в сливочном соусе	филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) филе индейки су-вид (филе индейки, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), бадьян, корица), молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), морковь, биоюгурт 2,8% (молоко нормализованное, стабилизатор e1422, пектин, молоко сухое обезжиренное, закваска молочнокислых культур), лук репчатый, перец с/м запеченный, сливки 22% (сливки нормализованные), баклажаны, масло подсолнечное, зеленый горошек с/м, паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), сахар, карри, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), соль, крахмал картофельный, петрушка, кинза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	244	13/17/11
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39
5	Перекус	Пицца с картофельно-трюфельным кремом и грибами	основа для пиццы (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия), картофельно-трюфельный крем (поре картофельное (картофель отварной, соль), крем трюфельный (соус бешамель ((молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, гимин), картофельное поре (картофель отварной, соль), масло трюфельное, бульон грибной сухой эно (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), соль), опята запеченные (опята маринованные (грибы нарезанные, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), масло подсолнечное, соль), сыр полутвердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробийного происхождения), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), монокосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизцим (вытяжка из белка куриных яиц), эстрагон	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	236	9/8/32
6	Десерт	Тропический Чокопай	тропический чокопай (бисквит (мед натуральный, мелажин яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), мука макаронная, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, разрыхлитель для теста, сода, уксус винный), начинка (наполнитель тропический (фрукты (манго, ананас, маракуя, персики) 70%, сахар, вода, модифицированный крахмал, лимонная кислота E330, натуральный ароматизатор, консервант E 202), вода, желатин), пропитка (сироп "Персик" (глюкозно-фруктовый сироп, вода питьевая, сок персика концентрированный, ароматизаторы, регулятор кислотности лимонная кислота, подсластитель (цикламат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), краситель желтый "солнечный закат" FCF, консервант бензоат натрия), топлинг "Персик" (сахар, патока, вода питьевая, плоды персика измельченные, глюкозно-фруктозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, загуститель пектин, ароматизатор "Персик", консервант E202, пищевая краситель "солнечный закат"), маршмеллоу (маршмеллоу (сироп глюкозы, декстроза, крахмал, желатин, ароматизатор идентичный натуральному (ваниль), стабилизатор E450), молоко 3,2% (молоко нормализованное), глазурь (шоколад темный, какао-масло), кокосовая стружка)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	110	390	10/18/46
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупа)косточки	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Скрембл с томатным соусом	скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	145/40	216	14/15/7
2	Обед	Бефстроганов куриный	куриное филе запеченное (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), мускатный орех, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	105	203	19/11/7
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	200	4/8/28
3	Полдник	Слойка с капустой	начинка (капуста жареная (капуста белокочанная, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый жареный, масло подсолнечное), соль, перец черный молотый), тесто слоеное (мука пшеничная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), желток яичный	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	100	215	5/11/25
4	Ужин	Куриное бедро в перечном соусе	филе куриного бедра запеченное (филе куриного бедра, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), капуста брокколи, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизованное растительное и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам, масло подсолнечное, соль), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	100	244	17/16/9
		Гречка отварная	крупка гречневая, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	231	8/2/45
5	Перекус	Хот-дог Болоньезе	булочка для хот дога (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), болоньезе для хот-дога (говядина, филе куриное, лук репчатый, соус томатный (томаты очищенные в с/с, вода питьевая, паста томатная, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, базилик, паприка), сыр твердый (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), монокосветляющий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), салат айсберг, горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), соус сырный (вода, масло подсолнечное, уксус, загустители (E1442, ксантановая камедь), яичный желток, сахар, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), ароматизаторы, консерванты (сорбиновая кислота, E385), краситель каротин), лук фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	165	345	19/16/31
6	Десерт	Десерт Шоколадный сыр	начинка(сыр творожный 65%, шоколад темный, паста "нутелла", сахар , яйцо куриное); верхний корж(мука пшеничная, масло сливочное 82,5%, сахар, ядро ореха фундук); нижний корж(мука пшеничная, масло сливочное 82,5%, какао порошок, ядро ореха фундук); персики консервированные, мята свежая	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	140	626	9/42/54
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	09-11.04.2024 / 09-11.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша овсяная	каша овсяная (молоко 3,2%, овсяные хлопья, сахар, соль); соус (крем заварной (молоко 3,2%, сухая смесь заварной-крем, масло сливочное 82,5%, сироп ванильный); смородина с/м, черника с/м); цукаты, ядро ореха миндаль	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150/40	271	7/9/40
2	Обед	Ежики в томатном соусе с овощами	ежики (фарш (говядина, филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), рис отварной (крупка рисовая, соль, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), минеральная вода с газом, смесь специй для фажитос, соль, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус томатный (томаты в с/с, чеснок, кинза, сахар, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый), фасоль стручковая с/м паровая (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), соус для вок (вода, соль, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), усилитель вкуса и аромата E621, E627, E631; ароматизаторы, регуляторы кислотности E330, E260, E331, краситель E150c, консервант сорбат калия, подсластитель аспартам), смесь специй для фажитос, сахар, соль, майоран, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	90/30	188	15/7/16

		Картофель по-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	144	3/5/21
3	Полдник	Салат из цветной капусты и корейской моркови с ореховой заправкой	капуста цветная зачищенная (капуста цветная отварная (капуста цветная с/м, соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), имбирь маринованный (имбирь, вода, соль, сахар, уксусная кислота (E260), лимонная кислота (E330), глутамат натрия (E621), сорбиновая кислота (E202), аспартам (E951), пищевая краситель (E129)), заправка ореховая (вода питьевая, масло подсолнечное, соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260), антиокислитель (E386)), заправка салатная (кукурузный крахмал, сахар, соль, лук, гороховая мука, красный перец, сладкая паприка, специи и пряности (чеснок, петрушка, чёрный перец, зелёный лук, орегано), кукурузное масло, экстракт куркумы), капуста китайская, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, кукуруза, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E 202), семена тыхвы, петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	115/25	208	5/15/12
4	Ужин	Лапша Ло-мейн	макароны отварные (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло оливковое, соль), смесь для лапши (бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, соус для кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал кукурузный, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное, соль), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сахар, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), перец болгарский, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), морковь, лук красный гриль (лук красный, соль, орегано, чеснок), молоко 3,25 (молоко нормализованное), соус кимчи ((вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), масло кунжутное, кунжут, имбирь корень), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130/120	556	25/28/51
5	Перекус	Блинчики с ветчиной и грибами	блины(вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль); начинка(грибы шампиньоны, ветчина из индейки (ветчина (мясо индейки, мяо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451i3, E451i), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), масло подсолнечное), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	190/20	445	16/27/33
6	Десерт	Бисквит Сникерс с шоколадной глазурью	бисквит (мед, меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), мука миндальная, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, какао-порошок, сода, разрыхлитель, уксус винный), крем (ядро арахиса, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), молоко стуженное (цельные коровье молоко, сахар-песок (сахароза)), соленая карамель (топинг карамельный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, стуженное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель желатин, ароматизаторы, стабилизаторы эмульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), соль), сливки растительные для взбивания (вода, растительное масло (рафинированное, дезодорированное пальмидроное масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор e466, эмульгатор (e460(i), e472b, e474e) влагоудерживающий агент e420, регулятор кислотности e399 (ii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), глазурь шоколадная (шоколад темный, какао-масло), ядро арахиса	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	100	428	9/30/31
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогрева блюда	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Скрембл с картофелем, переперони и зеленым горошком	Состав: яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), картофель жаренный с луком (картофель жаренный (картофель, масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), колбаса пепперони запеченная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (E 401, E 405), уплотнитель (E 516), пряности, антиокислитель (E 300, E 306), ароматизатор (Салаями копченая), усилитель вкуса и аромата (E 635), красители(кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (E250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура), горох с/м на пару (горох зеленый с/м, масло оливковое, соль), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	165/30	299	12/18/22
2	Обед	Куриное бедро в тайском стиле	бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус "Адобо" (вода, соус томатный (томаты в собственном соку (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная, вода, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, крветочный порошок, каффир-лайм), соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), крахмал картофельный, чеснок, имбирь корень, бадьян целый, корица, кардамон), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	239	21/13/9
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	236	4/5/43
3	Полдник	Медовый бисквит с кремом из вареной сгущенки	медовый бисквит (тесто медовый бисквит (мед, меланж яичный, мука пшеничная, мука миндальная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, разрыхлитель, сода, уксус винный (вино, антиокислитель e224), крем (молоко стуженное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), пропитка (мед, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп, экстракт кленовый, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), вода), сливки растительные (вода питьевая, заменитель молочного жира(масла растительные рафинированные дезодорированные в натуральном и модифицированном виде: пальмовое, подсолнечное, рапсовое, пальмоядровое, антиокислитель E306), молоко сухое обезжиренное, комплексная пищевая добавка (эмульгатор E427 с, стабилизаторы: E415, E410, E401), регуляторы кислотности (цитрат натрия 3-замещенный, орто-фосфат натрия 2-замещенный), ароматизатор натуральный "Сливки", краситель натуральный "Бета-каротин"), ядро ореха грецкого	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	105	396	8/23/40

4	Ужин	Куриный стейк капрезе	куриный стейк (филе куриное, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), соль, перец черный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	186	26/7/4
		Соба с кунжутом	лапша гречневая, масло подсолнечное, соль, кунжут.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	226	8/4/40
5	Перекус	Запеченная тарталетка с курицей	начинка (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец чёрный молотый), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, аугустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), тарталетка (мука пшеничная, масло сливочное 82,8%, яйцо куриное, маргарин, продукт монокосвертывающий произведенный по технологии сметаны мдж 20% (обезжиренное молоко, масло сливочное, закваска), соль), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	85	226	9/14/17
6	Десерт	Арахисовое парфе	арахисовая парфе (замен для арахисового парфе, сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (диграхмаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, арахисовая паста (жареный арахис (цельный нарезанный), декстроза, гидрогенизированное растительное масло (рапс, хлопковое семя, соевые бобы, пищевая соль), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сметана (сливки, закваска молочнокислых культур), сахар, сироп "миндальное молоко", желток яичный, крахмал кукурузный, кокосовая стружка), шоко брауни (шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%)), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), меланж яичный, сахар, мука пшеничная, соль), арахисовый крем (сыр мягкий (молоко пастеризованное, сливки пастеризованное, лактоза, регулятор кислотности - лимонная кислота, антиокислитель - натуральный экстракт розмарина), сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (диграхмаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), молоко сгущенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), паста арахисовая (жареный арахис (цельный нарезанный), декстроза, гидрогенизированное растительное масло (рапс, хлопковое семя, соевые бобы, пищевая соль), сливки 22% (сливки нормализованные), сироп "миндальное молоко"	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	65/40	381	8/30/19
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творожная запеканка с песочным крастом	запеканка(второг 1,8%, сыр творожный 65%,молоко 3,2%, сахар,куриное яйцо, манная крупа, масло оливковое, апельсин, сироп ванильный),тесто(мука пшеничная,масло сливочное 82,5%, сахар , яйцо куриное,разрыхлитель теста); мак пищевой, корица, варенье(вишня с/м,сахар, крахмал кукурузный,пюре лимона с/м); мята свежая	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	125/30	451	15/19/57
2	Обед	Куриное бедро в ореховом соусе	куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260),антиокислитель (E386)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, соль, петрушка, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	120	326	21/22/11
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	258	6/8/40
3	Полдник	Сэндвич с переперном	хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечарный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гemicеллюлаза), сыр рассольный (мука пшеничная хлебопечарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопечарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия), колбаса (грудки куриные, жир говяжий, вода, гидратир, соевый белок, пшеничные волокна, соль нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), пряности (паприка сладкая, чеснок, перец красный), сахар, ароматиз (салими, чили), экстракты пряностей (перец красный, паприка, перец черный), масло подсолн., стабилизаторы (альгинат натрия, дигидропирифостфат натрия), регулятор кислотности сульфат кальция, антиокислители (аскорбиновая к-та, токоферолы), усилитель вкуса и аромата: 5-рибонуклеотиды натрия, красители (экстракт паприки, кармины, сахарный коллер III), стартов культуры)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	135	377	11/22/37
4		Запеканка из индейки с	запеканка (картофельное пюре с желтком (картофельное пюре (картофель, соль), желток яичный, сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель. Аннато (содержит регулятор кислотности e524), монокосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат пшеницы (вытяжка из белка куриных яиц), сливки 22% (сливки нормализованные), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), фарш из индейки обжаренный (филе индейки, бедро куриное филе, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), масло подсолнечное),	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется	125/30	364	16/18/1

		картофелем дьюес	брокколи запеченная (капуста брокколи с/м, масло подсолнечное, соль), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр твердый 45% (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), консервант (соевый), уксус, специи, семена горчицы, тимиан, экстракты и масла (с))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	разогрева				7
5	Перекус	Пай в тесте с ветчиной и грибами	ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говьяжи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120)), меланж куриный, тесто бездрожжевое слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), грибы шампиньоны жареные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, соль, чеснок, розмарин, перец черный молотый), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, петрушка, укроп, тимьян	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	125	308	13/23/13	
6	Десерт	Фисташковая булочка Шу	масло сливочное 82,5%, сахар-песок, мука пшеничная, вода питьевая, сливки питьевые 22%, яйцо куриное, марципан(миндаль натуральный молотый, сахарная пудра, сироп инвертный, сироп глюкозный, сорбат калия),желток яичный, молоко сухое обезжиренное, паста фисташковая, шоколад белый 28%, какао -масло, загуститель крахмал кукурузный, патока крахмальная, пектин, соль,желатин, семена ванили	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	48	219	2/13/21	
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	12-14.04.2024 / 12-13.05.2024									
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ	
1	Завтрак	Кукурузная каша	каша кукурузная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода питьевая, крупа кукурузная, сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности-лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333), мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	300	389	12/11/61	
2	Обед	Паста с мидиями и макаром в сливочно-триофельном соусе	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль; сливочный соус с мидиями (мидии запеченные (мидии, масло зеленое (масло подсолнечное, петрушка, укроп), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), кабачки, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, масло триофельное, мак пищевой жареный, соль, тимьян, перец черный молотый), сыр "пармезан", микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120/100	376	17/21/30	
				Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева					
3	Полдник	Салат из пекинской капусты с ветчиной	ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говьяжи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), заправка (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), хрен сливочный (хрен тертый, масло рапсовое рафинированное дезодорированное 22%, взбитые сливки (10%), спиртовой уксус, вода, глюкозно-фруктозный сироп) сахар, молочная сыворотка, соль, загустители: гуаровая камедь, ксантановая камедь, регулятор кислотности лимонная кислота, антиокислитель пиросульфит, диоксид титана, натуральный ароматизатор лимон), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), петрушка), капуста китайская, огурцы, кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), перец болгарский, петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	110/25	118	5/7/8	
4	Ужин	Маффин маршаль с соусом сальса	маффин маршаль (фарш куриный (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное, соль), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), грибной жульен (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности-трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица))), соус сальса (томаты резаные, томатная паста, вода питьевая, перец сладкий, лук, сахар, соль, лимон, чеснок, масло растительное, кинза, перец красный, консервант-сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	80/25	177	11/12/6	
			Рис отварной	рис, масло подсолнечное, соль,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	266	4/10/41

5	Перекус	Картофельные вареники	вареники с картофелем (мука пшеничная, картофель, вода, репчатый лук, масло подсолнечное, соль, перец чёрный молотый) масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), масло подсолнечное, соль, лавровый лист, укроп, петрушка), соус сметанный (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тмин), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), соль, перец черный молотый), лук жаренный - фри (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль), укроп.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	225/30	505	11/24/60
6	Десерт	Мусс из вареной гущенки с фруктовым компоте	мусс из вареной гущенки (крем (молоко гущенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тарыл)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сыр мягкий (сливки пастеризованные)), фруктовый компоте (ежевика с/м, клубника с/м, абрикосы консервированные (абрикосы, вода, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота), вода, сахар, крахмал картофельный), крэмбл амарантовый (отруби овсяные, мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, мед, мука амарантовая, масло подсолнечное)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	100/30/15	461	7/34/32
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупна/кост точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Гранола с клубничным йогуртом и семенами чиа	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (геркулес, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп, экстракт кленовый, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), кокосовая стружка, клюква вяленая, вишня вяленая, мед натуральный, масло подсолнечное), пюре клубничное (клубника с/м, сироп клубничным (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль), сахар), ядро ореха миндаль, мята, семена чиа	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	70/45/28	293	8/10/43
2	Обед	Солянка с мясным фаршем	капуста белокочанная, вода, филе куриное, говядина, лук репчатый, морковь, паста томатная (паста томатная, вода), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители Е1442, Е415; краситель каротин, антиокислитель Е320, Е321), масло подсолнечное, чеснок, соль, сахар, укроп, лавровый лист, паприка,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	250	225	16/7/23
3	Полдник	Кокосовые панкейки	тесто(молоко кокосовое, мука пшеничная, яйцо куриное, масло подсолнечное, сироп кокосовый, сахар, кокосовая стружка, разрыхлитель, соль), масло подсолнечное; мусс(сыр творожный 65%, сироп кокосовый, творог 1,8%), цукаты, мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	80/50/10	410	5/19/20
4	Ужин	Гуляш из птицы	куриное филе су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано), вода, помидоры, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тмин), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), масло подсолнечное, пассеровка мучная (мука пшеничная, масло подсолнечное), смесь сухая "Деми Глас" (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тмин, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топлёного говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, тмин молотый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	154	15/6/10
		Картофельное пюре	пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 82,5%, соль); петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	255	5/10/37
5	Перекус	Сырный пирог	тесто (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль(соль, агент антислеживания Е536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), меланж яичный, укроп, масло подсолнечное.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	407	22/23/28
6	Десерт	Медовый пряник с чатни из яблок	медовый пряник (тесто (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, мед натуральный, меланж яичный, ванилин, корица, имбирь, мускатный орех, сода, перец чёрный молотый, гвоздика), помадка сахарная (сахар, сироп глюкозы, вода), имбирное печенье (мука пшеничная хлебопекарная в/с сорта, сахар-песок, маргарин (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и отвержденном виде, вода питьевая, эмульгаторы (Е471), (Е475), соль поваренная пищевая, ароматизатор "Масло". Регулятор кислотности: лимонная кислота (Е330), пищевой краситель "Аннато", яичный порошок сухой, пряности (имбирь, корица, гвоздика-молотые), разрыхлитель гидрокарбонат натрия (Е500), соль поваренная пищевая); чатни (яблоки, вода питьевая, сахар, сироп "Яблоко" (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал картофельный, лимонная кислота, гвоздика, корица, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	70/60	417	4/11/75

№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Вишневые сырники	сырник (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), пюре вишневое (вишня с/м, сахар), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахмаладипат ацелированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тарил)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер")), желе (сок вишневый (вишневый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре вишневое с/м (вишня, сахар), вода, желатин (желатин), вода), мед, агар-агар (агар E406 (загуститель, аген желеобразующий, стабилизатор, носитель))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	120	262	11/10/31
2	Обед	Зрза с сырным муссом	зрза (фарш (бедро куриное, филе куриное, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), сырная кнель (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахмаладипат ацелированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тарил)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сыр твердый (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e180b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус из копченого лука (сок томатный, лук репчатый, паста томатная, масло подсолнечное, лимонный сок (вода, лимонная кислота, сахарозаместитель), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), сахар, соус "Жидкий дым", паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	95/25	272	20/16/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39
3	Полдник	Куриный террин с желе из перца и пюре из чернослива	куриный террин (фарш (куриное бедро, куриное филе, сливки 22% (сливки нормализованные), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, регулятор кислотности, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль пищевая, перец черный молотый), масло подсолнечное), чернослив, хлебы ржаные (мука ржаная хлебопекарная обдирная, вода питьевая, отруби пшеничные, соль, дрожжи хлебопекарные, солод ржаной, эмульгатор соевый лецитин), лук фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль), шпинат	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	85/12	172	11/7/14
	Ужин	Куриное филе в мексиканском соусе	куриное филе в соусе (куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус Тако (томаты резаные 70%, перец сладкий, томатная паста, лук, сахар, соль пищевая, чеснок, масло растительное подсолнечное, уксусная кислота - регулятор кислотности, петрушка, перец красный, перец халапеньо, кориандр, консервант - сорбат калия), морковь запеченная (морковь, соль, тимьян, масло подсолнечное), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), масло подсолнечное, кинза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	149	15/6/8
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
5	Перекус	Жульен из курицы, ветчины и грибов в тарталетке	тарталетка (мука пшеничная в/с, эссенция, меланж, растительные жиры, ванилин, соль), Ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, тимьян), мускатный орех, микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	95	226	12/15/10
6	Десерт	Муравейник	муравейник (молоко сгущенное 8,2% (цельное коровье молоко, сахар-песок (сахароза)), печенье (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, маргарин (растительное масло, вода, эмульгаторы, моно- и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин), соль, сахар, консервант сорбат калия, регулятор кислотности, лимонная кислота, ароматизатор, краситель бета-каротин, антиокислители аскорбиновая кислота, альфа-токоферол), сахар, вода питьевая, крахмал кукурузный, сухое обезжиренное молоко: разрыхлитель e503ii и гидрокарбанат натрия, ароматизаторы "топленое молоко", "концентрированное молоко", эмульгаторы: лецитин соевый, e481), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), вишня коктейльная (вишня, краситель E129, сахар, вода, регулятор кислотности-лимонная кислота, глюкозно-фруктозный сироп), ядро грецкого ореха, шоколад	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	80/10	402	5/23/43
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	15-17.04.2024 / 15-17.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничная каша с клубникой и шоколадом	каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктозный сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорунин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соли)), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, соль), декор шоколадный (сахар, какао тертое, какао-масло, эмульгатор соевый лецитин, ароматизатор Ванилин)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250	436	12/20/51

2	Обед	Паприкаш по-венгерски	паприкаш (куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), томаты, перец болгарский с/м, лук репчатый, масло подсолнечное, приправа универсальная, сахар, соль, паприка, соус (крахмалы (кукурузный, картофельный), волокна пищевые, сливки молочные сухие, мука пшеничная, гидролизат растительного белка (кукуруза), соль, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, натуральные экстракты специй: мускатный орех, перец черный; технологическое вспомогательное средство: носитель (камедь гуаровая), перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	115	259	19/16/10
	Обед	Гречка по-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
3	Полдник	Капустный салат с куриной грудкой	куриная грудка су-вид (грудка куриная филе, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), майонез ким-чи (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), лимонный ким-чи (масло подсолнечное, соус для ким-чи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатор (e621) консервант бензоат натрия), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), чеснок, сахар, лимон, соль, ницца, базилик, перец черный молотый), капуста бешамельная, перец сладкий, морковь, капуста краснокочанная, горошек зеленый консервированный (горошек овощной свежий из мозговых сортов, вода питьевая, сахар, соль поваренная пищевая), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	110/25	171	10/11/9
4	Ужин	Ленивые голубцы в томатном соусе	ленивые голубцы (фарш (капуста белокочанная, филе куриное, говядина, лук репчатый, молоко 3,2%, хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная, укроп, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), смесь специй, соль), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок)), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/30	298	22/16/16
5	Перекус	Курица с картофелем	тесто слоеное бездрожжевое, фарш (филе куриное, соус карри (вода, масло подсолнечное, сахар, уксус, яичный желток, загустители (e1442, ксантановая камедь), томатная паста, соль, пряность карри (куркума, имбирь, перец черный, перец чили, паприка, кориандр, корица, гвоздика), ароматизаторы натуральные (содержат сою), регулятор кислотности - лимонная кислота, краситель - каротин), сливки 22% (сливки нормализованные), хлеб пшеничный, лук репчатый, перец болгарский запеченный с/м (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), масло подсолнечное, паста карри (краситель перец чили сушеный 21%, чеснок, лемонграсс, лук-шалот, соль, галангал, каффир-лайм, кориандр, тмин), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый), тесто слоеное бездрожжевое (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), сыр "гауда" (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, монокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель натуральных пищевой Аннато Экстракт), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), яйца куриные отварные (яйца куриные, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	324	15/17/26
6	Десерт	Запеканка с абрикосами и персиками	запеканка творожная (творог 1.8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихромаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антиоксидант агент ферроцианид калия), пищевые добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сахар, крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное, сок апельсиновый (апельсиновый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода)), абрикосы консервированные (абрикосы, вода, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота), персики консервированные (персики, вода, сахар, регулятор кислотности лимонная кислота), чернослив, изюм, краситель пищевой желтый), мята.	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	115	302	12/12/37
Му-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупако с точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Овощная запеканка с грибным соусом	овощная запеканка (замес (картофельное пюре (картофель, соль), капуста брокколи, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), меланж яичный, желток яичный, сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), бульон куриной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, соли и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), укроп, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/30	226	11/13/17

2	Обед	Куриное филе в соусе медовый чили	куриное филе су-вид с орегано (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус медовый чили (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), мед, соус чили сладкий (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), перец болгарский, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахар, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), перец чили, имбирь корень, масло подсолнечное, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), паприка острая молотая), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), опята запеченные (опята консервированные (грибы намоке целые, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), масло подсолнечное, соль), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	191	18/6/16
		Булгур отварной	крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	157	5/2/30
3	Полдник	Банановый кекс с фисташковым муссом	кекс (бананы свежие, меланж, яичный, мука пшеничная в/с, сахар, масло подсолнечное, сахар тростниковый, разрыхлитель (Разрыхлители гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), соль), мусс (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, заправка молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокоосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сироп миндальный (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная, подсластители (цикламат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия), сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), мед, паста фисташковая, краситель пищевой зеленый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	40/45	238	6/13/24
4	Ужин	Цыпленок в сливочно-устричном соусе	цыпленок (куриное бедро филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м на пару (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное.	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	287	14/18/17
		Картофель по-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
5	Перекус	Пай с индейкой и грибами	филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) грибы шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), грудка индейки су-вид (филе индейки, соус соевый, масло подсолнечное, соус устричный (бадьян, корица), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термостойких бактериальных заквасок, молокоосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термостойкие молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокоосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), меланж яичный, укроп, петрушка), тесто (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	315	20/18/19
6	Десерт	Крем-брюле с карамелью	крем-брюле (молоко 3,2% (молоко нормализованное, сливки 22% (сливки нормализованные), желток яичный, сахар, крахмал кукурузный, ванилин), траталетка (мука пшеничная, масло сливочное 82,8%, яйцо куриное, маргарин, продукт молокоосодержащий произведенный по технологии сметаны мдж 20% (обезжиренное молоко, масло сливочное, заправка) соль), желе (топпинг "Карамель" (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, гущенное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель пектин, ароматизаторы, стабилизаторы змульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактилат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), желатин), соус (сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокоосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сливки 22% (сливки нормализованные), топпинг "Карамель" (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, гущенное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель пектин, ароматизаторы, стабилизаторы змульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактилат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	85/20	295	4/16/33
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) о точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Ананасовый сырник с кремом из сметаны	ананасовые сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, заправка молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокоосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, сироп ананасовый (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, сок ананаса концентрированный, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная, подсластители (цикламат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), краситель тартразин, консервант бензоат натрия), пюре ананаса с/м, крупа манная, меланж яичный, цедра лимона с/м, сироп ванильный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктозный сироп, экстракт ванили, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, краситель сазарный колер IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), масло подсолнечное), крем из топлёной сметаны (сметана 20% (сливки, заправка молочнокислых культур), сахарная пудра), ананасы консервированные (ананасы, вода, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	70/20	205	9/10/20

2		Куриная котлета с грибным соусом	котлеты куриные (фарш (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), меланж яичный, сахар панировочный (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная хлебопекарная в/с), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин), грибы экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/20	193	14/11/10
	Обед	Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира тушеного говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
3	Полдник	Сэндвич 4 сыра	хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемицеллюлаза)), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), монокосервующий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), томаты, сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, монокосервующий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), сыр с голубой плесенью (нормализованное пастеризованное молоко, соль, монокосервующий ферментный препарат животного происхождения, бактериальная заквасочная культура мезофильных молочнокислых микроорганизмов, бактериальная культура плесневых грибов Penicillium q uefortii, пищевая добавка уплотнитель хлорид кальция), соус (масло подсолнечное, сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, монокосервующий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид натрия), консервант - нитрат натрия), петрушка, кедровые орехи, паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, томаты вяленые (томаты сушеные ()), подсолнечное масло (37%), спиртовой уксус (спиртовой уксус, антиокислитель E 224), соль, сахар, калерсы, оливковое масло экстраверджин, петрушка, чеснок, базилик, антиокислитель: аскорбиновая кислота E300, регулятор кислотности: лимонная кислота E330)), приправа универсальная, сахар, соль), поре лимонный с/м (лимон, сахар 13.1%), соль, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	80	236	8/14/20
4	Ужин	Рыбная котлета в сливочно-фенхельном соусе	рыбная котлета (фарш (хек филе с/м, творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сливки 22% (сливки нормализованные), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), бульон рыбный (соль, глюкоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизанный соевый белок), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), фенхель, масло подсолнечное, бульон рыбный (соль, глюкоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизанный соевый белок), лайм листья, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	60/20	154	11/9/7
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
5	Перекус	Энчиладас с курицей и сыром чеддер	тортилья (мука пшеничная в/с, вода масла растительные рафинированные дезодорированные, сахар, разрыхлители (гидрокарбонат натрия е450 (I)) Соль (соль, агент антислеживающий E536), глютен пшеничный, эмульгатор е471, регулятор кислотности е296, консервант е223), филе куриное су-вид с орегано (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), капуста китайская, сыр твердый (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), монокосервующий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), капуста белокочанная, сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосервующий ферментный препарат микробного происхождения), соус томатный (томаты в собственном соку (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная, вода, масло подсолнечное), соус сырный (вода, масло подсолнечное, уксус, загустители (E1442, ксантановая камедь), яичный желток, сахар, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), ароматизаторы, консерванты (сорбиновая кислота, E385), краситель каротин), фасоль консервированная (красная фасоль, вода, соль), соус чили сладкий (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	100	162	11/8/12
6	Десерт	Фисташковая булочка Шу	масло сливочное 82,5%, сахар-песок, мука пшеничная, вода питьевая, сливки питьевые 22%, яйцо куриное, маршпан (миндаль натуральный молотый, сахарная пудра, сироп инвертный, сироп глюкозный, сорбат калия), желток яичный, молоко сухое обезжиренное, паста фисташковая, шоколад белый 28%, какао -масло, загуститель крахмал кукурузный, патока крахмальная, пектин, соль, желатин, семена ванили	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	48	219	2/13/21
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	18-20.04.2024 / 18-20.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Рисовая каша с чатни из манго и жареным кокосом	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода, крупа рисовая, сахар, мед натуральный, соль), чатни из манго (манго с/м, наполнитель "Манго" (сироп глюкозный, вода питьевая, загустители (E1442, E466), сахар, поре фруктовое (яблочное), регуляторы кислотности (кислота лимонная, E331III)), ароматизатор, красители (E150d, E102, E110)), вода питьевая, сахар, лимоны, крахмал картофельный), кокосовая стружка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	185/40	247	5/6/43
2	Обед	Биточки куриные с соусом Демиглас	биточки (филе куриное, бедро куриное филе, лук репчатый, меланж яичный, соль, перец черный молотый, масло подсолнечное), соус (вода, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, соус дедми глас сухой (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи/лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/25	220	32/8/4

	Увед	Картофель по-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	100	144	3/5/21
3	Полдник	Салат из запеченной тыквы с рукколой и сметанным соусом	тыква запеченная (тыква, масло подсолнечное, розмарин свежий, прованские травы), капуста на пару (капуста брокколи с/м, соль пищевая), заправка (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), лимоны, петрушка, соль пищевая, перец черный молотый), салат айсберг, соус крем-бальзамик (концентрированный виноградный сок, бальзамический уксус Модены 20% (винный уксус(вино, антиокислитель E224), концентрированное виноградное сушло, краситель E150d), модифицированный кукурузный крахмал), руккола, семена тыквы	Нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	100/25	118	3/7/11
4	Ужин	Гречатники с томатно-	гречатник (фарш (каша гречневая (вода питьевая, крупа гречневая, соль), филе куриное, говядина, лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из хлеба пшеничной (Мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопашный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемиллюлоза)), ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говядины, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), куриное филе в/к (грудка кур, вода питьевая, комплексная добавка (регулятор кислотности (E451i), декстроза, мальтодекстрин, загустители (E1422, E415)), усилитель вкуса и аромата (E621), консерванты (E250, E202), регулятор кислотности (E262), соль пищевая, антиокислители (E330, E334), агент антислеживающий (E551)), намазка (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), майонез (вода, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, загуститель крахмал картофельный (e1414), соль, эмульгатор (e1450), регуляторы кислотности (уксусная кислота, лимонная кислота), натуральные стабилизаторы (ксантановая камедь, гуаровая камедь), консерванты(сорбат калия, бензоат натрия), подсластитель (СладиН) (сахар, e954, e952), ароматизаторы (горчица, сливки), антиокислитель e385, натуральный краситель краситель бета-каротин (e1692)), икра тобиго ((натуральный рыбный бульон, соль, масло подсолнечное, загуститель-экстракт бурых водорослей (альгинат натрия), экстракт красных водорослей (агар), E466, рыбий жир, специи, красители пищевые - экстракт паприки, кармин, консерванты - сорбат калия, бензоат натрия, регулятор кислотности - молочная кислота), соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия)), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокозвешивающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат	да	Продукт может содержать следы	при	Требуется разогрева	135/40	310	23/12/27
5	Перекус	Гавайский тост	дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопашный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемиллюлоза)), ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говядины, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), куриное филе в/к (грудка кур, вода питьевая, комплексная добавка (регулятор кислотности (E451i), декстроза, мальтодекстрин, загустители (E1422, E415)), усилитель вкуса и аромата (E621), консерванты (E250, E202), регулятор кислотности (E262), соль пищевая, антиокислители (E330, E334), агент антислеживающий (E551)), намазка (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), майонез (вода, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, загуститель крахмал картофельный (e1414), соль, эмульгатор (e1450), регуляторы кислотности (уксусная кислота, лимонная кислота), натуральные стабилизаторы (ксантановая камедь, гуаровая камедь), консерванты(сорбат калия, бензоат натрия), подсластитель (СладиН) (сахар, e954, e952), ароматизаторы (горчица, сливки), антиокислитель e385, натуральный краситель краситель бета-каротин (e1692)), икра тобиго ((натуральный рыбный бульон, соль, масло подсолнечное, загуститель-экстракт бурых водорослей (альгинат натрия), экстракт красных водорослей (агар), E466, рыбий жир, специи, красители пищевые - экстракт паприки, кармин, консерванты - сорбат калия, бензоат натрия, регулятор кислотности - молочная кислота), соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия)), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокозвешивающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	155	356	15/19/31
6	Десерт	Маффин карамельный	маффин (тесто (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сахар, мука пшеничная в/с, меланж яичный, какао-порошок, разрыхлитель, соль), масло подсолнечное), крем (маскарпоне 80% (сливки пастеризованные), сливки растительные для взбивания (вода, растительное масло (рафинированное дезодорированное пальмидуровое масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор e466, эмульгатор (e460(i), e472b, e474e) влагоудерживающий агент e420, регулятор кислотности e399 (iii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), топлинг карамельный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, густенное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель пектин, ароматизаторы, стабилизаторы эмульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), сахар, соль), топлинг карамельный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, густенное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель пектин, ароматизаторы, стабилизаторы эмульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), сахар, соль), топлинг шоколадный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, какао порошок, густенное молоко, загуститель пектин, стабилизаторы-эмульгаторы: лецитин, полифосфат натрия и камедь рожкового дерева, ароматизаторы, консервант сорбат калия, регулятор кислотности лимонная к-та, соль), шоколад (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	45/55	336	4/18/39
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Домашняя гранола с орешками	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (мюсли (хлопья овсяные, хлопья пшеничные, масло рапсовое, вода питьевая, сахар, кусочки сушеного банана в рисовой муке, патока, изюм, мука пшеничная, мука рисовая экструдированная, соль, ароматизатор), изюм, кокосовая стружка), варенье клубничное (клубника с/м, сахар, вода, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13,1%), крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, кедровые орехи, мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	40/70/20	264	7/11/33
2	Обед	Вок с гречневой лапшой	гречневая лапша в соусе (соба отварная (лапша гречневая, соль), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22%	да	Продукт может содержать следы	при	Требуется разогрева	150/100	387	22/14/44
3	Полдник	Панкейки с арахисовым муссом и карамелизованными персиками	панкейки (тесто (молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), мука пшеничная в/с, вода, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп "Кокос" (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия)), сахар, кокосовая стружка, разрыхлитель для теста, соль), масло подсолнечное), арахисовый крем (сыр мягкий (молоко пастеризованное, сливки пастеризованное, лактоза, регулятор кислотности - лимонная кислота, антиокислитель - натуральный экстракт розмарина), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокозвешивающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихроалмадинат ацетиламинид калия) (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), молоко густенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), паста арахисовая (жареный арахис (цельный нарезанный), декстроза, гидрогенизированное растительное масло (рапс, хлопковое семя, соевые бобы, пищевая соль), сливки 22% (сливки нормализованные), сироп "Миндальное молоко" (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, подсластители (циклолат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия)), персики карамелизованные (персики консервированные (персики, вода, сахар, регулятор кислотности лимонная кислота), сахар тростниковый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70	218	4/14/20
4	Ужин	Куриное бедро в томатном соусе	куриное рагу в томатном соусе (бедро куриное филе, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), кабачки, лук репчатый, морковь, перец болгарский, масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), кинза)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	174	15/9/9

		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	235	7/3/45
5	Перекус	Хот-дог Капрезе	Булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таланто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), колбаски (мясо куриное, вода, соль поваренная пищевая, комплексная пищевая добавка (соевый белок стабилизатор e450, e452 фосфат пищевой, загустители e1422, экстракт натуральный специй, усилитель вкуса и аромата e621, антиокислитель e300) натуральные специи (перец чили, паприка, карри, чеснок)), томаты, соус перечно-томатный (томаты, вода питьевая, перец болгарский запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), огуры маринованные, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), пектин, паприка копченая, соль, чеснок); сыр "моцарелла" (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), салат айсберг, горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	165	366	22/15/34
6	Десерт	Тосты Монричелло с вишневым вареньем	бисквит (мёд натуральный, меланж яичный, мука миндальная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), мука пшеничная, изюм, курага, масло подсолнечное, чернослив, разрыхлитель для теста, сода, уксус винный, соль, краситель пищевой желтый), варенье (вишня с/м, сахар, вода, крахмал кукурузный, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%)), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333)	ДА	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	70/30	358	6/12/57
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Белковый омлет с ветчиной и помидорами	белковый омлет (смесь для омлета (белок яичный, меланж яичный, соль, мускатный орех, перец черный молотый), замес из желтка (желток яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль), ветчина (мясо индейки, мясу индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говядины, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), томатный), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), паста томатная, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	130/20	196	15/13/5
2	Обед	Запеканка из макарон с фаршем и сырным соусом	запеканка из макарон с фаршем и сырным соусом (физулли (мука из твердых сортов пшеницы высшего сорта), вода), фарш куриный (куриное бедро, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, масло подсолнечное), соус сырный чили (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сыр мягкий (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паприка острая молотая, шафран имитация), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	160/20	469	25/29/27
3	Полдник	Сэндвич с ростбифом и горчичным соусом	хлеб тостовый (мука пшеничная хлебопекарная "Совитал концентрат" (мука ржаная обдирная, глютен пшеничный, ядро подсолнечника, пшеница дробленая, семена льна, кунжут, пшеница дробленая, отруби пшеничные), солод ферментированный, вода питьевая, дрожжи х/б прессованные, соль поваренная пищевая), говядина су-вид (говядина, масло подсолнечное, приправа для размягчения мяса, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль) соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь)), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385), салат айсберг, огуры свежие, огуры маринованные (огуры, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	105	173	12/5/20
4	Ужин	Куриный рулет с соусом из копченого лука	куриный рулет (филе куриное, сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дикрахмаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), томаты, соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), Дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260), антиокислитель (E386)), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антислеживающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), желатин (желатин), шпинат, ядра ореха грецкого, аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), чеснок, соль, тимьян, перец черный молотый) соус (сок томатный (томатный сок, соль), лук репчатый, паста томатная (паста томатная, вода), масло подсолнечное, сок лимона, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), жидкий дым, паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	80/20	167	20/8/3
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	255	5/10/37

5	Перекус	Пирог с тархуном и сыром судугуни	пирог (основа для пиццы, сыр твердый , сыр рассольный , шпинат,сыр творожный 65%, яйцо куриное, (масло подсолнечное, эстрагон тархун, укроп, петрушка, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	80/20	474	19/36/19
6	Десерт	Клубничный эклер	сливки 22%,вода питьевая,мука пшеничная,масло сливочное 82.5%,яйцо куриное,сахар,джем клубничный(клубника,сахар,сироп глюкозный,сорбит,глицерин,загуститель-пектин,лимонная кислота,цитрат натрия,ароматизатор натуральный),патока крахмальная,какао-масло,гласуры(глюкозный сироп,вода,сахар, загуститель),белый шоколад,молоко сухое,масло растительное,пюре лимона,желатин,кукурузный крахмал,ароматизатор "Клубника",соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требует разогрева	70	204	3/12/21
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	21-23.04.2024 / 21-23.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая с орехами	каша гречневая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа гречневая, сахар, соль), ядра ореха кешью, ядра арахиса	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	250/10	438	15/13/66
2	Обед	Куриная мякоть Адобо	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный); соус адобо (вода питьевая, соус томатный (томаты, паста томатная, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), крахмал картофельный, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), чеснок, имбирь корень, бадьян, кардамон, корица)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	75/35	152	25/4/4
		Лапша Зеленый чай	лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, чай зеленый, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	237	7/5/41
3	Полдник	Салат со спаржей, огурцами и цыпленком	спаржа маринованная (спаржа сушеная, вода питьевая, соль пищевая), масло подсолнечное, масло кунжутное, лимон, кинза, соль пищевая, имбирь маринованный (имбирь, вода, соль, сахар, уксусная кислота (E260), лимонная кислота (E330), глутамат натрия (E621), сорбиновая кислота (E202), аспартам (E951), пищевой краситель (E129)), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), огурцы, соус спаиси (соус кисло-сладкий (вода, сахар, пюре абрикосовое концентрированное, загустители (E1422, E415), соль, соус Ворчестер (содержит ароматизаторы), смесь специй (содержит антиокислитель E330 и ароматизаторы), регуляторы кислотности (E260, E330), паприка красная, консервант E202, краситель E162, ароматизатор натуральный), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль пищевая), филе куриное в азиатском стиле (филе куриное, маринад азиатский (вода питьевая, паста томатная (томатная паста, вода питьевая), чеснок, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль пищевая, имбирь, паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), листья лайма), салат айсберг, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, куркума, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитки молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E 202), кунжут, кинза	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	105/20	143	12/5/11
4	Ужин	Рагу из птицы с соусом Том ям	филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус том-ям соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихромаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антиислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), вода, соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422,e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), масло подсолнечное, сахар, лемонграсс, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар, кинза, мята, лайм листья, соль), томаты, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), грибы вешенки жаренные (вешенки, масло подсолнечное, тимьян), масло подсолнечное, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	193	14/12/7
		Рис отварной	рис, масло подсолнечное, соль,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	266	4/10/41
5	Перекус	Фриттата с индейкой	фриттата (омлетная смесь (яйцо куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, базилик сушеный, перец черный молотый);филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) филе индейки су-вид (филе индейки, соевый соус, масло подсолнечное, соус устричный, бадьян, корица); сыр рассольный , сыр рассольный , томаты, масляни консервированные, томаты вяленые, сыр твердый , масло подсолнечное); соус томатный (томаты в с/с, чеснок, кинза, масло подсолнечное, сахар, соль, перец черный молотый), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	140/30	292	23/20/6

6	Десерт	Шоколадный Фондан с ванильным кремом	фондан (меланж яичный, шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%)), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, малина с/м, ванильный крем (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), желток яичный, сахар, ванилин)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	65/15	327	7/21/27
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Блины с грибным жульеном	блины (вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), жульен (грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), соус грибной (крахмал кукурузный, соль, сахар, сыворотка молочная сухая, специи: горчица, чеснок, лук, куркума; гидролизат растительного белка (кукуруза), грибы сушеные (шампиньоны), экстракты дрожжей, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, технологическое вспомогательное средство: носитель (ксантановая камедь); масло растительное (подсолнечное), краситель (сахарный колер IV)), соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/35	275	6/13/33
2	Обед	Куриный стейк с ветчиной, грибами и сыром	стейк (филе куриное, начинка (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii)), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, укроп, петрушка), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокооствертывающего ферментного препарата микробального происхождения), соль, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	249	28/14/3
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
3	Полдник	Шоколадный маффин	маффин (меланж, сахар, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, какао порошок, сироп шоколадный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно фруктовый сироп, экстракт какао, ароматизатор, краситель сахарный колер IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), разрыхлители (разрыхлители гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, соль), топленый шоколадный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, какао порошок, сгущенное молоко, загуститель пектин, стабилизаторы-эмульгаторы: лецитин, полифосфат натрия и камедь рожкового дерева, ароматизаторы, консервант сорбат калия, регулятор кислотности лимонная к-та, соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333), ядро ореха миндаля	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	45/15	247	4/11/32
4	Ужин	Домашняя котлета с грибным соусом	котлета (фарш (говядина, хлеб белый (мука пшеничная хлебопеккарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопеккарные прессованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), меланж яичный, соль, чеснок, перец черный молотый), сухари панирочные (мука пшеничная хлебопеккарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопеккарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), масло подсолнечное), соус (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/25	288	24/12/22
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	258	6/8/40
5	Перекус	Сэндвич с сыром и огурцами	хлеб тостовый (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопеккарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка - улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемцеллюлаза)), ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii)), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, майонез (вода, подсолнечное масло, загуститель: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), сыр твёрдый 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокооствертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (липохлориды) и ацетилованный (сухорульон)), соли поваренной пищевой (содержит антигеллирующий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тара), пищевой добавки (стабилизатор (старая камедь)), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант нитин, вода питьевая), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антигеллирующий агент) улотитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокооствертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоим (вытяжка из белка куриных яиц)), огурцы свежие, горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	195	457	12/25/47
6	Десерт	Балканский пирог с яблоком и маком	балканский пирог (начинка (сыр маскарпоне (сливки пастеризованные), творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), меланж яичный, сахар, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), изюм, ванилин), корж (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), желток яичный, сахарная пудра, соль, ядро ореха миндаля), яблочная начинка (яблоко, сахар, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота)), лимонный концентрат (вода питьевая очищенная, концентрированный лимонный сок, свекловичный сахар, регулятор кислотности, лимонная кислота, соль поваренная пищевая, натуральный ароматизатор "лимон", консервант бензоат натрия), цедра лимона, корица, краситель желтый), начинка маковая (мак пищевой, молоко 3,2% (молоко нормализованное), сахар, корица), ядро грецкого ореха, тесто filo (мука пшеничная в/с, вода, крахмал кукурузный, масло растительное, клетчатка пшеничная, соль, консервант-сорбат калия, вещество для обработки муки - L- цистеин))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	130	456	11/28/40
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Яичный скрембл с зеленым горошком и тостом	яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), хлеб пшеничный ((мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемицеллюлаза)), горох зеленый с/м паровой (горох зеленый с/м)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130/20	259	12/14/22
2	Обед	Ломтики цыпленка в соусе из болгарского перца и базилика	ломтики цыпленка (филе куриное су-вид (филе куриное, соль пищевая, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус (перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), базилик, соль пищевая, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), петрушка)	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	120	170	15/7/11
		Соба с кунжутном	лапша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), масло подсолнечное, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
3	Полдник	Слойка с картофелем	начинка (картофель, укроп, соль, перец черный молотый), тесто слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), желток яичный	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	100	224	5/10/30
4	Ужин	Печеночный маффин с яйцом и сметанным соусом	маффин (фарш (печень говяжья, морковь, лук репчатый, меланж яичный, крупа манная, соль), яйцо куриное, масло подсолнечное), соус (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп, соль), огурцы соленые (огурцы соленые, вода, соль, пряная зелень (укроп, хрен), регулятор кислотности - молочная кислота, чеснок, семена укропа), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	74/25	179	13/10/9
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3.2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
5	Перекус	Жульен из рыбы в сливочном соусе	жульен (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), кета запеченная (филе кеты, масло подсолнечное, тимьян, соль, перец черный молотый), филе хека, бульон рыбный (соль, глюкоза, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), масло подсолнечное, чеснок, водоросли морские), тарталетка (мука пшеничная, масло сливочное 82,8%, яйцо куриное, маргарин, продукт молочносодержащий произведенный по технологии сметаны мдж 20% (обезжиренное молоко, масло сливочное, закваска), соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр рассольный моцарелла (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, моноксвертывающего ферментного препарата микробияльного происхождения), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	75	202	12/13/9
6	Десерт	Ореховая булочка Шу	сливки питьевые (нормализованные сливки, стабилизатор - каррагинан), вода питьевая, меланж яичный, мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, сахар-песок, масло сливочное с м.д.ж 82,5%, желток яичный пастеризованный, фисташковая паста (обжаренные фисташки, соль, краситель E141), сухое обезжиренное молоко, крахмал кукурузный, патока крахмальная, желатин, соль, натуральные красители : микромовый зеленый, акванат турмерик, семена ванилин, низан	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	48	231	2/15/22
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	24-26.04.2024 / 24-26.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша овсяная с вишневым вареньем	каша овсяная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа овсяная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), варенье вишневое (вишня с/м, сахар, вода, крахмал кукурузный, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	200/30	339	9/14/44
2	Обед	Куриная котлета с пикантным соусом	котлета (фарш (филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шриача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	60/25	266	17/7/11

		Паста Фарфалле с базиликом	макароны из твердых сортов пшеницы (мука из твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик свежий), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	142	5/4/20
3	Полдник	Салат с пекинской капустой, огурцом и сметаной	огурцы, капуста китайская, яйцо куриное отварное (яйца куриные, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), сметана (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	140/25	145	8/11/4
4	Ужин	Куриное филе в тайском соусе	куриное филе в тайском соусе (куриное филе, соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, куркума, стабилизатор ксантановая камедь), приправа универсальная, масло подсолнечное), соус ((масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, куркума, стабилизатор ксантановая камедь), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	75/20	177	22/8/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
5	Перекус	Круассан с рукколой и копченой курицей	круассан(мука пшеничная в/с,маргарин,вода,сахар,дрожжи хлебобулочные,глютен пшеничный,сыворожка молочная сухая,соль,эмульгатор эфира глицерина и диацилглицерина и жирных кислот,антиокислитель аскорбиновая кислота,фермент микробного происхождения);куриное филе в/к,крем(сыр творожный 65%,сливки 22%);соус(соус цезарь,соус чили,масло подсолнечное);яйцо куриное,салат руккола,салат кресс,семена кунжута,семена тыквенные, сыр твердый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	360	13/22/27
6	Десерт	Банановое парфе	парфе (мусс (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дикрахмаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, пюре банановое с/м (банан, аскорбиновая кислота), сахар, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сироп банановый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп экстракт банана, консерванты:сорбат калия, бензоат натрия, ароматизатор, краситель сахарный колер), желток яичный, крахмал кукурузный, кокосовая стружка, краситель пищевой желтый), тесто (шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%)), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), меланж яичный, сахар, мука пшеничная в/с, соль)), бананы карамелизованные (бананы, сахар тростниковый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	130/20	458	8/30/40
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творог с чатни из яблок	творог (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), чатни (яблоки,вода, сахар, крахмал картофельный, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблок, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители:тартазин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), кислота лимонная, корица, гвоздика, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	120/50	196	19/2/25
2	Обед	Куриное филе с овощным соусом	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), гарнир (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, вода, перец болгарский, морковь, масло подсолнечное, сахар, паста карри (краситель перец чили сушеный 21%, чеснок, лемонграсс, лук-шалот, соль, галангал, каффир-лайм, кориандр, тмин), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), крахмал картофельный, чеснок, базилик, кинза, листья лайма), соус (соус соевый терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422,e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	70/35/15	188	24/7/8
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	184	6/5/30

3	Полдник	Кофейно-карамельное	замес парфе (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладиат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камень тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, пюре карамель с солью (вода, сахар тростниковый, сироп из фруктозы, ароматизатор: карамель, загуститель: E1442, консервант: сорбат калия, подсластитель: сукралоза, стабилизатор: моно- и диглицериды жирных кислот, регуляторы кислотности: яблочная кислота, цитрат натрия, морская соль), сахар, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), желток яичный, сироп кокосовый (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия), крахмал кукурузный, кофе), бисквит (меланж яичный, мука пшеничная в/с, сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), кофе, разрыхлитель), крафт (пирлине (сахар, хрустящий бисквит 24% (пшеничная мука, сахар, безводный молочный жир), обезжиренное сухое молоко, ячменно-солодовая мука, соль), растительное масло, миндаль, безводный молочный жир, лесной орех, цельное сухое молоко, эмульгатор соя лецитин, какао масло, ликер какао, натуральный экстракт ванили), вафельная крошка, шоколад белый (какао масло (мин 20%), молоко сухое (мин 14%), подсластитель (макс), жир молочный (4%), ванилин, эмульгатор (лецитин)), глазури (сироп глюкозы, шоколад белый (какао масло (мин 20%), молоко сухое (мин 14%), подсластитель (макс), жир молочный (4%), ванилин, эмульгатор (лецитин)), сахар, молоко сгущенное (цельное коровье молоко, сахар-песок (сахароза), желатин, вода питьевая, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	110	383	7/19/46
4	Ужин	Фрикассе из цыпленка с грибами	соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), шампиньоны жареные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), укроп, смесь специй, бульон куриный сухой (соль, усилитель вкуса и аромата (глютамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты)), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	199	16/12/7
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
5	Перекус	Хот-дог Бан ми	булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улушитель хлебопекарный "Таланто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, соус для кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дробжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор кантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал кукурузный, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), майонез с соевым соусом (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладиат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камень тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель b-каротин, подсластитель E954), соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь)), творт соевый (соевые бобы, вода), салат айсберг, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, куркума, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E 202), олпсны перец болгарский, пельма дайкон, кунжут, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	145	354	15/16/36
6	Десерт	Парфе Панчо	крем (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр мягкий 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладиат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камень тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), молоко сгущенное (цельное коровье молоко, сахар-песок (сахароза)), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль"), краситель натуральный "Карамельный колер"), лимон), бисквиты (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сахар, мука пшеничная, меланж яичный, какао-порошок, разрыхлитель теста (разрыхлители гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), соль), начинка (вишня с/м, вода питьевая, сахар, смесь термостабильная (стабилизатор (E1422), загуститель (E1414), крахмал картофельный, технологическое вспомогательное средство: агент антислеживающий (E551)), топпинг "Шоколад" (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, какао порошок, сгущенное молоко, загуститель пектин, стабилизаторы-эмульгаторы: лецитин, полифосфат натрия и камедь рожкового дерева, ароматизаторы, консервант сорбат калия, регулятор кислотности лимонная к-та, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	130/20	446	7/21/57
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Тыквенный омлет с творогом и сыром фета	тыквенный омлет (основа для омлета (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), пюре тыквенное (тыква, соль пищевая), соль пищевая, перец черный молотый), тыква запеченная (тыква, масло подсолнечное, розмарин свежий, прованские травы), творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр рассольный 55% (обезжиренное пастеризованное молоко, растительные жиры, соль пищевая, молокосвертывающий фермент микробного происхождения, регулятор кислотности: лимонная кислота), семена тыквы), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль пищевая, перец черный молотый), петрушка	Нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	140/20	238	14/16/9
2	Обед	Бифштекс в сливочно-перецном соусе	бифштекс (фарш (говядина, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), соль, смесь специй), масло подсолнечное), соус перечно-сливочный (молоко 3,2% (молоко нормализованное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизованное растительные и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соус дэмилгас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, иодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), сливки 22% (сливки нормализованные), соль), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	85/30	188	19/7/12

		Картофельное пюре	картофель, молоко 3.2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	255	5/10/37
3	Полдник	Бурек с рассольным сыром	бурек (начинка сырная (сыр рассольный (обезжиренное пастеризованное молоко, растительные жиры, соль пищевая, молокооствертывающий фермент микробного происхождения, регулятор кислотности: лимонная кислота), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур)), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокооствертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамадипат ацетилованный (курузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия)), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, укроп, перец черный молотый, соль), тесто фило (мука пшеничная в/с, вода, крахмал кукурузный), масло растительное, клетчатка пшеничная, соль, консервант-сорбат калия, вещество для обработки муки - L-цистеин), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур)), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), масло подсолнечное), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	100	400	13/30/19
4	Ужин	Куриные фрикадельки в сливочном Деми-глассе	куриные фрикадельки (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), лук репчатый, соль, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус демиглас(пшеничная мука, крахмальный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), лук репчатый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	95/30	182	19/8/9
		Лапша Зеленый чай	лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, чай зеленый, семена кунжута белого	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	237	7/5/41
5	Перекус	Пай из индейки с грибами	начинка для пая (индейка грудка су-вид (филе индейки, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), корица, бадьян), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокооствертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокооствертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), меланж яичный, укроп, петрушка), основа для пиццы (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия),	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	120	315	20/18/19
6	Десерт	Маффин Тирамиссу с вишней	желе (крем (сыр маскарпоне (молоко пастеризованное, сливки пастеризованное, лактоза, регулятор кислотности - лимонная кислота, антиокислитель - натуральный экстракт розмарина), сливки растительные для взбивания (вода, растительное масло (рафинированное, дезодорированное пальмидиоровое масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор е466, эмульгатор (е460(i), е472b, е474e) влагоудерживающий агент е420, регулятор кислотности е399 (ii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), сахарная пудра, какао-порошок, кофе растворимый (кофе натуральный растворимыйпорошкообразный, кофе натуральный жареный молотый)), наполнитель "Вишня" (вишня, сахар, вода, модифицированный крахмал, регулятор кислотности E330, консервант E202), желатин (вода, желатин (желатин), сахарная пудра, какао-порошок, кофе растворимый (кофе натуральный растворимыйпорошкообразный, кофе натуральный жареный молотый), печенье "Савоярди" (мука из мягких сортов пшеницы, сахар, яйцо 26%, разрыхлители (карбонат натрия, карбонат аммония), ароматизаторы натуральные (лимон, ваниль), соль), соус вишневый (наполнитель "Вишня" (вишня, сахар, вода, модифицированный крахмал, регулятор кислотности E330, консервант E202), вода, крахмал кукурузный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	60/30	207	4/12/22
My-food "ПРОСТО" 6 блюд	Дата доставки	27-29.04.2024 / 27-29.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (схорлупаю точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда(соуса)	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша кукурузная с грушевым конфитюром	каша кукурузная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа кукурузная, сахар, масло сливочное 82,5% (масло пастеризованное)), грушевый конфитюр (груша, вода, сахар, сироп "Груша" (сахар, вода питьевая концентрированный грушевый сок, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор натуральный "Груша", краситель натуральный "карамельный колер"), крахмал картофельный, кислота лимонная, агар-агар (агар E406 (загуститель, аген желирующий), стабилизатор, носитель), корица, гвоздика, краситель пищевой)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	250/30	370	10/9/62
2	Обед	Макаронны по-флотски	макаронные изделия отварные (макаронные изделия (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло подсолнечное, соль), фарш (говядина, соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, морковь, соус деми гласс (вода питьевая, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, смесь сухая деми гласс, масло оливковое, петрушка, соль, тимьян), пассеровка мучная (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суниллат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соль, чеснок гранулированный, тимьян, перец чёрный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	220	340	19/10/43

3	Полдник	Салат из чечевицы с томатным хумусом	чечевица зеленая, томатный хумус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), нут консервированный (горох нут, вода, соль, антиокислитель лимонная кислота L-аскорбиновая (e300)), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, базилик свежий, лимон, соль пищевая, кинза, зира, хмели-сунели, перец черный молотый), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), томаты, капуста китайская, редис красный, шпинат, орехи кедровые, укроп	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	100/30	97	5/3/12
4	Ужин	Ленивая картофельная зразы с грибным жульеном	зразы (фарш для зразы (картофель отварной, филе куриное, говядина, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), желток яичный, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), меланж яичный, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), грибной жульен (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), концентрат грибной (соль, мальтодекстрин, усилители вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), сахар, растительный жир, ароматизаторы, крахмал кукурузный, грибы, регулятор кислотности лимонная кислота, лук, краситель сахарный колер III, экстракт дрожжей), соль, перец черный молотый), томаты конфи (томаты, масло подсолнечное, чеснок, орегано, сахар тростниковый, тимьян), капуста брокколи, укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	135/40/40	328	20/13/34
5	Перекус	Круассан с ветчиной и сыром	круассан (мука пшеничная хлебопекарная в/с, маргарин с содержанием жира 82,5%, вода питьевая, яйца куриные пищевые, соль поваренная пищевая, дрожжи хлебопекарные пресованные), Ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, начинка (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), сыр рассольный (пастеризованное обезжиренное молоко, растительный жир, сухое обезжиренное молоко, молочнокислый концентрат, соль пищевая, регулятор кислотности, глюконо-дельта-лактон, комплексная пищевая добавка, эмульгатор (e481), загуститель (e1442), желатин, стабилизатор (гуаровая камедь), монокосвертывающий фермент микробного происхождения), паста из базилика (растительное масло (подсолнечное, рапсовое), томатная паста, пряности (базилик, орегано, розмарин), соль, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, томаты, лук, сахар, чеснок, кедровые орехи, специи (перец чили, семена фенхеля), краситель экстракт паприки, антиокислитель токоферол)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	140	410	14/28/27
6	Десерт	Пирожное картошка	пирожное картошка (печенье "Юбилейное" (мука пшеничная, маргарин (растительное масло, вода, эмульгаторы (моно- и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин; соль, сахар, консервант сорбат калия, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, краситель бета-каротин, антиокислители (аскорбиновая кислота, альфа-токоферол), сахар, вода питьевая, крахмал кукурузный, сухое обезжиренное молоко, разрыхлители (E503ii, гидрокарбонат натрия); ароматизаторы ("Теплое молоко", "Концентрированное молоко"); эмульгаторы: лицитин соевый, E481); масло сливочное 82,5%, молоко стуженное 8,5%, какао-порошок); мусс (сыр творожный 65%, творог 1,8%, сироп ванильный, сироп миндальное молоко, мёд); какао-порошок, сироп ванильный.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70/60	515	11/35/39
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	А-ля хачапури	а-ля хачапури (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), меланж яичный, сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных молочнокислых микроорганизмов, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), мука пшеничная, сыр копченый адыгейский (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), масло подсолнечное, укроп), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева, соус не греется	135/20	449	19/35/15
2	Обед	Паста Болоньезе	паста отварная (макаронные изделия (мука их твердых сортов пшеницы, вода), масло подсолнечное, соль), фарш (говядина, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук перчатый, морковь, соус деми гласс (вода питьевая, лук перчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, смесь сухая деми гласс (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи (лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян), мучная пассеровка (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные)), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соль, чеснок сушеный, тимьян, перец чёрный молотый), сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, сахар, соль), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева, соус не греется	220	337	18/11/42
3	Полдник	Апельсиновый кекс с муссом	апельсиновый кекс (апельсины, меланж яичный, сахар, крупа кукурузная, ядро ореха миндаля, разрыхлитель для теста, масло подсолнечное), мусс апельсиновый (сливки растительные (вода, растительное масло (рафинированное, дезодорированное пальмидровое масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор e466, эмульгатор (e460(i), e472b, e474e) влагоудерживающий агент e420, регулятор кислотности e399 (ii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сироп "Апельсин" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктозный сироп, концентрированный сок апельсина, ароматизаторы, регулятор кислотности: лимонная кислота, загуститель гуммиарабик)), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	130	333	5/19/36

4	Ужин	Клопысы из птицы с сметанным соусом	клопысы (куриное филе, куриное бедро, морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), кабачки запеченные (кабачки, масло подсолнечное, соль пищевая, прованские травы), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антиспеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), монокосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), крупа манная, соль пищевая, паприка молотая, перец черный молотый), масло подсолнечное), сметано-огуречный соус (соус сметанный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная, соль пищевая, тимьян свежий), сметана 20% (сливки, закуска молочнокислых культур), укроп, соль пищевая, перец черный молотый), огурцы соленые (огурцы соленые, вода, соль, пряная зелень (укроп, хрен), регулятор кислотности - молочная кислота, чеснок, семена укропа), укроп	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/25	251	17/16/9
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	258	6/8/40
5	Перекус	Пьядина цезарь	курица запеченная (филе куриное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, прованские травы, соль, перец черный молотый), тортiglia (мука пшеничная в/с, вода, масла растительные рафинированные дезодорированные, сахар, разрыхлители (гидрокарбонат натрия е450 (II) Соль (соль, агент антислеживающий E536), глютен пшеничный, эмульгатор е471, регулятор кислотности е296, консервант е223), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, ксантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говьяжи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), салат романо, сыр твердый 45% (молоко пастеризованное, закуска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), масло подсолнечное, масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик свежий),	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	130	282	20/14/19
6	Десерт	Ореховая булочка Шу	сливки питьевые (нормализованные сливки, стабилизатор - каррагинан), вода питьевая, меланж яичный, мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, сахар-песок, масло сливочное с м.д.ж 82,5%, желток яичный пастеризованный, фиштаксовая паста (обжаренные фиштакты, соль, краситель E141), сухое обезжиренное молоко, крахмал кукурузный, патака крахмальная, желатин, соль, натуральные красители : микромоль зеленый, аквапан турмерик, семена ванилин, низан	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	48	231	2/15/22
My-food "ПРОСТО" 6 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Киш-лорен с ветчиной и овощами	киш-лорен (начинка (меланж яичный, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говьяжи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль), сыр рассольный "моцарелла" (молоко пастеризованное, соль пищевая, и использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закуска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), перец сладкий запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), соль, перец чёрный молотый), масло подсолнечное), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль); перец сладкий с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), петрушка.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	110/20/15	212	13/14/9
2	Обед	Вок с цыпленком и овощами	удон в сливочно-устричном соусе (лапша пшеничная (лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, семена кунжута), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия), семена кунжута, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), база с цыпленком (бедро куриное запеченное (филе бедра куриного, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соль, чеснок, орегано), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), семена кунжута, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жареные (грибы шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м отварная (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	125/100	508	19/24/53
3	Полдник	Сэндвич с говядиной	хлеб пшеничный зерновой (мука пшеничная хлебопекарная "Совитал концентрат" (мука ржаная обдирная, глютен пшеничный, ядро подсолнечника, пшеница дробленая, семена льна, кунжут, пшеница дробленая, отруби пшеничные), солод ферментированный, вода питьевая, дрожжи х/б прессованные, соль поваренная (соль), говядина в/к (говядина, вода, нитритная соль (соль поваренная, фиксатор окраски нитрит натрия), стабилизаторы (E450, E331), регуляторы кислотности (E451, E262), желирующий агент (хлорид калия), глюкоза, загустители (E407, E425), усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия), антиокислители (изоаскорбат натрия, аскорбиновая кислота, аскорбат натрия), ароматизаторы ("мясо", "перец"), подсолнечное масло), соус маринованный томат (томаты, лук репчатый, соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (е621) консервант бензоат натрия), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), укроп, масло подсолнечное, кинза, соль, чеснок сушеный), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель е1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна кориичевой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), сыр твердый (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (е509), красителя пищевого аннато (е160b) консерванта нитрата натрия (е251), консерванта натриямочная (е235)), майонез (ода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "Горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель, йодид калия, консервант E954), салат эйсберг, огурцы	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	105	247	12/12/22

4	Ужин	Куриное бедро в соусе Пад-тай	куриное бедро в соусе пад-тай (куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус-крем пад-тай (сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дирахмаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), йогурт греческий (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), соус пад-тай (сахар, вода, крахмальная патока, тамариндовая паста 8%, лук-шалот, соль, арахис, чеснок, соевый соус (соевые бобы, пшеничная мука, соль, вода), перец чили, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, натуральный краситель экстракт паприки), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм)), морковь припущенная, перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), фасоль стручковая на пару (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (е1422,е415) регулятор кислотности е260, имбирь молотый, консерванты (е211, е202), ароматизатор натуральный)), кинза, кунжут	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	100	197	12/8/19
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	184	6/5/30
5	Перекус	Мясной пирог на кефире с томатно-сливочным соусом	мясной пирог (тесто для пирога (кефир 3,2% (молоко нормализованное, закваска на кефирных грибах), мука пшеничная, меланж яичный, масло подсолнечное, сахар, соль, сода), фарш (говядина, филе куриное, лук репчатый, масло подсолнечное, укроп, соль, хмели-сунели), перец черный молотый), капуста брокколи с/м паровая, томаты, масло подсолнечное), соус томатно-сливочный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150/20	306	20/12/31
6	Десерт	Печенье Брауни с карамельным муссом	брауни (мука пшеничная), шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%), сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), меланж яичный, какао-порошок, разрыхлитель для теста, соль), крем (маскарпоне 80% (сливки пастеризованные), сливки растительные для взбивания (вода, растительное масло (рафинированное, дезодорированное пальмидиловое масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор е466, эмульгатор (е460(i), е472b, е474e) влагоудерживающий агент е420, регулятор кислотности е399 (iii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), топпинг "карамель" (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, ступенное молоко, краситель пищевой сахар колер, загуститель пектин, ароматизаторы, стабилизаторы эмульгаторы: камедь рожкового дерева, полифосфат натрия и лактилат натрия, регулятор кислотности лимонная к-та, консервант сорбат калия, соль), сахар, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	100/30	558	9/32/59
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	01-02.04.2024 / 30.04.2024 / 01-02.05.2024 / 30-31.05.2024 / 01.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Рисовая каша на молоке с курагой	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа рисовая, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота)), курага	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	200/15	210	5/4/38
2	Обед	Куриный шницель с медово-горчичным соусом	куриный шницель (филе куриное, кляр (панировка (мука (пшеничная, рисовая) соль, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, крахмал кукурузный, мальто-декстрин, специи и пряности (чеснок, черный перец, перец чили кукурма), регулятор кислотности E500, E330, E 450; экстракт дрожжей, ароматизатор, краситель: экстракт паприки), вода), панировка (сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), сыр твердый (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молкосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), паприка, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка (мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соль, тимьян), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), мед, бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукурма, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и сульфат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислители E320, E321)), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	110/20	262	24/8/23
		Паста пенне	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	290	9/6/49
3	Полдник	Винегрет	свекла отварная, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), картофель отварной, заправка (сахар, соль, крахмал кукурузный, специи натуральные: перец черный, горчица, кукурма; эмульгатор (лецитины (подсолнечный)), порошок сока лимона, натуральные ароматизаторы, экстракт дрожжей, красители (кукурмин, сахарный колер IV, технологическое вспомогательное средство: (ксантановая камедь)), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряности), подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), горошек зеленый с/м	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	160/20	191	3/11/20

4	Ужин	Люля кебаб из куриного бедра с аджикой	люля-кебаб (фарш (филе куриного бедра, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), минеральная вода газированная, кинза, укроп, соль, масло подсолнечное, кумин молотый, хмели-сунели, перец черный молотый), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец чёрный молотый), аджика (перец красный острый, соль, укроп, кориандр, чеснок, пажитник, хмели-сунели, уксус, консервант натрия), сахар), лаваш (мука пшеничная, вода питьевая, соль), лук красный маринованный (лук красный, уксус винный (вино, антиокислитель е224), сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламаты натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), гранат, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	145/20	279	21/11/24
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	235	7/3/45
5	Перекус	Сэндвич Крок-месье	намазка сырная (соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (Е1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль Е339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, Е385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), сыр твердый 50% (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (е509), красителя пищевого аннато (е160b) консерванта нитрата натрия (е251), консерванта натамицина (е235)), сыр твердый 45% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (Е224)), хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (Е300, Е307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопашный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (Е170), эмульгатор (Е472e), антиокислитель (Е300), ферменты (альфа-амилаза и гemicеллюлаза)), ветчина из индейки (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (Е451iii, Е451ii), загуститель и стабилизат (Е407), желирующий агент (Е508), антиокислитель (Е316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (Е621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель Е120), яичный скрэмбл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка)), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	310	13/18/25
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/доу са	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Сырники клубника в шоколаде	сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закуска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, молоко 3,2% (молоко нормализованное), сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозо-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль)), крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное)), мусс шоколадный (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закуска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), какао-порошок, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламаты натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), глазурь шоколадная (шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (Е322) (0,5%), ванилин (0,1%), масло подсолнечное), зефир маршмеллоу (кукурузный сироп, сахар, вода, желатин, декстроза, сорбит, кукурузный крахмал, ароматизатор ваниль, собрат калия, красители Е102, Е129, Е133, стабилизатор - тетрапирофосфат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	140	399	17/23/31
2	Обед	Куриный рулет с сезонными овощами	куриный рулет (куриное филе, начинка (кабачки запеченные (кабачки, масло подсолнечное, соль пищевая, прованские травы), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (Е1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль Е339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, Е385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий)), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, монокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (е509), консервант нитрат натрия (е251) краситель натуральный пищевой Аннато Экстракт), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (Е224))), Сырная начинка (соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (Е1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль Е339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, Е385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, монокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (е509), консервант нитрат натрия (е251) краситель	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	110	235	21/14/6
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
3	Полдник	Блинчики с облепихово-манговым вареньем	блинчики (вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), варенье (сок апельсиновый (апельсиновый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре облепихи с/м, сахар, облепиха с/м, пюре манго с/м (манго Альфонсо, сахар 9,9%, аскорбиновая кислота), крахмал кукурузный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/20	253	5/10/38

4	Ужин	Фрикадельки в кокосово-имбирном соусе	фрикадельки (фарш (куриное бедро, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), кокосово-имбирный соус (молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), имбирь корень, масло подсолнечное, соль, имбирь молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/25	273	18/17/12
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
5	Перекус	Буррито с куриным филе и овощами	тортилья (мука пшеничная, вода, масло подсолнечное, сахар, разрыхлитель, соль, эмульгатор), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный молотый); сыр "моцарелла" (сахар, вода, крахмальная патока, тамириновая паста 8%, лук-шалот, соль, арахис, чеснок, соевый соус (соевые бобы, пшеничная мука, соль, вода), перец чили, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, натуральный краситель экстракт паприки), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель е1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна коричневой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, кукурма), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель Е385), перец сладкий с/м запеченный (перец сладкий с/м, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антиспелтывающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), монокосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	342	22/13/33
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Страта с ветчиной и беконом из индейки	страта (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), петрушка, укроп, соль, перец черный), начинка (ветчина индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гамицеллюлаза)), сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), масло подсолнечное, чеснок гранулированный, паприка молотая, орегано), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	200	12/13/9
2	Обед	Митлоф с соусом Барбекю	митлоф (фарш (куриное филе, говядина, морковь, меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, перец чёрный молотый), масло подсолнечное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	65/20	120	14/3/9
		Соба с кунжутом	соба (лапша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), соль, подсолнечное масло, семена кунжута)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
3	Полдник	Грибной жульен с ветчиной в тарталетке	начинка (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жареные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120 петрушка, укроп), тарталетка (мука пшеничная в/с, эссенция, меланж, растительные жиры, ванилин, соль), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	266	10/19/12
4	Ужин	Чкмерули из шпленка в сливочно-чесночном соусе	соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), куриное бедро запеченное (бедро куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), лук репчатый, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукурма, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), укроп, кинза, хмели-сунели, соль, мята, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	297	18/19/13
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	236	4/5/43

5	Перекус	Пицца Маргарита	основа для пиццы(мука пшеничная, масло оливковое, дрожжи, сахар, разрыхлитель теста), томаты, сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молочносвертывающего ферментного препарата микробильного происхождения), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	100	266	12/12/27
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	03-05.04.2024 / 03-05.05.2024 / 02.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая на молоке	каша гречневая (молоко 3.2% (молоко нормализованное)), крупа гречневая, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	180	266	9/5/46
2	Обед	Суфле из птицы	суфле (бедро куриное филе, меланж яичный, майонез постный 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), мука пшеничная в/с, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), соль, укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/30	243	19/14/10
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	184	6/5/30
3	Полдник	Овощной салат	томаты, салат айсберг, огурцы, масло подсолнечное, укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	115/10	111	1/10/4
4	Ужин	Куриное филе в бамбуковом соусе	курица Кунг-пао (филе куриное су-вид(филе куриное, масло подсолнечное, тимьян, соль, перец черный молотый, розмарин), соус (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракт специй), мед натуральный, соус чили острый (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель канатная камедь), ткмали (сливовое пюре, чеснок свежий, хмели-сунели, перец красный молотый, соль, сорбиновая кислота, краситель пищевой "Кармаузин"), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), смесь сухая деми глас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота))), соус "Жидкий дым"), лук красный, перец сладкий с/м запеченный (перец сладкий с/м, масло подсолнечное), масло подсолнечное, ядро арахиса, лук зеленый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	253	22/10/18
		Лапша фунчоза	лапша рисовая, масло подсолнечное, соль, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	198	0/5/38
5	Перекус	Блинчики с курицей грибами	блинчики (вода, молоко 3.2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), фарш с курицей и грибами (бедро куриное запеченное (куриное бедро, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	180	395	20/21/31
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничный пудинг с клюквенным киселем	пшеничный пудинг (замес (каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), меланж яичный, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), ядра миндаля (ореха), кисель клюквенный (вода питьевая, клюква, сахар, крахмал картофельный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	110/30	256	8/13/27

2	Обед	Котлета Юрате из индейки с яйцом	котлеты юрате (фарш (филе индейки, филе бедра куриного, яйца отварные куриные (яйца куриные пищевые обогащенные селеном, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные, грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	55/25	174	11/10/10
		Лапша с овощами	макаронные изделия (мука из твердых сортов пшеницы, вода), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, чеснок), петрушка, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	164	5/4/27
3	Полдник	Банановый сырник с творожным муссом	сырник (фарш для сырников (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), пюре банановое с/м (банан, аскорбиновая кислота), молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа манная, меланж яичный, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), ванилин), масло подсолнечное), мусс (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сахар, сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), ванилин, мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	65/30	174	11/8/15
4	Ужин	Куриное карри с шампиньонами и луком	бедро куриное запеченное (куриное бедро, масло подсолнечное, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), вода питьевая, соль, чеснок, орегано), соус карри (вода, масло подсолнечное, сахар, уксус, яичный желток, загустители (е1442, ксантановая камедь), томатная паста, соль, пряность карри (куркума, имбирь, перец черный, перец чили, паприка, кориандр, корица, гвоздика), ароматизаторы натуральные (содержат сою), регулятор кислотности - лимонная кислота, краситель - каротин), грибы шампиньоны, лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, петрушка, карри (куркума, кориандр, имбирь, лук, кумин, петрушка, мускатный орех, гвоздика, корица, перец душистый, шамбала, перец белый, перец чили), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	282	29/14/11
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
5	Перекус	Наггетсы куриные	наггетсы куриные(куриное мясо,вода, мука пшеничная,мука рисовая, масло подсолнечное, клетчатка соевая, крахмал,соль,дрожжи, куркума, паприка,разрыхлитель), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральных, соль, экстракты специй)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/25	349	32/19/13
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Лимонный сырник с малиновым джемом	сырники из творога (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), мука пшеничная высшего сорта, сахар, желток яичный, соль, ванилин), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), малиновый джем (крахмал кукурузный, вода питьевая, мята свежая, пюре лимона с/м, сахар, малина с/м).	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	70/25	224	8/8/30
2	Обед	Чили кон-карне	чили кон-карне (соус томатный база (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), паста томатная), филе куриное, бульон овощной (бульон овощной сухой (соль, овощи сушеные, специи и их натуральные экстракты (лук, морковь, сельдерей, пастернак, куркума, мускатный орех; гидролизат растительного белка (кукуруза), мальтодекстрин, экстракт дрожжей, крахмал картофельный, масло растительное (подсолнечное)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), фасоль консервированная (фасоль консервированная красная (красная фасоль, вода, соль), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, петрушка), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	142	12/5/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39

3	Полдник	Панини Маргарита с ветчиной	панини (булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, сахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), ветчина из индейки (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), сыр рассольный 45% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молочосвертывающего ферментного препарата микробильного происхождения), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молочосвертывающего ферментного препарата микробильного происхождения), томаты свежие, масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	105	310	13/18/24
4	Ужин	Куриное бедро в сметане с грецким орехом	филе бедра куриного, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), масло подсолнечное, чеснок, ядро грецкого ореха, соль, перец черный молотый; томаты запеченные (томаты, масло подсолнечное, чеснок, орегано, сахар тростниковый, тимьян), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	135	353	27/25/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
5	Перекус	Хот-дог	булочка (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, сахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), сосиски (говядина, вода, мясо птицы м. о. куриное, белковый стабилизатор, масло растительное, соевый белок, картофельный крахмал, сухое молоко, филе куриных грудок, соль, сахар, стабилизаторы E401, E407, камеди (гуаровая, ксантановая), E452, E471, нитритно-посолочная смесь, ароматизаторы, усилитель вкуса и аромата E621, пряности, краситель E120, аскорбиновая кислота, агент антислеживающий E551), майонез (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель e1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна горчицы, горчица, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), лук репчатый фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	180	421	11/25/39
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	06-08.04.2024 / 06-08.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша пшеничная с яблочным джемом	каша (молоко 3,2%, крупа пшено, сахар, соль), джем яблочный (яблоко, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп "яблоко" (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота)), лимонная кислота, краситель пищевой желтый, гвоздика молотая, корица молотая)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	200/50	292	8/5/54
2	Обед	Куриный маффин	маффин (фарш (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соус кимчи (соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксанталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), чеснок, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый гауда (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молочосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), томаты, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), лук репчатый, масло подсолнечное, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	85	168	17/8/6
		Паста фарфалле с базиликом	макаронные изделия, масло подсолнечное, базилик, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	232	9/7/34

3	Полдник	Картофельный салат с ветчиной и переперони	горчицная заправка с огурцами (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель Б-каротин, подсластитель E954), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), бульон куриный эко (вода, бульон курный эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), мед, соль), картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), салат лайсберг, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451 iii, E451 ii), загуститель и стабилизатор (E407), желатирующий агент (E508), антиокислитель, (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), олята маринованные (грибы намокло целые, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), колбаса переперони восточная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (E 401, E 405), уплотнитель (E 516), пряности, антиокислитель, (E 300, E 306), ароматизатор (Салямия копченая), усилитель вкуса и аромата(E635); красители(кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (E250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), лук зеленый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	115/30	226	6/17/13
4	Ужин	Куриное бедро в медово-горчицном соусе	куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус медово-горчицкий (вода, масло подсолнечное, загуститель e1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна горчицы, горчица, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчицкий порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), брокколи, лук репчатый, масло подсолнечное, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка (соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	267	18/17/11
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
5	Перекус	Панини с копченым сырком и яйцом	булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таланто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), куриное филе в/к (грудка кур, вода питьевая, комплексная добавка (регулятор кислотности (E451 i), декстроза, мальтодекстрин, загустители (E1422, E415), усилитель вкуса и аромата (E621), консерванты (E250, E202), регулятор кислотности (E262), соль пищевая, антиокислители (E330, E334), агент антислеживающий (E551)), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молоковертывающего ферментного препарата микробального происхождения), соус томатный (томаты в/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, приправа универсальная, сахар, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	362	20/16/35
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Домашняя гранола	йогурт 7%, гранола (мюсли, изюм, кокосовая стружка); варенье (клубника с/м, сахар, пюре лимон); мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	45/70/25	279	8/10/40
2	Обед	Шведские фрикадельки с кисло-сладким соусом	фрикадельки (курица, вода, сухари панировочные (мука пшеничная в/с, дрожжи), лук, растительное масло(рапсовое), яичный порошок, стабилизатор (загуститель E461 крахмал картофельный, комплекснообразователь E576, добавка E460, E500), соль поваренная пищевая, комп.пищ.добавка (стабилизаторы и регуляторы кислотности E450, E451, E452), сахара, декстроза, усилитель вкуса и аромата: глутамат натрия, антиокислитель, аскорбиновая кислота, специи, экстракты специй), соевый белок, пшен. волокна, бульон, натур. ароматизатор, карамелизованный сахар, петрушка, куркума), масло подсолнечное), соус (маринад (соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422, e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), имбирный сок, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант собрат калия), соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый белок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор канталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), фанозл стручковая с/м, перец болгарский с/м, морковь, масло подсолнечное)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	65/30	290	5/21/20
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
3	Полдник	Сырник с манго и малиновым джемом	сырники (творог 1,8%, сыр творожный 65%, молоко 3,2%, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло оливковое, апельсинсы, сироп ванильный); гель малина зеркальная, наполнитель фрутидор манго, масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерей, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70/20	220	9/9/25

4	Ужин	Индейка с овощами в сливочном соусе	филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) филе индейки су-вид (филе индейки, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), бадьян, корица), молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), морковь, биолюгурт 2,8% (молоко нормализованное, стабилизатор е1422, пектин, молоко сухое обезжиренное, закваска молочнокислых культур), лук репчатый, перец с/м запеченный, сливки 22% (сливки нормализованные), баклажаны, масло подсолнечное, зеленый горошек с/м, паста том-ям (пемонграс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), сахар, карри, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), соль, крахмал картофельный, петрушка, кинза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	244	13/17/11
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39
5	Перекус	Пицца с картофельно-трифельным кремом и грибами	основа для пиццы (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия), картофельно-трифельный крем (пюре картофельное (картофель отварной, соль), крем трифельный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), картофельное пюре (картофель отварной, соль), масло трифельное, бульон грибной сухой эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), соль), опята запеченные (опята маринованные (грибы намокло цельные, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), масло подсолнечное, соль), сыр полутвердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молоковертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молоковертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), эстрагон	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	236	9/8/32
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/доу са	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Скрембл с томатным соусом	скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	145/40	216	14/15/7
2	Обед	Бефстроганов куриный	куриное филе запеченное (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), мускатный орех, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	105	203	19/11/7
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
3	Полдник	Слойка с капустой	начинка (капуста жареная (капуста белокочанная, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый жареный, масло подсолнечное), соль, перец черный молотый), тесто слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), желток яичный	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	100	215	5/11/25
4	Ужин	Куриное бедро в перечном соусе	филе куриного бедра запеченное (филе куриного бедра, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), капуста брокколи, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизированные растительные и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам), масло подсолнечное, соль), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	244	17/16/9
		Гречка отварная	крупа гречневая, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	231	8/2/45

5	Перекус	Хот-дог Болоньезе	булочка для хот дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), болоньезе для хот-дога (говядина, филе куриное, лук репчатый, соус томатный (томаты очищенные в с/с, вода питьевая, паста томатная,масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, базилик, паприка), сыр твердый (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), моноксультывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), салат айсберг, горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (е1422, е415) соус марина терияки, регулятор кислотности е260, ароматизатор, краситель е150d, перец черный, паприка красная, консервант е211), соус сырный (вода, масло подсолнечное, уксус, загустители (E1442, ксантановая камедь), яичный желток, сахар, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), ароматизаторы, консерванты (сорбиновая кислота, E385), краситель каротин), лук фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	165	345	19/16/31
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	09-11.04.2024 / 09-11.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша овсяная	каша овсяная (молоко 3,2%, овсянные хлопья, сахар, соль); соус (крем заварной (молоко 3,2%, сухая смесь заварной-крем, масло сливочное 82,5%, сироп ванильный); смородина с/м, черника с/м); цукаты, ядро ореха миндаль	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150/40	271	7/9/40
2	Обед	Ежики в томатном соусе с овощами	ежики (фарш (говядина, филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), рис отварной (крупа рисовая, соль, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), минеральная вода с газом, смесь специй для фажитос, соль, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус томатный (томаты в с/с, чеснок, кинза, сахар, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый), фасоль стручковая с/м паровая (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), соус для вок (вода, соль, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), усилитель вкуса и аромата E621, E627, E631; ароматизаторы, регуляторы кислотности E330, E260, E331, краситель E150c, консервант сорбат калия, подсластитель аспартам), смесь специй для фажитос, сахар, соль, майоран, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	90/30	188	15/7/16
		Картофель по-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	144	3/5/21
3	Полдник	Салат из цветной капусты и корейской моркови с ореховой заправкой	капуста цветная запеченная (капуста цветная отварная (капуста цветная с/м, соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), имбирь маринованный (имбирь, вода, соль, сахар, уксусная кислота (E260), лимонная кислота (E330), глутамат натрия (E621), сорбиновая кислота (E202), аспартам (E951), пищевая краситель (E129)), заправка ореховая (вода питьевая, масло подсолнечное, соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260), антиокислитель (E386)), заправка салатная (кукурузный крахмал, сахар, соль, лук, гороховая мука, красный перец, сладкая паприка, специи и приности (чеснок, петрушка, черный перец, зеленый лук, орегано), кукурузное масло, экстракт кукурузы), капуста китайская, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, кукуруза, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E 202), семена тьяквы, петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	115/25	208	5/15/12
4	Ужин	Лапша Лю-мейн	макаронные отварные ((мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло оливковое, соль), смесь для лапши (бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, соус для кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (е621) консервант бензоат натрия), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал кукурузный, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), соус бешамель ((молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), перец болгарский, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), морковь, лук красный тринь (лук красный, соль, орегано, чеснок), молоко 3,25 (молоко нормализованное), соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), масло кунжутное, кунжут, имбирь корень), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130/120	556	25/28/51
5	Перекус	Блишечки с ветчиной и грибами	блинчик(вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль); начинка(грибы шампиньоны, ветчина из индейки (ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжий, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты приностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), масло подсолнечное), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	190/20	445	16/27/33
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Скрембл с картофелем, пепперони и зеленым горошком	Состав:яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), картофель жареный с луком (картофель жареный (картофель, масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), колбаса пепперони запеченная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (E 401, E 405), уплотнитель (E 516), приности, антиокислитель (E 300, E 306), ароматизатор (Салями копченая), усилитель вкуса и аромата(E 635), красители(кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (E250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура),горох с/м на пару (горох зеленый с/м, масло оливковое, соль), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	165/30	299	12/18/22

2	Обед	Куриное бедро в тайском стиле	Бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус "Адобо" (вода, соус томатный (томаты в собственном соку (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная, вода, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаирида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, крветочный порошок, каффир-лайм), соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), крахмал картофельный, чеснок, имбирь корень, бадьян целый, корица, кардамон), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	239	21/13/9
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	236	4/5/43
3	Полдник	Медовый бисквит с кремом из вареной сгущенки	медовый бисквит (гесто медовый бисквит (мед, меланж яичный, мука пшеничная, мука миндальная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, разрыхлитель, сода, уксус винный (вино, антиокислитель E224)), крем (молоко сгущенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), пропитка (мед, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп, экстракт кленовый, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), вода), сливки растительные (вода питьевая, заменитель молочного жира (масла растительные рафинированные дезодорированные в натуральном и модифицированном виде: пальмовое, подсолнечное, рапсовое, пальмоядровое, антиокислитель E306), молоко сухое обезжиренное, комплексная пищевая добавка (эмульгатор E427c, стабилизаторы E415, E410, E401), регуляторы кислотности (цитрат натрия 3-замещенный, орто-фосфат натрия 2-замещенный), ароматизатор натуральный "Сливки", краситель натуральный "Бета-каротин")), ядра ореха грецкого	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	105	396	8/23/40
4	Ужин	Куриный стейк капрезе	куриный стейк (филе куриное, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), соль, перец черный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	186	26/7/4
		Соба с кунжутом	лапша гречневая, масло подсолнечное, соль, кунжут.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
5	Перекус	Запеченная тарталетка с курицей	начинка (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец чёрный молотый), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и сульфат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, агустиители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), тарталетка (мука пшеничная, масло сливочное 82,8%, яйцо куриное, маргарин, продукт монокосвертывающий произведенный по технологии сметаны мдж 20% (обезжиренное молоко, масло сливочное, закваска), соль), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	85	226	9/14/17
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творожная запеканка с песочным крастом	запеканка(творог 1.8%, сыр творожный 65%,молоко 3,2%, сахар,куриное яйцо, манная крупа, масло оливковое, апельсин, сироп ванильный);тесто(мука пшеничная,масло сливочное 82,5%, сахар , яйцо куриное,разрыхлитель теста); мак пищевая, корица, варенье(вишня с/м,сахар, крахмал кукурузный,люре лимона с/м); мята свежая	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	125/30	451	15/19/57
2	Обед	Куриное бедро в ореховом соусе	куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, лимонный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260), антиокислитель (E386)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, соль, петрушка, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	120	326	21/22/11
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	258	6/8/40

3	Полдник	Сэндвич с переперони	хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопашный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемцеллюлаза)), сыр рассольный (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антиислеживающий E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия), колбаса (грудки куриные, жир говяжий, вода, гидратированный соевый белок, пшеничные волокна, соль нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), пряности (паприка сладкая, чеснок, перец красный), сахар, ароматиз (салами, чили), экстракты пряностей (перец красный, паприка, перец черный), масло подсолн., стабилизаторы (альгинат натрия, дигидропирофосфат натрия), регулятор кислотности сульфат кальция, антиокислители (аскорбиновая к-та, токоферолы), усилитель вкуса и аромата: 5-рибонуклеотиды натрия, красители (экстракт паприки, кармины, сахарный коллер III), стартов культуры)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	135	377	11/21/37
4	Ужин	Запеканка из индейки с картофелем дюшес	запеканка (картофельное пюре с желтком (картофельное пюре (картофель, соль), желток яичный, сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), монокосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), сливки 22% (сливки нормализованные), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), фарш из индейки обжаренный (филе индейки, бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный коллер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), масло подсолнечное), брокколи запеченная (капуста брокколи с/м, масло подсолнечное, соль), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр твердый 45% (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный коллер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	125/30	291	16/18/17
5	Перекус	Пай в тесте с ветчиной и грибами	ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120)), меланж куриный, тесто бездрожжевое слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), грибы шампиньоны жареные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, соль, чеснок, розмарин, перец черный молотый), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, петрушка, укроп, тимьян	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	125	308	13/23/13
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	12-14.04.2024 / 12-13.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорпупакос точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Кукурузная каша	каша кукурузная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода питьевая, крупа кукурузная, сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333), мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	300	389	12/11/61
2	Обед	Паста с мидиями и маком в сливочно-творожном соусе	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль; сливочный соус с мидиями (мидии запеченные (мидии, масло зеленое (масло подсолнечное, петрушка, укроп), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), кабачки, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, масло трюфельное, мак пищевой жареный, соль, тимьян, перец черный молотый), сыр "пармезан", микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/100	376	17/21/30
3	Полдник	Салат из пекинской капусты с ветчиной	ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), заправка (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель B-каротин, подсластитель E954), хрен сливочный (хрен тертый, масло рапсовое рафинированное дезодорированное 22%, взбитые сливки (10%), сливовой уксус, вода, глюкозно-фруктозный сироп) сахар, молочная сыворотка, соль, загустители: гуаровая камедь, канталовая камедь, регулятор кислотности лимонная кислота, антиокислитель пиросульфит, диоксид титана, натуральный ароматизатор лимон), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), петрушка), капуста китайская, огурцы, кукуруза консервированная ((кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), перец болгарский, петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрев	110/25	118	5/7/8
4	Ужин	Маффин марешаль с соусом сальса	маффин марешаль (фарш куриный (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное, соль), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), грибной жульен (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный коллер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)), соус сальса (томаты резаные, томатная паста, вода питьевая, перец сладкий, лук, сахар, соль, лимон, чеснок, масло растительное, кинза, перец красный, консервант-сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/25	177	11/12/6

		Рис отварной	рис, масло подсолнечное, соль,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	266	4/10/41
5	Перекус	Картофельные вареники	вареники с картофелем (мука пшеничная, картофель, вода, репчатый лук, масло подсолнечное, соль, перец чёрный молотый) масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), масло подсолнечное, соль, лавровый лист, укроп, петрушка), соус сметанный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), соль, перец черный молотый), лук жаренный - фри (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль), укроп.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	225/30	505	11/24/60
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупа/количество)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/сырса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Гранола с клубничным йогуртом и семенами чиа	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (геркулес, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозная кислота), кокосовая стружка, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), кокосовая вяленая, клюква вяленая, вишня вяленая, мед натуральный, масло подсолнечное), пюре клубничное (клубника с/м, сироп клубничный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль), сахар), ядро ореха миндаль, мята, семена чиа	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70/45/28	293	8/10/43
2	Обед	Солянка с мясным фаршем	капуста белокочанная, вода, филе куриное, говядина, лук репчатый, морковь, паста томатная (паста томатная, вода), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и сульфат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), масло подсолнечное, чеснок, соль, сахар, укроп, лавровый лист, паприка,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250	225	16/7/23
3	Полдник	Кокосовые панкейки	тесто(молоко кокосовое, мука пшеничная, яйцо куриное, масло подсолнечное, сироп кокосовый, сахар, кокосовая стружка, разрыхлитель, соль), масло подсолнечное; мусс(сыр творожный 65%, сироп кокосовый, творог 1,8%), цукаты, мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	80/50/10	410	5/19/20
4	Ужин	Гуляш из птицы	куриное филе су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано), вода, помидоры, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), масло подсолнечное, пассеровка мучная (мука пшеничная, масло подсолнечное), смесь сухая "Деми Глас" (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, курица, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы, Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, тмин молотый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	154	15/6/10
		Картофельное пюре	пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 82,5%, соль); петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
5	Перекус	Сырный пирог	тесто (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль(соль, агент антислеживания E536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), меланж яичный, укроп, масло подсолнечное.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	407	22/23/28
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупа/количество)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/сырса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Вишневые сырники	сырник (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), пюре вишневое (вишня с/м, сахар), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тара), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), сахар, крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер")), желе (сок вишневый (вишневый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре вишневое с/м (вишня, сахар), вода, желатин (желатин), вода), мед, агар-агар (агар E406 (загуститель, аген желирующий, стабилизатор, носитель))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	120	262	11/10/31

2	Обед	Зраза с сырым муссом	зраза (фарш (бедро куриное, филе куриное, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), сырная кнель (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сыр твердый (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус из копченого лука (сок томатный, лук репчатый, паста томатная, масло подсолнечное, лимонный сок (вода, лимонная кислота, сахарозаменитель), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), сахар, соус "Жидкий дым", паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	95/25	272	20/16/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	240	7/6/39
3	Полдник	Куриный террин с желе из перца и пюре из чернослива	куриный террин (фарш (куриное бедро, куриное филе, сливки 22% (сливки нормализованные), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, крахмал (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль пищевая, перец черный молотый), масло подсолнечное), чернослив, хлебцы ржаные (мука ржаная хлебопекарная обдирная, вода питьевая, отруби пшеничные, соль, дрожжи хлебопекарные, солод ржаной, эмульгатор соевый лецитин), лук фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль), шпинат	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	85/12	172	11/7/14
4	Ужин	Куриное филе в мексиканском соусе	куриное филе в соусе (куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус Тако (томаты резаные 70%, перец сладкий, томатная паста, лук, сахар, соль пищевая, чеснок, масло растительное подсолнечное, уксусная кислота - регулятор кислотности, петрушка, перец красный, перец халапеньо, кориандр, консервант - сорбат калия), морковь запеченная (морковь, соль, тимьян, масло подсолнечное), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), масло подсолнечное, кинза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	149	15/6/8
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
5	Перекус	Жульен из курицы, ветчины и грибов в тарталетке	тарталетка (мука пшеничная в/с, эссенция, меланж, растительные жиры, ванилин, соль), ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюконоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, тимьян), мускатный орех, микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	95	226	12/15/10
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	15-17.04.2024 / 15-17.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) по точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничная каша с клубникой и шоколадом	каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль)), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, соль), декор шоколадный (сахар, какао тертое, какао-масло, эмульгатор соевый лецитин, ароматизатор Ванилин)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	250	436	12/20/51
2	Обед	Паприкаш по-венгерски	паприкаш (куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), томаты, перец болгарский с/м, лук репчатый, масло подсолнечное, приправа универсальная, сахар, соль, паприка, соус (крахмалы (кукурузный, картофельный), волокна пищевые, сливки молочные сухие, мука пшеничная, гидролизат растительного белка (кукуруза), соль, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, натуральные экстракты специй: мускатный орех, перец черный; технологическое вспомогательное средство: носитель (камедь гуаровая), перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	115	259	19/16/10
		Гречка по-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39

3	Полдник	Капустный салат с куриной грудкой	куриная грудка су-вид (грудка куриная филе, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), майонез ким-чи (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), лимонный ким-чи (масло подсолнечное, соус для ким-чи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) поре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (е621) консервант бензоат натрия), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), чеснок, сахар, лимоны, соль, кинза, базилик, перец черный молотый), капуста белокачанная, перец сладкий, морковь, капуста краснокочанная, горошек зеленый консервированный (горох овощной свежий из мозговых сортов, вода питьевая, сахар, соль поваренная пищевая), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	110/25	171	10/11/9
4	Ужин	Ленивые голубцы в томатном соусе	ленивые голубцы (фарш (капуста белокачанная, филе куриное, говядина, лук репчатый, молоко 3,2%, хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная, укроп, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), смесь специй, соль), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок)), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требует разогрева	150/30	298	22/16/16
5	Перекус	Курица с картофелем	тесто слоеное бездрожжевое, фарш (филе куриное, соус карри (вода, масло подсолнечное, сахар, уксус, яичный желток, загустители (e1442, ксантановая камедь), томатная паста, соль, пряность карри (кукурма, имбирь, перец черный, перец чили, паприка, кориандр, корица, гвоздика), ароматизаторы натуральные (содержат сою), регулятор кислотности - лимонная кислота, краситель - каротин), сливки 22% (сливки нормализованные), хлеб пшеничный, лук репчатый, перец болгарский запеченный с/м (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), масло подсолнечное, паста карри (краситель перец чили сушеный 21%, чеснок, лимонграсс, лук-шалот, соль, галангал, каффир-лайм, кориандр, тимин), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукурма, краситель дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), сыр "гауда" (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, моноксвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель натуральный пищевой Аннато Экстракт), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), яйца куриные отварные (яйца куриные, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требует разогрева	120	324	15/17/26
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Овощная запеканка с грибным соусом	овощная запеканка (замес (картофельное пюре (картофель, соль), капуста брокколи, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), меланж яичный, желток яичный, сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, моноксвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), бульон куриной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукурма, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), укроп, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), сыр "гауда" (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, моноксвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель натуральный пищевой Аннато Экстракт), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), яйца куриные отварные (яйца куриные, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требует разогрева	100/30	226	11/13/17
2	Обед	Куриное филе в соусе медовый чили	куриное филе су-вид с орегано (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус медовый чили (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), мед, соус чили сладкий (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь), перец болгарский, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахар, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), перец чили, имбирь корень, масло подсолнечное, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), паприка острая молотая), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), опята запеченные (опята консервированные (грибы намято целые, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), масло подсолнечное, соль), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требует разогрева	120	191	18/6/16
		Булгур отварной	крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требует разогрева	100	157	5/2/30
3	Полдник	Банановый кекс с фисташковым муссом	кекс (бананы свежие, меланж, яичный, мука пшеничная в/с, сахар, масло подсолнечное, сахар тростниковый, разрыхлитель (Разрыхлители гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), соль), мусс (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моноксвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихраммаладиат ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), сироп миндальный (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности кислота лимонная, подсластители (циклолат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия), сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), мед, паста фисташковая, краситель пищевой зеленый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	40/45	238	6/13/24

4	Ужин	Цыпленок в сливочно-устричном соусе	цыпленок (куриное бедро филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жареные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м на пару (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное.	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	287	14/18/17
		Картофель под-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
5	Перекус	Пай с индейкой и грибами	филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) грибы шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), грудка индейки су-вид (филе индейки, соус соевый, масло подсолнечное, соус устричный бадьян, корица), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), молоко сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термостойких бактериальных заквасок, моллосковертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), моллосковертывающий фермент животного происхождения (вытяжка из белка куриных яиц)), ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), меланж яичный, укроп, петрушка), тесто (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий Е536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	315	20/18/19
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) о точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Ананасовый сырник с кремом из сметаны	ананасовые сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосковертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дигидрамагладинат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, сироп ананасовый (глюкозно-фруктовый сироп, вода питьевая, сок ананаса концентрированный, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная, подсластители (цикламат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сухараза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смолных кислот), краситель тартразин, консервант бензоат натрия), пюре ананаса с/м, крупа манная, меланж яичный, цедра лимона с/м, сироп ванильный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, экстракт ванили, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, краситель сазарный колер IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), масло подсолнечное), крем из топленой сметаны (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сахарная пудра), ананасы консервированные (ананасы, вода, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	70/20	205	9/10/20
2	Обед	Куриная котлета с грибным соусом	котлеты куриные (фарш (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), меланж яичный, сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная хлебопекарная в/с), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/20	193	14/11/10
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, следи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея), гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира тушеного говядящего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
3	Полдник	Сэндвич 4 сыра	хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемиллюлаза)), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), моллосковертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), томаты, сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, моллосковертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), сыр с голубой плесенью нормализованное пастеризованное молоко, соль, моллосковертывающий ферментный препарат животного происхождения, бактериальная заквасочная культура мезофильных молочнокислых микроорганизмов, бактериальная культура плесневых грибов Penicillium gochietorii, пищевая добавка уплотнитель хлорид кальция), соус (масло подсолнечное, сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, моллосковертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), петрушка, кедровые орехи, паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, томаты вяленые (томаты сушеные ()), подсолнечное масло (37%), спиртовой уксус (спиртовой уксус, антиокислитель E 224), соль, сахар, калерсы, оливковое масло экстраверджине, петрушка, чеснок, базилик, антиокислитель: аскорбиновая кислота E300, регулятор кислотности: лимонная кислота E330)), приправа универсальная, сахар, соль), пюре лимоны с/м (лимон, сахар 13,1%), соль, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	80	236	8/14/20
4	Ужин	Рыбная котлета в сливочно-фенхельном соусе	рыбная котлета (фарш (хек филе с/м, творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сливки 22% (сливки нормализованные), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), бульон рыбный (соль, глютоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), молоко сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), фенхель, масло подсолнечное, бульон рыбный (соль, глютоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), лайм листья, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	60/20	154	11/9/7

		Отварной рис с черным кунжутном	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
5	Перекус	Энчиладас с курицей и сыром чеддер	тортилья (мука пшеничная в/с, вода, масла растительные рафинированные дезодорированные, сахар, разрыхлители (гидрокарбонат натрия е450 (I)), соль (соль, агент антислеживающий E536), глютен пшеничный, эмульгатор е471, регулятор кислотности е296, консервант е223), филе куриное су-вид с орегано (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), капуста китайская, сыр твердый (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е336-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокозвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), капуста белокачанная, сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокозвертывающий ферментного препарата микробального происхождения), соус томатный (томаты в собственном соку (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная, вода, масло подсолнечное), соус сырный (вода, масло подсолнечное, уксус, загустители (E1442, E466), сахар, пюре фруктовое (яблочное), регуляторы кислотности (кислота лимонная, E331iii), ароматизаторы, консерванты (сорбиновая кислота, E385), краситель каротин), фасоль консервированная (красная фасоль, вода, соль), соус чили сладкий (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	100	162	11/8/12
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	18-20.04.2024 / 18-20.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Рисовая каша с чатни из манго и жареным кокосом	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода, крупа рисовая, сахар, мед натуральный, соль), чатни из манго (манго с/м, наполнитель "Манго" (сироп глюкозный, вода питьевая, загустители (E1442, E466), сахар, пюре фруктовое (яблочное), регуляторы кислотности (кислота лимонная, E331iii), ароматизатор, красители (E150d, E102, E110)), вода питьевая, сахар, лимоны, крахмал картофельный), кокосовая стружка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	185/40	247	5/6/43
2	Обед	Биточки куриные с соусом Демиглас	биточки (филе куриное, бедро куриное филе, лук репчатый, меланж яичный, соль, перец черный молотый, масло подсолнечное), соус (вода, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, соус demi glace сухой (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загустители е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120/25	220	32/8/4
		Картофель под-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	100	144	3/5/21
3	Полдник	Салат из запеченной тыквы с рукколой и сметанным соусом	тыква запеченная (тыква, масло подсолнечное, розмарин свежий, прованские травы), капуста на пару (капуста брокколи с/м, соль пищевая), заправка (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), лимоны, петрушка, соль пищевая, перец черный молотый), салат айсберг, соус крем-балзамик (концентрированный виноградный сок, балзамический уксус Модены 20% (винный уксус(вино, антиокислитель E224), концентрированное виноградное усло, краситель E150d), модифицированный кукурузный крахмал), руккола, семена тыквы	Нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	100/25	118	3/7/11
4	Ужин	Гречатники с томатно-сливочным соусом	гречатник (фарш (каша гречневая (вода питьевая, крупа гречневая, соль), филе куриное, говядина, лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная с газом, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), смесь специй для фажитос, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (сливки 22% (сливки нормализованные), соус сальса (томаты резаные, томатная паста, вода питьевая, перец сладкий, лук, сахар, соль, лимон, чеснок, масло растительное, кинза, перец красный, консервант - сорбат калия), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	135/40	310	23/12/27
5	Перекус	Гавайский тост	хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемилцеллюлаза)), ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), куриное филе в/к (грудка кур, вода питьевая, комплексная добавка (регулятор кислотности (E451i), декстроза, мальтодекстрин, загустители (E1422, E415)), усилитель вкуса и аромата (E621), консерванты (E250, E202), регулятор кислотности (E262), соль пищевая, антиокислители (E330, E334), агент антислеживающий (E551)), намазка (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), майонез (вода, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, загуститель крахмал картофельный (e1414), соль, эмульгатор (e1450), регуляторы кислотности (уксусная кислота, лимонная кислота), натуральные стабилизаторы (ксантановая камедь, гуаровая камедь), консерванты(сорбат калия, бензоат натрия), подсластитель (Сладкий) (сахар, е954, е952), ароматизаторы (горчица, оливы) антиокислитель е385, натуральный рыбный краситель бета-каротин (e1692)), икра тобиико (натуральный рыбный бульон, соль, масло подсолнечное, загустители-экстракт бурых водорослей (альгинат натрия), экстракт красных водорослей (agar), E466, рыбный жир, специи, красители пищевые - экстракт паприки, кармин, консерванты - сорбат калия, бензоат натрия, регулятор кислотности - молочная кислота), соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия)), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е336-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокозвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	155	356	15/19/31
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Домашняя гранола с орешками	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (мюсли (хлопья овсяные, хлопья пшеничные, масло рапсовое, вода питьевая, сахар, кусочки сушеного банана в рисовой муке, патока, изюм, мука пшеничная, мука рисовая экструдированная, соль, ароматизатор), изюм, кокосовая стружка), варенье клубничное (клубника с/м, сахар, вода, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%), крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, кедровые орехи, мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	40/70/20	264	7/11/33
2	Обед	Вок с гречневой лапшой и курицей в чесночном соусе	гречневая лапша в соусе (соба отварная (лапша гречневая, соль), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)), вок (филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), капуста жареная (капуста китайская, масло подсолнечное))), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/100	387	22/14/44
3	Полдник	Панкейк с арахисовым муссом и карамелизованными персиками	панкейки (тесто (молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), мука пшеничная в/с, вода, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп "Кокос" (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия)), сахар, кокосовая стружка, разрыхлитель для теста, соль), масло подсолнечное), арахисовый крем (сыр мягкий (молоко пастеризованное, сливки пастеризованное, лактоза, регулятор кислотности - лимонная кислота, антиокислитель - натуральный экстракт розмарина), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молочносвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрохлорид ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антиислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), молоко густое вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), паста арахисовая (жареный арахис (цельный нарезанный), декстроза, гидроенизированное растительное масло (рапс, хлопковое семя, соевые бобы, пищевая соль), сливки 22% (сливки нормализованные), сироп "Миндальное молоко" (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, подсластители (цикллат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия)), персики карамелизованные (персики консервированные (персики, вода, сахар, регулятор кислотности лимонная кислота), сахар тростниковый))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70	218	4/14/20
4	Ужин	Куриное бедро в томатном соусе	куриное рагу в томатном соусе (бедро куриное филе, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), кабачки, лук репчатый, морковь, перец болгарский, масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), кинза)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	174	15/9/9
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	235	7/3/45
5	Перекус	Хот-дог Капрезе	булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, вахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антиислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), колбаски (мясо куриное, вода, соль поваренная пищевая, комплексная пищевая добавка (соевый белок стабилизатор e450, e452 фосфат пищевой, загустители e1422, экстракты натуральный специй, усилитель вкуса и аромата e621, антиокислитель e300) натуральные специи (перец чили, паприка, карри, чеснок)), томаты, соус перечный томатный (томаты, вода питьевая, перец болгарский запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), огурцы маринованные, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), пектин, паприка копченая, соль, чеснок); сыр "моцарелла" (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), салат айсберг, горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	165	366	22/15/34
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Белковый омлет с ветчиной и помидорами	белковый омлет (смесь для омлета (белок яичный, меланж яичный, соль, мускатный орех, перец черный молотый), замес из желтка (желток яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль), ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль, нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты: пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), томаты), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), паста томатная, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130/20	196	15/13/5

2	Обед	Запеканка из макарон с фаршем и сырным соусом	запеканка из макарон с фаршем и сырным соусом (фузилли (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта , вода), фарш куриный (куриное бедро, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, масло подсолнечное), соус сырный чили (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молкосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сыр мягкий (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукурума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы, Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паприка острая молотая, шафран имитация), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	160/20	469	25/29/27
3	Полдник	Сэндвич с ростбифом и горчичным соусом	хлеб тостовый (мука пшеничная хлебопекарная "Совитал концентрат" (мука ржаная обдирная, глютен пшеничный, ядро подсолнечника, пшеница дробленая, семена льна, кунжут, пшеница дробленая, отруби пшеничные), солод ферментированный, вода питьевая, дрожжи х/б прессованные, соль поваренная пищевая), говядина су-вид (говядина, масло подсолнечное, приправа для размягчения мяса, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), салат айсберг, огурцы свежие, огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	105	173	12/5/20
4	Ужин	Куриный рулет с соусом из копченого лука	куриный рулет (филе куриное, сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тарьи)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), томаты, соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260) антиокислитель (E386)), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молкосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), желатин (желатин), шпинат, ядра ореха грецкого, аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), чеснок, соль, тимьян, перец черный молотый) соус (сок томатный (томатный сок, соль), лук репчатый, паста томатная (паста томатная, вода), масло подсолнечное, сок лимона, соус соевый (вода, соевые бобы 25.21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), жидкий дым, паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	80/20	167	20/8/3
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3.2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
5	Перекус	Пирог с тархуном и сыром сулуғуни	пирог (основа для пиццы, сыр твердый , сыр рассольный , шпинат, сыр творожный 65%, яйцо куриное, укроп, петрушка, соль), заправка (масло подсолнечное, эстрагон тархун, укроп, петрушка, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	80/20	474	19/36/19
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	21-23.04.2024 / 21-23.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая с орехами	каша гречневая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа гречневая, сахар, соль), ядра ореха кешью, ядра арахиса	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250/10	438	15/13/66
2	Обед	Куриная мякоть Адобо	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный); соус адобо (вода питьевая, соус томатный (томаты, паста томатная, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соевый соус (вода, соевые бобы 25.21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), крахмал картофельный, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), чеснок, имбирь корень, бадьян, кардамон, корица)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	75/35	152	25/4/4
		Лапша Зеленый чай	лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, чай зеленый, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	237	7/5/41

3	Полдник	Салат со спаржей, огурцами и цыпленком	спаржа маринованная (спаржа сушеная, вода питьевая, соль пищевая), масло подсолнечное, масло кунжутное, лимонный, кинза, соль пищевая, имбирь маринованный (имбирь, вода, соль, сахар, уксусная кислота (Е260), лимонная кислота (Е330), глутамат натрия (Е621), сорбиновая кислота (Е202), аспартам (Е951), пищевая краситель (Е129)), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), огурцы, соус спайси (соус кисло-сладкий (вода, сахар, пюре абрикосовое концентрированное, загустители (Е1422, Е415), соль, соус Ворчестер (содержит ароматизаторы), смесь специй (содержит антиокислитель Е330 и ароматизаторы), регуляторы кислотности (Е260, Е330), паприка красная, консервант Е202, краситель Е162, ароматизатор натуральный), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль пищевая, имбирь, паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), листья лайма)), салат айсберг, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, куркума, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата Е621, консервант Е211, Е 202), кунжут, кинза	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	105/20	143	12/5/11	
4	Ужин	Paгу из птицы с соусом Том ям	филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус том-ям соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор Е435 = 0,01%), сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосквертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрахладиат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антилежвающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), вода, соус таринки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (е1422,е415) регулятор кислотности е260, имбирь молотый, консерванты (е211, е202), ароматизатор натуральный), масло подсолнечное, сахар, лемонграсс, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар, кинза, мята, лайм листья, соль), томаты, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), грибы вешенки жаренные (вешенки, масло подсолнечное, тимьян), масло подсолнечное, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	193	14/12/7	
		Рис отварной	рис, масло подсолнечное, соль,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	266	4/10/41	
5	Перекус	Фриттата с индейкой	фриттата (омлетная смесь (яйцо куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, базилик сушеный, перец черный молотый); филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) филе индейки су-вид (филе индейки, соевый соус, масло подсолнечное, соус устричный, бадьян, корица), сыр рассольный, сыр рассольный, томаты, маслины консервированные, томаты вяленые, сыр твердый, масло подсолнечное); соус томатный (томаты в с/с, чеснок, кинза, масло подсолнечное, сахар, соль, перец черный молотый), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	140/30	292	23/20/6	
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупнакоп точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Блинчики с грибным жульеном	блины (вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), жульен (грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), соус грибной (крахмал кукурузный, соль, сахар, сыворотка молочная сухая, специи: горчица, чеснок, лук, куркума; гидролизат растительного белка (кукуруза), грибы сушеные (шампиньоны), экстракты дрожжей, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, технологическое вспомогательное средство: носитель (ксантановая камедь); масло растительное (подсолнечное), краситель (сахарный колер IV), соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/35	275	6/13/33	
2	Обед	Куриный стейк с ветчиной, грибами и сыром	стейк (филе куриное, начинка (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (Е451iii, Е451ii), загуститель и стабилизатор (Е407), желеобразующий агент (Е508), антиокислитель (Е316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (Е621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель Е120, укроп, петрушка), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, моллосквертывающего ферментного препарата микробного происхождения), соль, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	110	249	28/14/3	
		Гречка под-деревенски	крупка гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39	
3	Полдник	Шоколадный маффин	маффин (меланж, сахар, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, какао порошок, сироп шоколадный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, экстракт какао, ароматизатор, краситель сахарный коле IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), разрыхлитель (разрыхлитель гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, соль), топленый шоколадный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, какао порошок, сгущенное молоко, загуститель пектин, стабилизаторы-эмульгаторы: лецитин, полифосфат натрия и камедь рожкового дерева, ароматизаторы, консервант сорбат калия, регулятор кислотности лимонная к-та, соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант Е220, красители: Е110, Е124, Е102, Е333), ядро ореха миндаль	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	45/15	247	4/11/32	
4	Ужин	Домашняя котлета с грибным соусом	котлета (фарш (говядина, хлеб белый (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), меланж яичный, соль, чеснок, перец черный молотый), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высший сорт, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, саха, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), масло подсолнечное), соус (соус(молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованное), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/25	288	24/12/2 2	

		Барли покупчески	Барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	258	6/8/40
5	Перекус	Сэндвич с сыром и огурцами	хлеб тостовый (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170)), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемипеллюлаза)), Ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты: пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, майонез (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (диэтилэтилдипацит ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камень тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), моллосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), огурцы свежие, горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	195	457	12/25/47
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Яичный скрембл с зеленым горошком и тостом	яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), хлеб пшеничный ((мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170)), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемипеллюлаза)), горох зеленый с/м паровой (горох зеленый с/м)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130/20	259	12/14/22
2	Обед	Ломтики цыпленка в соусе из болгарского перца и базилика	ломтики цыпленка (филе куриное су-вид (филе куриное, соль пищевая, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус (перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), базилик, соль пищевая, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукурма, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), петрушка)	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	120	170	15/7/11
		Соба с кунжутом	лапша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), масло подсолнечное, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
3	Полдник	Сложка с картофелем	начинка (картофель, укроп, соль, перец черный молотый), тесто слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), желток яичный	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	100	224	5/10/30
4	Ужин	Печеночный маффин с яйцом и сметанным соусом	маффин (фарш (печень говяжья, морковь, лук репчатый, меланж яичный, крупа манная, соль), яйцо куриное, масло подсолнечное), соус (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп, соль), огурцы соленые (огурцы соленые, вода, соль, пряная зелень (укроп, хрен), регулятор кислотности - молочная кислота, чеснок, семена укропа)), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	74/25	179	13/10/9
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3.2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
5	Перекус	Жульен из рыбы в сливочном соусе	жульен (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), кета запеченная (филе кеты, масло подсолнечное, тимьян, соль, перец черный молотый), филе хека, бульон рыбный (соль, глюкоза, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизат соевый белок), масло подсолнечное, чеснок, водоросли морские), тарталетка (мука пшеничная, масло сливочное 82,8%, яйцо куриное, маргарин, продукт моллосодержащий произведенный по технологии сметаны мдж 20% (обезжиренное молоко, масло сливочное, закваска), соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр рассольный моцарелла (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, моллосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	75	202	12/13/9
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	24-26.04.2024 / 24-26.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Каша овсяная с вишневым вареньем	каша овсяная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа овсяная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), варенье вишневое (вишня с/м, сахар, вода, крахмал кукурузный, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	200/30	339	9/14/44
2	Обед	Куриная котлета с пикантным соусом	котлета (фарш (филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	60/25	266	17/7/11
		Паста Фарфалле с базиликом	макарони из твердых сортов пшеницы (мука из твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик свежий), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	142	5/4/20
3	Полдник	Салат с пекинской капустой, огурцом и сметаной	огурцы, капуста китайская, яйцо куриное отварное (яйца куриные, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), сметана (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	140/25	145	8/1/14
4	Ужин	Куриное филе в тайском соусе	куриное филе в тайском соусе (куриное филе, соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, куркума, стабилизатор кантановая камедь), приправа универсальная, масло подсолнечное), соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, куркума, стабилизатор кантановая камедь), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	75/20	177	22/8/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
5	Перекус	Круассан с руколой и копченой курицей	круассан (мука пшеничная в/с, маргарин, вода, сахар, дрожжи хлебопекарные, глютен пшеничный, сыворотка молочная сухая, соль, эмульгатор эфира глицерина и диацилглицерина и жирных кислот, антиокислитель аскорбиновая кислота, фермент микробного происхождения); куриное филе в/к, крем (сыр творожный 65%, сливки 22%); соус (соус цезарь, соус чили, масло подсолнечное); яйцо куриное, салат руккола, салат кресс, семена кунжута, семена тыквенные, сыр твердый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	360	13/22/27
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) о точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творог с чатни из яблок	творог (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), чатни (яблоки, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), кислота лимонная, корица, гвоздика, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	120/50	196	19/2/25
2	Обед	Куриное филе с овощным соусом	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), гарнир (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, вода, перец болгарский, морковь, масло подсолнечное, сахар, паста карри (краситель перец чили сушеный 21%, чеснок, лимонграсс, лук-шалот, соль, галангал, каффир-лайм, кориандр, тмин), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), крахмал картофельный, чеснок, базилик, кинза, листья лайма), соус (соус соевый терияки (вода, соус соевый (вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422, e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	70/35/15	188	24/7/8

		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30
3	Полдник	Кофейно-карамельное пирожное	замес парфе (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамадидат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антиислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, пюре карамель с солью (вода, сахар тростниковый, сироп из фруктозы, ароматизатор: карамель, загуститель: E1442, консервант: сорбат калия, подсластитель: сукралоза, стабилизатор: моно- и диглицериды жирных кислот, регуляторы кислотности: яблочная кислота, цитрат натрия, морская соль), сахар, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), желток яичный, сироп кокосовый (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия), крахмал кукурузный, кофе), бисквит (меланж яичный, мука пшеничная в/с, сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), кофе, разрыхлитель), краанч (пранлине (сахар, хрустящий бисквит 24% (пшеничная мука, сахар, безводный молочный жир, обезжиренное сухое молоко, ячменно-солодовая мука, соль), растительное масло, миндаль, безводный молочный жир, лесной орех, цельное сухое молоко, эмульгатор соя лецитин, какао масло, ликер какао, натуральный экстракт ванили), вафельная крошка, шоколад белый (какао масло (мин 20%), молоко сухое (мин 14%), подсластитель (макс), жир молочный (4%), ванилин, эмульгатор (лецитин)), глазурь (сироп глюкозы, шоколад белый (какао масло (мин 20%), молоко сухое (мин 14%), подсластитель (макс), жир молочный (4%), ванилин, эмульгатор (лецитин)), сахар, молоко сгущенное (цельное коровье молоко, сахар-песок (сахароза), желатин, вода питьевая, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	110	383	7/19/46
4	Ужин	Фрикассе из цыпленка с грибами	соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), укроп, смесь специй, бульон куриный сухой (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	199	16/12/7
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
5	Перекус	Хот-дог Бан ми	булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, сахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антиислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, соус для кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал кукурузный, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), майонез с соевым соусом (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамадидат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антиислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель b-каротин, подсластитель E954), соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), творог соевый (соевые бобы, вода), салат айсберг, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, куркума, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E 202), огурцы, перец болгарский, редька дайкон, кунжут, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	145	354	15/16/36
My-food "ПРОСТО" 5 блюд										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (сборная по точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Тыквенный омлет с творогом и сыром фета	тыквенный омлет (основа для омлета (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), пюре тыквенное (тыква, соль пищевая), соль пищевая, перец черный молотый), тыква запеченная (тыква, масло подсолнечное, розмарин свежий, прованские травы), творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр рассольный 55% (обезжиренное пастеризованное молоко, растительные жиры, соль пищевая, молокосвертывающий фермент микробного происхождения, регулятор кислотности: лимонная кислота), семена тыквы), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль пищевая, перец черный молотый), петрушка	Нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	140/20	238	14/16/9
2	Обед	Бифштекс в сливочно-перечном соусе	бифштекс (фарш (говядина, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), соль, смесь специй), масло подсолнечное), соус перечный (молоко 3,2% (молоко нормализованное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизованые растительные и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соус димиглас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи/лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), сливки 22% (сливки нормализованные), соль), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	85/30	188	19/7/12
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37

3	Полдник	Бурек с рассольным сыром	бурек (начинка сырная (сыр рассольный (обезжиренное пастеризованное молоко, растительные жиры, соль пищевая, молокосвертывающий фермент микробного происхождения, регулятор кислотности: лимонная кислота), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дигидроацетат ацетилсукцинид (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия)), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, укроп, перец черный молотый, соль), тесто фило (мука пшеничная в/с, вода, крахмал кукурузный, масло растительное, клетчатка пшеничная, соль, консервант-сорбат калия, вещество для обработки муки - L-цистеин), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), масло подсолнечное), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	400	13/30/19
4	Ужин	Куриные фрикадельки в сливочном Деми-глассе	куриные фрикадельки (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), лук репчатый, соль, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус демиглас(пшеничная мука, крахмальный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), лук репчатый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	95/30	182	19/8/9
		Лапша Зеленый чай	лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, чай зеленый, семена кунжута белого	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	237	7/5/41
5	Перекус	Пай из индейки с грибами	начинка для пая (индейка грудка су-вид (филе индейки, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), корица, бадьян), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), меланж яичный, укроп, петрушка), основа для пиццы (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, масло оливковое, соль, дрожжи хлебопекарные, сахар, соль (соль, агент антислеживающий Е536), разрыхлитель-гидрокарбонат натрия),	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	120	315	20/18/19
My-food "ПРОСТО" 5 блюд	Дата доставки	27-29.04.2024 / 27-29.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша кукурузная с грушевым конфитюром	каша кукурузная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа кукурузная, сахар, масло сливочное 82,5% (масло пастеризованное)), грушевый конфитюр (груша, вода, сахар, сироп "Груша" (сахар, вода, питьевая концентрированная грушевый сок, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор натуральный "Груша", краситель натуральный "карамельный колер"), крахмал картофельный, кислота лимонная, агар-агар (агар Е406 (загуститель, агент желирующий, стабилизатор, носитель), корица, гвоздика, краситель пищевой)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250/30	370	10/9/62
2	Обед	Макароны по-флотски	макаронные изделия отварные (макаронные изделия (мука из твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло подсолнечное, соль), фарш (говядина, соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, морковь, соус деми гласс (вода питьевая, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, смесь сухая деми гласс, масло оливковое, петрушка, соль, тимьян), пассеровка мучная (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, загустители Е1442, Е415; краситель каротин, антиокислитель Е320, Е321), соль, чеснок гранулированный, тимьян, перец чёрный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	220	340	19/10/43
3	Полдник	Салат из чечевицы с томатным хумусом	чечевица зеленая, томатный хумус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), нут консервированный (горох нут, вода, соль, антиокислитель кислота L-аскорбиновая (е300)), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, базилик свежий, лимоны, соль пищевая, кинза, зира, хмели-сунели, перец черный молотый), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), томаты, капуста китайская, редис красный, шпинат, орехи кедровые, укроп	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	100/30	97	5/3/12
4	Ужин	Ленивая картофельная зразы с грибным жульеном	зразы (фарш для зразы (картофель отварной, филе куриное, говядина, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), желток яичный, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), меланж яичный, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), грибной жульен (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), концентрат грибной (соль, мальтодекстрин, усилители вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), сахар, растительный жир, ароматизаторы, крахмал кукурузный, грибы, регулятор кислотности лимонная кислота, лук, краситель сахарный колер III, экстракт дрожжей), соль, перец черный молотый), томаты конфи (томаты, масло подсолнечное, чеснок, орегано, сахар тростниковый, тимьян), капуста брокколи, укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	135/40/40	328	20/13/34

№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Киш-лорен с ветчиной и овощами	киш-лорен (начинка (меланж яичный, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621)), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль), сыр рассольный "моцарелла" (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), перец сладкий запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), соль, перец молотый), масло подсолнечное), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль); перец сладкий с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), петрушка.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	110/2015	212	13/14/9
2	Обед	Вок с цыпленком и овощами	удон в сливочно-устричном соусе (лапша пшеничная (лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, семена кунжута), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус ширача (перец чили 56%, чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), база с цыпленком (бедро куриное запеченное (филе бедра куриного, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соль, чеснок, орегано), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус ширача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), семена кунжута, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жареные (грибы шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м отварная (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	125/100	508	19/24/53
3	Полдник	Сэндвич с говядиной	хлеб пшеничный зерновой (мука пшеничная хлебопекарная Совитал концентрат (мука ржаная обдирная, глютен пшеничный, ядро подсолнечника, пшеница дробленая, семена льна, кунжут, пшеница дробленая, отруби пшеничные), солод ферментированный, вода питьевая, дрожжи х/б прессованные, соль поваренная (соль поваренная), говядина вк (говядина, вода, нитритная соль (соль поваренная, фиксатор окраски нитрит натрия), стабилизаторы (E450, E331), регуляторы кислотности (E451, E262), желирующий агент (хлорид калия), глюкоза, загустители (E407, E425), усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия), антиокислители (изоскорбат натрия, аскорбиновая кислота, аскорбат натрия), ароматизаторы ("мясо", "перец"), подсолнечное масло), соус маринованный томат (томаты, лук репчатый, соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор кантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатор (e621) консервант бензоат натрия), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), укроп, масло подсолнечное, кинза, соль, чеснок сушеный), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель e1422 сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна горчицы), оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), сыр твердый (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого анато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), майонез (ода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант F202, антиокислитель E385, краситель каротин, подсластитель E954) салат айсберг, лук репчатый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	105	247	12/12/2
4	Ужин	Куриное бедро в соусе Пад-тай	куриное бедро в соусе пад-тай (куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус-крем пад-тай (сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), йогурт греческий (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), соус пад-тай (сахар, вода, крахмальная паста, тамариндовая паста 8%, лук-шалот, соль, арахис, чеснок, соевый соус (соевые бобы, пшеничная мука, соль, вода), перец чили, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, натуральный краситель экстракт паприки), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус ширача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм)), морковь припущенная, перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), фасоль стручковая на пару (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422, e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), кинза, кунжут	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	197	12/8/19
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30
5	Перекус	Мясной пирог на кефире с томатно-сливочным соусом	мясной пирог (тесто для пирога (кефир 3,2% (молоко нормализованное, закваска на кефирных грибах), мука пшеничная, меланж яичный, масло подсолнечное, сахар, соль, сода), фарш (говядина, филе куриное, лук репчатый, масло подсолнечное, укроп, соль, хмели-сунели), перец черный молотый), капуста брокколи с/м паровая, томаты, масло подсолнечное), соус томатно-сливочный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/20	306	20/12/31
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	01-02.04.2024 / 30.04.2024 / 01-02.05.2024 / 30-31.05.2024 / 01.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Рисовая каша на молоке с курагой	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа рисовая, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота)), курага	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	200/15	210	5/4/38
2	Обед	Куриный шницель с медово-горчичным соусом	куриный шницель (филе куриное, клар (панировка (мука (пшеничная, рисовая) соль, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, крахмал кукурузный, мальто-декстрин, специи и пряности (чеснок, черный перец, перец чили, куркума), регулятор кислотности E500, E330, E 450; экстракт дрожжей,ароматизатор, краситель: экстракт паприки), вода), панировка (сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), сыр твердый (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), паприка, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка (мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соль, тимьян), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), мед, бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и гуанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321)), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	110/20	262	24/8/23
		Паста пенне	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	290	9/6/49
3	Полдник	Винегрет	свекла отварная, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), картофель отварной, заправка (сахар, соль, крахмал кукурузный, специи натуральные: перец черный, горчица, куркума; эмульгатор (лецитин (подсолнечный)), порошок соевый лимонный, натуральные ароматизаторы, экстракт дрожжей, красители (куркумин, сахарный колер IV, технологическое вспомогательное средство: (ксантановая камедь)), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластители: сахарин, консервант: бензоат натрия), горошек зеленый с/м	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	160/20	191	3/11/20
4	Ужин	Люля кебаб из куриного бедра с аджикой	люля-кебаб (фарш (филе куриного бедра, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), минеральная вода газированная, кинза, укроп, соль, масло подсолнечное, кумин молотый, хмели-сунели, перец черный молотый), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец чёрный молотый), аджика (перец красный острый, соль, укроп, кориандр, чеснок, лаваш, лук репчатый, хмели-сунели, уксус, бензоат натрия), сахар), лаваш (мука пшеничная, вода питьевая, соль), лук красный маринованный (лук красный, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), гранат, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	145/20	279	21/11/24
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	235	7/3/45
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Сырники клубника в шоколаде	сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дигидрахлорид ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, молоко 3,2% (молоко нормализованное), сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пшеничный, регуляторы кислотности:цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль)), крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное), мусс шоколадный (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дигидрахлорид ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), какао-порошок, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), глазурь шоколадная (шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%), масло подсолнечное), зефир маршмелло (кукурузный сироп, сахар, вода, желатин, декстроза, сорбит, кукурузный крахмал, ароматизатор ваниль, сорбат калия, красители E102, E129, E133, стабилизатор - тетрапирофосфат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	140	399	17/23/31

2	Обед	Куриный рулет с сезонными овощами	куриный рулет (куриное филе, начинка (кабачки запеченные (кабачки, масло подсолнечное, соль пищевая, прованские травы), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий)), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированное растительное масло в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, монокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель натуральный пищевой Аннато Экстракт), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), сырная начинка (соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированное растительное масло в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, монокосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	235	21/14/6
		Гречка по-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
3	Полдник	Блинчики с кокосово-манговым вареньем	блинчики (вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), варенье (сок апельсиновый (апельсиновый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре облепихи с/м, сахар, облепиха с/м, пюре манго с/м (манго Альфонсо, сахар 9,9%, аскорбиновая кислота), крахмал кукурузный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/20	253	5/10/38
4	Ужин	Фрикадельки в кокосово-имбирном соусе	фрикадельки (фарш (куриное бедро, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное, кокосово-имбирный соус (с молоком кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), имбирь корень, масло подсолнечное, соль, имбирь молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/25	273	18/17/12
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира толеного говьяжого, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Страта с ветчиной и беконом из индейки	страта (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), петрушка, укроп, соль, перец черный), начинка (ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говьяжого, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пиррофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемцеллюлаза)), сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, монокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), масло подсолнечное, чеснок гранулированный, паприка молотая, орегано), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	200	12/13/9
2	Обед	Митлоф с соусом Барбекю	митлоф (фарш (куриное филе, говядина, морковь, меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	65/20	120	14/3/9
		Соба с кунжутом	соба (паша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), соль, подсолнечное масло, семена кунжута)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40

3	Полдник	Грибной жульен с ветчиной в тарталетке	начинка (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жареные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый)), Ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжий, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желлирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120 петрушка, укроп), тарталетка (мука пшеничная в/с, эссенция, меланж, растительные жиры, ванилин, соль), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термодифильных бактериальных заквасок, молокоосвертывающего ферментного препарата микробильного происхождения), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	266	10/19/12
4	Ужин	Чкмерули из цыпленка в сливочно-чесночном соусе	соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), куриное бедро запеченное (бедро куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), лук репчатый, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), укроп, кинза, хмели-сунели, соль, мята, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	297	18/19/13
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	236	4/5/43
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	03-05.04.2024 / 03-05.05.2024 / 02.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кокос точечности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая на молоке	каша гречневая (молоко 3.2% (молоко нормализованное)), крупа гречневая, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	180	266	9/5/46
2	Обед	Суфле из птицы	суфле (бедро куриное филе, меланж яичный, майонез постный 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), мука пшеничная в/с, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), соль, укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/30	243	19/14/10
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30
3	Полдник	Овощной салат	томаты, салат айсберг, огурцы, масло подсолнечное, укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	115/10	111	1/1/04
4	Ужин	Куриное филе в бамбуковом соусе	курица Кунг-пао (филе куриное су-вид(филе куриное, масло подсолнечное, тимьян, соль, перец черный молотый, розмарин), соус (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), мед натуральный, соус чили острый (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), ткемали (сливовое пюре, чеснок свежий, хмели-сунели, перец красный молотый, соль, сорбиновая кислота, краситель пищевой "Кармаузин"), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), смесь сухая деми глас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота))), сусо "Жидкий дым"), лук красный, перец сладкий с/м запеченный (перец сладкий с/м, масло подсолнечное), масло подсолнечное, ядро арахиса, лук зеленый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	253	22/10/18
		Лепша фунчоза	лепша рисовая, масло подсолнечное, соль, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	198	0/5/38
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кокос точечности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничный пудинг с клюквенным киселем	пшеничный пудинг (замес (каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), меланж яичный, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), ядра миндаляного ореха), кисель клюквенный (вода питьевая, клюква, сахар, крахмал картофельный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110/30	256	8/13/27

2	Обед	Котлета Юрате из индейки с яйцом	котлеты юрате (фарш (филе индейки, филе бедра куриного, яйца отварные куриные (яйца куриные пищевые обогащенные селеном, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	55/25	174	11/10/10
		Лапша с овощами	макаронные изделия (мука из твердых сортов пшеницы, вода), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, чеснок), петрушка, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	164	5/4/27
3	Полдник	Банановый сырник с творожным муссом	сырник (фарш для сырников (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), пюре банановое с/м (банан, аскорбиновая кислота), молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа манная, меланж яичный, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), ванилин), масло подсолнечное), мусс (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сахар, сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), ванилин, мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	65/30	174	11/8/15
4	Ужин	Куриное карри с шампиньонами и луком	бедро куриное запеченное (куриное бедро, масло подсолнечное, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), вода питьевая, соль, чеснок, орегано), соус карри (вода, масло подсолнечное, сахар, уксус, яичный желток, загустители (е1442, кантановая камедь), томатная паста, соль, пряность карри (куркума, имбирь, перец черный, перец чили, паприка, кориандр, корица, гвоздика), ароматизаторы натуральные (содержат сою), регулятор кислотности - лимонная кислота, краситель - каротин), грибы шампиньоны, лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, петрушка, карри (куркума, кориандр, имбирь, лук, кумин, петрушка, мускатный орех, гвоздика, корица, перец душистый, шамбала, перец белый, перец чили), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	282	29/14/11
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) о точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Лимонный сырник с малиновым джемом	сырники из творога (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), мука пшеничная высшего сорта, сахар, желток яичный, соль, ванилин), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), малиновый джем (крахмал кукурузный, вода питьевая, мята свежая, пюре лимона с/м, сахар, малина с/м).	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	70/25	224	8/8/30
2	Обед	Чили кон-карне	чили кон-карне (соус томатный база (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), паста томатная), филе куриное, бульон овощной (бульон овощной сухой (соль, овощи сушеные, специи и их натуральные экстракты (лук, морковь, сельдерей, пастернак, куркума, мускатный орех; гидролизат растительного белка (кукуруза), мальтодекстрин, экстракт дрожжей, крахмал картофельный, масло растительное (подсолнечное)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), фасоль консервированная (фасоль консервированная красная (красная фасоль, вода, соль), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, петрушка), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	142	12/5/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39

3	Полдник	Панини Маргарита с ветчиной	панини (булочка для хот-дога (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода питьевая, сахар, масло растительное, соль, дрожжи хлебопекарные сухие инстантные, комплекс пищевая добавка - улучшитель хлебопекарный "Таленто Бан" (мука пшеничная хлебопекарная первый сорт, эмульгаторы (E472e, E481), агент антислеживающий E 170, антиокислитель аскорбиновая кислота), ветчина из индейки (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii)), закуситель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), сыр рассольный 45% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробимального происхождения), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробимального происхождения), томаты свежие, масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	105	310	13/18/24
4	Ужин	Куриное бедро в сметане с грецким орехом	филе бедра куриного, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), масло подсолнечное, чеснок, ядро грецкого ореха, соль, перец черный молотый; томаты запеченные (томаты, масло подсолнечное, чеснок, орегано, сахар тростниковый, тимьян), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	135	353	27/25/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	06-08.04.2024 / 06-08.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша пшеничная с яблочным джемом	каша (молоко 3,2%, крупа пшено, сахар, соль), джем яблочный (яблоко, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп "яблоко" (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота)), лимонная кислота, краситель пищевой желтый, гвоздика молотая, корица молотая)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	200/50	292	8/5/54
2	Обед	Куриный маффин	маффин (фарш (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и сульфат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соус кимчи (соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор канталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (E621) консервант бензоат натрия), чеснок, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый гауда (готовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (E509), красителя пищевого анато (E160b) консерванта нитрата натрия (E251), консерванта натамицина (E235)), томаты, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), лук репчатый, масло подсолнечное, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	85	168	17/8/6
		Паста фарфалле с базиликом	макаронные изделия, масло подсолнечное, базилик, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	232	9/7/34
3	Полдник	Картофельный салат с ветчиной и переперони	горчичная заправка с огурцами (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель В-каротин, подсластитель E954), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), бульон куриный эко (вода, бульон куриный эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), мед, соль), картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), салат айсберг, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii)), закуситель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), опять маринованные (грибы намоке целые, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), колбаса переперони восточная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (E 401, E 405), уплотнитель (E 516), пряности, антиокислитель (E 300, E 306), ароматизатор (Салями копченая), усилитель вкуса и аромата (E 635); красители (кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (E250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура), огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия), лук зеленый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	115/30	226	6/17/13
4	Ужин	Куриное бедро в медово-горчичном соусе	куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, закуситель E1422, сахар, яичный желток, уксус столой, соль, зерна кориичевой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчиичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), брокколи, лук репчатый, масло подсолнечное, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	267	18/17/11

		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Домашняя гранола	йогурт 7%, гранола (мюсли, изюм, кокосовая стружка); варенье (клубника с/м, сахар, поре лимон); мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	45/70/25	279	8/10/40
2	Обед	Шведские фрикадельки с кисло-сладким соусом	фрикадельки (курица, вода, сухари панировочные (мука пшеничная в/с, дрожжи), лук, растительное масло(рапсовое),яичный порошок, стабилизатор (загуститель E461 крахмал картофельный, комплекснообразователь E576, добавка E460, E500), соль поваренная пищевая, компл.пищ.добавка (стабилизаторы и регуляторы кислотности E450, E451,E452), сахара, декстроза, усилитель вкуса и аромата: глутамат натрия, антиокислитель, аскорбиновая кислота, специи, экстракты спелий), соевый белок, пшен. волокна, бульон, натур. ароматизатор, карамелизированный сахар, петрушка, куркума), консерванты (е211, е202), соус (маринад (соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (е1422,е415) регулятор кислотности е260, имбирь молотый, консерванты (е211, е202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители:тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), имбирный сок, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, вода,соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) поре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор канталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (е621)консервант бензоат натрия), фасоль стручковая с/м, перец болгарский с/м, морковь, масло подсолнечное)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	65/30	290	5/21/20
		Отварной рис с черным кунжутном	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
3	Полдник	Сырники с манго и малиновым джемом	сырники (творог 1,8%, сыр творожный 65%, молоко 3,2%, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло оливковое, апельсины, сироп ванильный); гель малина зеркальная, наполнитель фруттидор манго, масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70/20	220	9/9/25
4	Ужин	Индийка с овощами в сливочном соусе	филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый)филе индейки су-вид (филе индейки, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), бадьян, корица), молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), морковь, биоЙогурт 2,8% (молоко нормализованное, стабилизатор е1422, пектин, молоко сухое обезжиренное, закваска молочнокислых культур), лук репчатый, перец с/м запеченный, сливки 22% (сливки нормализованные), баклажаны, масло подсолнечное, зеленый горошек с/м, паста том-ям (пемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тamarinda, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), сахар, карри, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), соль, крахмал картофельный, петрушка, кинза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	244	13/17/11
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	240	7/6/39
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Скрембл с томатным соусом	скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	145/40	216	14/15/7

2	Обед	Бефстроганов куриный	куриное филе запеченное (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), мускатный орех, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	105	203	19/11/7
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
3	Полдник	Слойка с капустой	начинка (капуста жареная (капуста белокочанная, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), соль, перец черный молотый), тесто слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), желток яичный	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	100	215	5/11/25
4	Ужин	Куриное бедро в перечном соусе	филе куриного бедра запеченное (филе куриного бедра, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), капуста брокколи, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизованное растительное и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам), масло подсолнечное, соль), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	244	17/16/9
		Гречка отварная	крупа гречневая, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	231	8/2/45
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	09-11.04.2024 / 09-11.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша овсяная	каша овсяная (молоко 3,2%, овсяные хлопья, сахар, соль); соус (крем заварной (молоко 3,2%, сухая смесь заварной-крем, масло сливочное 82,5%, сироп ванильный); смородина с/м, черника с/м); щукаты, ядро ореха миндаль	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/40	271	7/9/40
2	Обед	Ежики в томатном соусе с овощами	ежики (фарш (говядина, филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), рис отварной (крупа рисовая, соль, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), минеральная вода с газом, смесь специй для фахитос, соль, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус томатный (томаты в с/с, чеснок, кинза, сахар, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый), фасоль стручковая с/м паровая (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), соус для вок (вода, соль, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), усилитель вкуса и аромата E621, E627, E631; ароматизаторы, регуляторы кислотности E330, E260, E331, краситель E150c, консервант сорбат калия, подсластитель аспартам), смесь специй для фахитос, сахар, соль, майоран, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	90/30	188	15/7/16
		Картофель по-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
3	Полдник	Салат из цветной капусты и корейской моркови с ореховой заправкой	капуста цветная запеченная (капуста цветная отварная (капуста цветная с/м, соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), имбирь маринованный (имбирь, вода, соль, сахар, уксусная кислота (E260), лимонная кислота (E330), глутамат натрия (E621), сорбиновая кислота (E202), аспартам (E951), пищевой краситель (E129)), заправка ореховая (вода питьевая, масло подсолнечное, соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260) антиокислитель (E306)), заправка салатная (кукурузный крахмал, сахар, соль, лук, гороховая мука, красный перец, сладкая паприка, специи и приносы (чеснок, петрушка, черный перец, зеленый лук, орегано), кукурузное масло, экстракт куркумы), капуста китайская, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, кукуруза, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E202), семена тывки, петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	115/25	208	5/15/12

4	Ужин	Лапша Лю-мейн	макарони отварные (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло оливковое, соль), смесь для лапши (бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, соус для кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (Е621) консервант бензоат натрия), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал кукурузный, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), соус бешамель ((молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), перец болгарский, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), морковь, лук красный гриль (лук красный, соль, орегано, чеснок), молоко 3,25 (молоко нормализованное), соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), масло кунжутное, кунжут, имбирь корень), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130/120	556	25/28/5 1
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупрежда ющая информация (скоруплакос точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информаци я о разогреве блюда/соу са	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Скрембл с картофелем, переперони и зеленым горошком	Состав: яичный скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), картофель жареный с луком (картофель жареный (картофель, масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), колбаса переперони запеченная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (Е 401, Е 405), уплотнитель (Е 516), пряности, антиокислитель (Е 300, Е 306), ароматизатор (Салиял копченая), усилитель вкуса и аромата (Е 635); красители(кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (Е250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура), горох с/м на пару (горох зеленый с/м, масло оливковое, соль), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	165/30	299	12/18/2 2
2	Обед	Куриное бедро в тайском стиле	бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус "Адобо" (вода, соус томатный (томаты в собственном соку (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная, вода, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамахида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), крахмал картофельный, чеснок, имбирь корень, бадьян целый, корица, кардамон), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	239	21/13/9
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	236	4/5/43
3	Полдник	Медовый бисквит с кремом из вареной сгущенки	медовый бисквит (тесто медовый бисквит (мед, меланж яичный, мука пшеничная, мука миндальная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, разрыхлитель, сода, уксус винный (вино, антиокислитель Е224), крем (молоко сгущенное вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), пропитка (мед, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп, экстракт кленовый, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), вода), сливки растительные (вода питьевая, заменитель молочного жира (масла растительные рафинированные дезодорированные в натуральном и модифицированном виде: пальмовое, подсолнечное, рапсовое, пальмоядровое, антиокислитель: Е306), молоко сухое обезжиренное, комплексная пищевая добавка (эмульгатор Е427с, стабилизаторы: Е415, Е410, Е401), регулятор кислотности (цитрат натрия 3-замещенный, орто-фосфат натрия 2-замещенный), ароматизатор натуральный "Сливки", краситель натуральный "Бета-каротин"), ядра ореха грецкого	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требует разогрева	105	396	8/23/40
4	Ужин	Куриный стейк капрезе	куриный стейк (филе куриное, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокоосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), соль, перец черный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	186	26/7/4
		Соба с кунжутом	лапша гречневая, масло подсолнечное, соль, кунжут.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	226	8/4/40
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупрежда ющая информация (скоруплакос точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информаци я о разогреве блюда/соу са	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творожная запеканка с песочным крастом	запеканка(творог 1.8%, сыр творожный 65%, молоко 3,2%, сахар, куриное яйцо, манная крупа, масло оливковое, апельсины, сироп ванильный), тесто(мука пшеничная, масло сливочное 82,5%, сахар, яйцо куриное, разрыхлитель теста); мак пищевой, корица, варенье(вишня с/м, сахар, крахмал кукурузный, пюре лимона с/м); мята свежая	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требует разогрева	125/30	451	15/19/5 7
2	Обед	Куриное бедро в ореховом соусе	куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (Е621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (Е415), консервант (Е202), горчичный порошок, регулятор кислотности (Е260), антиокислитель (Е386)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, соль, петрушка, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температу ре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	120	326	21/22/1 1

№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/пакост/точечности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Гранола с клубничным йогуртом и семенами чиа	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (геркулес, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп, экстракт кленовый, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), кокосовая стружка, клюква вяленая, вишня вяленая, мед натуральный, масло подсолнечное), пюре клубничное (клубника с/м, сироп клубничник (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель луццовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: пикно, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль), сахар), ядро ореха миндаль, мята, семена чиа	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70/45/28	293	8/10/43
2	Обед	Солянка с мясным фаршем	капуста белокочанная, вода, филе куриное, говядина, лук репчатый, морковь, паста томатная (паста томатная, вода), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), масло подсолнечное, чеснок, соль, сахар, укроп, лавровый лист, паприка,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250	225	16/7/23
3	Полдник	Кокосовые панкейки	тесто(молоко кокосовое, мука пшеничная, яйцо куриное, масло подсолнечное, сироп кокосовый, сахар, кокосовая стружка, разрыхлитель, соль), масло подсолнечное; мусс(сыр творожный 65%, сироп кокосовый, творог 1,8%), цукаты, мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	80/50/10	410	5/19/20
4	Ужин	Гуляш из птицы	куриное филе су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано), вода, помидоры, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), масло подсолнечное, пассеровка мучная (мука пшеничная, масло подсолнечное), смесь сухая "Деми Глас" (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, иодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, тмин молотый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	154	15/6/10
		Картофельное пюре	пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 82,5%, соль); петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/пакост/точечности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Вишневые сырники	сырник (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), пюре вишневое (вишня с/м, сахар), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосковертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тарпи), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, крупяная манная, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), желе (сок вишневый (вишневый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре вишневое с/м (вишня, сахар), вода, желатин (желатин), вода), мед, агар-агар (агар E406 (загуститель, аген желеирующий, стабилизатор, носитель))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	120	262	11/10/31
2	Обед	Зрза с сырным муссом	зрза (фарш (бедро куриное, филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), сырная кнель (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосковертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тарпи), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сыр твердый (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термодифильных молочнокислых микроорганизмов, моллосковертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого анато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус из копченого лука (сок томатный, лук репчатый, паста томатная, масло подсолнечное, лимонный сок (вода, лимонная кислота, сахарозаменитель), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), сахар, соус "Жидкий дым", паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	95/25	272	20/16/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39
3	Полдник	Куриный террин с желе из чернослива	куриный террин (фарш (куриное бедро, куриное филе, сливки 22% (сливки нормализованные), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль пищевая, перец черный молотый), масло подсолнечное), чернослива, хлебцы ржаные (мука ржаная хлебопекарная обдирная, вода питьевая, отруби пшеничные, соль, дрожжи хлебопекарные, солод ржаной, эмульгатор соевый лецитин), лук фри (лук (75%), растительное масло, пшеничная мука, соль), шпинат	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	85/12	172	11/7/14

4	Ужин	Куриное филе в мексиканском соусе	куриное филе в соусе (куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус Тако (томаты резаные 70%, перец сладкий, томатная паста, лук, сахар, соль пищевая, чеснок, масло растительное подсолнечное, уксусная кислота - регулятор кислотности, петрушка, перец красный, перец халапеньо, кориандр, консервант - сорбат калия), морковь запеченная (морковь, соль, тимьян, масло подсолнечное), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), масло подсолнечное, киза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	149	15/6/8
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	15-17.04.2024 / 15-17.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничная каша с клубникой и шоколадом	каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль)), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, соль), декор шоколадный (сахар, какао тертое, какао-масло, эмульгатор соевый лецитин, ароматизатор Ванилин)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	250	436	12/20/51
2	Обед	Паприкаш по-венгерски	паприкаш (куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), томаты, перец болгарский с/м, лук репчатый, масло подсолнечное, приправа универсальная, сахар, соль, паприка, соус (крахмалы (кукурузный, картофельный), волокна пищевые, сливки молочные сухие, мука пшеничная, гидролизат растительного белка (кукуруза), соль, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, натуральные экстракты специй: мускатный орех, перец черный; технологическое вспомогательное средство: носитель (камеда гуаровая), перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	115	259	19/16/10
		Гречка по-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
3	Полдник	Капустный салат с куриной грудкой	куриная грудка су-вид (грудка куриная филе, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), майонез ким-чи (майонез 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), лимонный ким-чи (масло подсолнечное, соус для ким-чи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор ксантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (e621) консервант бензоат натрия), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), чеснок, сахар, лимон, соль, киза, базилик, перец черный молотый), капуста белокочанная, перец сладкий, морковь, капуста краснокочанная, горошек зеленый консервированный (горох овощной свежий из мозговых сортов, вода питьевая, сахар, соль поваренная пищевая), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	110/25	171	10/11/9
4	Ужин	Ленивые голубцы в томатном соусе	ленивые голубцы (фарш (капуста белокочанная, филе куриное, говядина, лук репчатый, молоко 3,2%, хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная, укроп, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), смесь специй, соль), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок)), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150/30	298	22/16/16
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Овощная запеканка с грибным соусом	овощная запеканка (замес (картофельное пюре (картофель, соль), капуста брокколи, грибы шампиньоны жареные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), меланж яичный, желток яичный, сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокоосвертывающего ферментного препарата микробиального происхождения), бульон куриной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, курума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушенный куриный), укроп, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/30	226	11/13/17
2	Обед	Куриное филе в соусе медовый чили	куриное филе су-вид с орегано (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус медовый чили (соус бешамель (Молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), мед, соус чили сладкий (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель ксантановая камедь), перец болгарский, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахар, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), перец чили, имбирь корень, масло подсолнечное, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), паприка острая молотая), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), омега запеченные (опята консервированные (грибы намоке цельные, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), масло подсолнечное, соль), микрорезлен	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	191	18/6/16

		Булгур отварной	крупя пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	157	5/2/30
3	Полдник	Банановый кекс с фисташковым муссом	кекс (бананы свежие, меланж, яичный, мука пшеничная в/с, сахар, масло подсолнечное, сахар тростниковый, разрыхлитель (Разрыхлители гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), соль), мусс (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сироп миндальный (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности кислота лимонная, подсластители (циклопат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия), сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), мед, паста фисташковая, краситель пищевой зеленый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	40/45	238	6/13/24
4	Ужин	Цыпленок в сливочно-устричном соусе	цыпленок (куриное бедро филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м на пару (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное.	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	287	14/18/17
		Картофель подороженки	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скоруплакосточности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Ананасовый сырник с кремом из сметаны	ананасовые сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и моллосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, сироп ананасовый (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, сок ананаса концентрированный, ароматизатор, регулятор кислотности кислота лимонная, подсластители (циклопат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сукралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), краситель тартазин, консервант бензоат натрия), пюре ананаса с/м, крупа манная, меланж яичный, цедра лимона с/м, сироп ванильный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктозный сироп, экстракт ванили, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, краситель сазарный колер IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), масло подсолнечное), крем из топленой сметаны (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сахарная пудра), ананасы консервированные (ананасы, вода, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	70/20	205	9/10/20
2	Обед	Куриная котлета с грибным соусом	котлеты куриные (фарш (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная хлебопекарная в/с), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/20	193	14/11/10
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт розмари, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
3	Полдник	Сэндвич 4 сыра	хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемецеллюлаза)), сыр плавленый (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), сыр "чеддер" (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), моллосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), томаты, сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, моллосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), сыр с голубой плесенью (нормализованное пастеризованное молоко, соль, моллосвертывающий ферментный препарат животного происхождения, бактериальная заквасочная культура мезофильных молочнокислых микроорганизмов, бактериальная культура плесневых грибов Penicillium roqueforti, пищевая добавка уплотнитель хлорид кальция), соус (масло подсолнечное, сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, моллосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), петрушка, кедровые орехи, паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, томаты вяленые (томаты сушеные ()), подсолнечное масло (37%), спиртовой уксус (спиртовой уксус, антиокислитель E224), соль, сахар, калеррсы, оливковое масло экстраверджин, петрушка, чеснок, базилик, антиокислитель аскорбиновая кислота E300, регулятор кислотности лимонная кислота E330)), приправа универсальная, сахар, соль), пюре лимонный с/м (лимон, сахар 13,1%, соль, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	80	236	8/14/20

4	Ужин	Рыбная котлета в сливочно-фенхельном соусе	рыбная котлета (фарш (хек филе с/м, творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сливки 22% (сливки нормализованные), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), бульон рыбный (соль, глюкоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная вс, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), фенхель, масло подсолнечное, бульон рыбный (соль, глюкоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), лайм листья, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	60/20	154	11/9/7
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	18-20.04.2024 / 18-20.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Рисовая каша с чатни из манго и жареным кокосом	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода, крупа рисовая, сахар, мед натуральный, соль), чатни из манго (манго с/м, наполнитель "Манго" (сироп глюкозный, вода питьевая, загустители (E1442, E466), сахар, пюре фруктозное (яблочное), регуляторы кислотности (кислота лимонная, E331iii), ароматизатор, красители (E150d, E102, E110)), вода питьевая, сахар, лимоны, крахмал картофельный), кокосовая стружка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	185/40	247	5/6/43
2	Обед	Биточки куриные с соусом Демиглас	биточки (филе куриное, бедро куриное филе, лук репчатый, меланж яичный, соль, перец черный молотый, масло подсолнечное), соус (вода, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, соус деми гласс сухой (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель е1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и приноста (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/25	220	32/8/4
		Картофель под-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
3	Полдник	Салат из запеченной тыквы с рукколой и сметанным соусом	тыква запеченная (тыква, масло подсолнечное, розмарин свежий, прованские травы), капуста на пару (капуста брокколи с/м, соль пищевая), заправка (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), лимоны, петрушка, соль пищевая, перец черный молотый), салат айсберг, соус крем-бальзамик (концентрированный виноградный сок, бальзамический уксус Модены 20% (винный уксус(вино, антиокислитель E224), концентрированное виноградное сусле, краситель E150d), модифицированный кукурузный крахмал), руккола, семена тыквы	Нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	100/25	118	3/7/11
4	Ужин	Гречатники с томатно-сливочным соусом	гречатник (фарш (каша гречневая (вода питьевая, крупа гречневая, соль), филе куриное, говядина, лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная с газом, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), смесь специй для фахитос, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (сливки 22% (сливки нормализованные), соус сальса (томаты резаные, томатная паста, вода питьевая, перец сладкий, лук, сахар, соль, лимон, чеснок, масло растительное, кинза, перец красный, консервант - сорбат калия), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	135/40	310	23/12/27
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Домашняя гранола с орешками	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (мюсли (хлопья овсяные, хлопья пшеничные, масло рапсовое, вода питьевая, сахар, кусочки сушеного банана в рисовой муке, патока, изюм, мука пшеничная, мука рисовая экструдированная, соль, ароматизатор), изюм, кокосовая стружка), варенье клубничное (клубника с/м, сахар, вода, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%), крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, кедровые орехи, мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	40/70/20	264	7/11/33
2	Обед	Вок с гречневой лапшой и курицей в чесночном соусе	гречневая лапша в соусе (соба отварная (лапша гречневая, соль), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)), вок (филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), капуста жареная (капуста китайская, масло подсолнечное)), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/100	387	22/14/44

3	Полдник	Панкейк с арахисовым муссом и карамелизированными персиками	панкейки (тесто (молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), мука пшеничная в/с, вода, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп "Кокос" (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия)), сахар, кокосовая стружка, разрыхлитель для теста, соль), масло подсолнечное), арахисовый крем (сыр мягкий (молоко пастеризованное, сливки пастеризованное, лактоза, регулятор кислотности - лимонная кислота, антиокислитель - натуральный экстракт розмарина), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), молоко густое вареное (молоко нормализованное, сахар (сахароза), технологическое вспомогательное средство: ферментный препарат микробного происхождения - лактаза), паста арахисовая (жареный арахис (цельный нарезанный), декстроза, гидрогенизированное растительное масло (рапс, хлопковое семя, соевые бобы, пищевая соль), сливки 22% (сливки нормализованные), сироп "Миндальное молоко" (глюкозно-фруктозный сироп, вода питьевая, экстракт миндаля, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, подсластители (циклопат натрия, сахаринат натрия), ацесульфам калия, сукаралоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смольных кислот), консервант бензоат натрия)), персики карамелизованные (персики консервированные (персики, вода, сахар, регулятор кислотности лимонная кислота), сахар тростниковый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	70	218	4/14/20
4	Ужин	Куриное бедро в томатном соусе	куриное рагу в томатном соусе (бедро куриное филе, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), кабачки, лук репчатый, морковь, перец болгарский, масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), кинза)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	174	15/9/9
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	235	7/3/45
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Белковый омлет с ветчиной и помидорами	белковый омлет (смесь для омлета (белок яичный, меланж яичный, соль, мускатный орех, перец черный молотый), замес из желтка (желток яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль), ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюконоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, томаты), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), паста томатная, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130/20	196	15/13/5
2	Обед	Запеканка из макарон с фаршем и сырным соусом	запеканка из макарон с фаршем и сырным соусом (фузилли (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), фарш куриный (куриное бедро, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, масло подсолнечное), соус сырный чили (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), молоко сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сыр мягкий (сыры полутвердые, масло сливочное, молоко сухое обезжиренное, концентрат молочного белка, эмульгаторы E331, E339, E450, E452), регулятор кислотности, соль пищевая, консервант низин, вода питьевая), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паприка острая молотая, шафран имитация), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	160/20	469	25/29/27
3	Полдник	Сэндвич с ростбифом и горчичным соусом	хлеб тостовый (мука пшеничная хлебопекарная "Советал концентрат" (мука ржаная обдирная, глютен пшеничный, ядро подсолнечника, пшеница дробленая, семена льна, кунжут, пшеница дробленая, отруби пшеничные), солод ферментированный, вода питьевая, дрожжи х/б прессованные, соль поваренная пищевая), говядина су-вид (говядина, масло подсолнечное, приправа для размягчения мяса, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, ксантановая камедь)), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), салат айсберг, огурцы свежие, огурцы маринованные (огурцы, вода, уксус, соль, экстракт пряностей, подсластитель: сахарин, консервант: бензоат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	105	173	12/5/20
4	Ужин	Куриный рулет с соусом из копченого лука	куриный рулет (филе куриное, сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), томаты, соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), Дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260), антиокислитель (E386)), сыр твердый чеддер (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности е524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), желатин (желатин), шпинат, ядра ореха грецкого, аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), чеснок, соль, тимьян, перец черный молотый) соус (сок томатный (томатный сок, соль), лук репчатый, паста томатная (паста томатная, вода), масло подсолнечное, сок лимона, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), жидкий дым, паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	80/20	167	20/8/3
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	21-23.04.2024 / 21-23.05.2024								

№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая с орехами	каша гречневая (моолко 3,2% (молоко нормализованное), крупа гречневая, сахар, соль), ядра ореха кешию, ядра арахиса	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250/10	438	15/13/66
2	Обед	Куриная мякоть Адобо	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный); соус адобо (вода питьевая, соус томатный (томаты, паста томатная, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), крахмал картофельный, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), чеснок, имбирь корень, бадьян, кардамон, корица)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	75/35	152	25/4/4
		Лапша Зеленый чай	лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, чай зеленый, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	237	7/5/41
3	Полдник	Салат со спаржей, огурцами и цыпленком	спаржа маринованная (спаржа сушеная, вода питьевая, соль пищевая), масло подсолнечное, масло кунжутное, лимонный сок, кинза, соль пищевая, имбирь маринованный (имбирь, вода, соль, сахар, уксусная кислота (E260), лимонная кислота (E330), глутамат натрия (E621), сорбиновая кислота (E202), аспартам (E951), пищевой краситель (E129)), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), огурцы, соус спайси (соус кисло-сладкий (вода, сахар, пюре абрикосовое концентрированное, загустители (E1422, E415), соль, соус Ворчестер (содержит ароматизаторы), смесь специй (содержит антиокислитель E330 и ароматизаторы), регуляторы кислотности (E260, E330), паприка красная, консервант E202, краситель E162, ароматизатор натуральный), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль пищевая), филе куриное в азиатском стиле (филе куриное, маринад азиатский (вода питьевая, паста томатная (томатная паста, вода питьевая), чеснок, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль пищевая, имбирь, паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), листья лайма), салат айсберг, морковь по-корейски (морковь столовая, масло растительное, уксус, соль, сахар, куркума, перец красный чили, перец черный молотый, мускатный орех молотый, пажитник молотый, чеснок, базилик, усилитель вкуса и аромата E621, консервант E211, E 202), кунжут, кинза	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	105/20	143	12/5/11
4	Ужин	Рагу из птицы с соусом Том ям	филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус том-ям соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), молоко козосовое (переработанная мякоть козосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор E435 = 0,01%), сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосовертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (антистабилизатор (дихромаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антистабилизатор ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), вода, соус терриги (вода, соус соевый (вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (E1422, E415) регулятор кислотности E260, имбирь молотый, консерванты (E211, E202), ароматизатор натуральный), масло подсолнечное, сахар, лемонграсс, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), кинза, мята, лайм листья, соль), томаты, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), грибы вешенки жаренные (вешенки, масло подсолнечное, тимьян), масло подсолнечное, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	193	14/12/7
		Рис отварной	рис, масло подсолнечное, соль,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	266	4/10/41
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Блины с грибным жульеном	блины (вода, молоко 3,2%, мука пшеничная, яйцо куриное, сахар, масло подсолнечное, соль), жульен (грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), соус грибной (крахмал кукурузный, соль, сахар, сыворотка молочная сухая, специи: горчица, чеснок, лук, куркума; гидролизат растительного белка (кукуруза), грибы сушеные (шампиньоны), экстракты дрожжей, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, технологическое вспомогательное средство: носитель (ксантановая камедь); масло растительное (подсолнечное), краситель (сахарный колер IV)), соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/35	275	6/13/33
2	Обед	Куриный стейк с ветчиной, грибами и сыром	стейк (филе куриное, начинка (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), ветчина из индейки - мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120, укроп, петрушка), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молкосовертывающего ферментного препарата микробального происхождения), соль, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	249	28/14/3

		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
3	Полдник	Шоколадный маффин	маффин (меланж, сахар, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, какао порошок, сироп шоколадный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, экстракт какао, ароматизатор, краситель сахарный коле IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), разрыхлитель (разрыхлители гидрокарбонат натрия (сода пищевая) и пирофосфат натрия, крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, соль), топинг шоколадный (сироп глюкозы, сахар, вода питьевая, какао порошок, густеное молоко, загуститель пектин, стабилизаторы-эмульгаторы: лецитин, полифосфат натрия и камедь рожкового дерева, ароматизаторы, консервант сорбат калия, регулятор кислотности лимонная к-та, соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333), ядро ореха миндаля	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	45/15	247	4/11/32
4	Ужин	Домашняя котлета с грибным соусом	котлета (фарш (говядина, хлеб белый (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), меланж яичный, соль, чеснок, перец черный молотый), сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), масло подсолнечное), соус (соус(молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), грибы шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин, перец черный молотый), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/25	288	24/12/2
		Барпи покупчески	барпи отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	258	6/8/40
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Яичный скрамбл с зеленым горошком и тостом	яичный скрамбл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), хлеб пшеничный ((мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопечарный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемцеллюлаза)), горох зеленый с/м паровой (горох зеленый с/м)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	130/20	259	12/14/2
2	Обед	Ломтики цыпленка в соусе из болгарского перца и базилика	ломтики цыпленка (филе куриное су-вид (филе куриное, соль пищевая, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус (перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), базилик, соль пищевая, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, курица, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), петрушка)	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	120	170	15/7/11
		Соба с кунжутом	лапша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), масло подсолнечное, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	226	8/4/40
3	Полдник	Сложка с картофелем	начинка (картофель, укроп, соль, перец черный молотый), тесто слоеное (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, маргарин (масла растительные рафинированные дезодорированные, вода, ароматизатор натуральный), соль, регулятор кислотности-кислота лимонная), желток яичный	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Не требуется разогрева	100	224	5/10/30
4	Ужин	Печеночный маффин с яйцом и сметанным соусом	маффин (фарш (печень говяжья, морковь, лук репчатый, меланж яичный, крупа манная, соль), яйцо куриное, масло подсолнечное), соус (соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп, соль), огурцы соленые (огурцы соленые, вода, соль, пряная зелень (укроп, хрен), регулятор кислотности - молочная кислота, чеснок, семена укропа), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	74/25	179	13/10/9
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3.2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	255	5/10/37
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	24-26.04.2024 / 24-26.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Каша овсяная с вишневым вареньем	каша овсяная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа овсяная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), варенье вишневое (вишня с/м, сахар, вода, крахмал кукурузный, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	200/30	339	9/14/44
2	Обед	Куриная котлета с пикантным соусом	котлета (фарш (филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	60/25	266	17/7/11
		Паста Фарфалле с базиликом	макарони из твердых сортов пшеницы (мука из твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик свежий), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100	142	5/4/20
3	Полдник	Салат с пекинской капустой, огурцом и сметаной	огурцы, капуста китайская, яйцо куриное отварное (яйца куриные, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), сметана (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	140/25	145	8/1/14
4	Ужин	Куриное филе в тайском соусе	куриное филе в тайском соусе (куриное филе, соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тamarинда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, куркума, стабилизатор кантановая камедь), приправа универсальная, масло подсолнечное), соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тamarинда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, куркума, стабилизатор кантановая камедь), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	75/20	177	22/8/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 4 блюда									1441	
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творог с чатни из яблок	творог (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), чатни (яблоко, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартазин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), кислота лимонная, корица, гвоздика, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	120/50	196	19/2/25
2	Обед	Куриное филе с овощным соусом	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), гарнир (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, вода, перец болгарский, морковь, масло подсолнечное, сахар, паста карри (краситель перец чили сушеный 21%, чеснок, лимонграсс, лук-шалот, соль, галангал, каффир-лайм, кориандр, тмин), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), крахмал картофельный, чеснок, базилик, кинза, листья лайма), соус (соус соевый терияки (вода, соус соевый (вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422, e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	70/35/15	188	24/7/8
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	184	6/5/30

3	Полдник	Кофейно-карамельное пирожное	замес парфе (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладиат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, пюре карамель с солью (вода, сахар тростниковый, сироп из фруктозы, ароматизатор: карамель, загуститель: E1442, консервант: сорбат калия, подсластитель: сукароза, стабилизатор: моно- и диглицериды жирных кислот, регуляторы кислотности: яблочная кислота, цитрат натрия, морская соль), сахар, сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), желток яичный, сироп кокосовый (сахар, вода питьевая, натуральный ароматизатор, регулятор кислотности (лимонная кислота), консервант (сорбат калия), крахмал кукурузный, кофе), бисквит (меланж яичный, мука пшеничная в/с, сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), кофе, разрыхлитель), краанч (пraline (сахар, хрустящий бисквит 24% (пшеничная мука, сахар, безводный молочный жир, обезжиренное сухое молоко, ячменно-солодовая мука, соль), растительное масло, миндаль, безводный молочный жир, лесной орех, цельное сухое молоко, эмульгатор соя лецитин, какао масло, ликер какао, натуральный экстракт ванили), вафельная крошка, шоколад белый (какао масло (мин 20%), молоко сухое (мин 14%), подсластитель (макс.) жир молочный (4%), ванилин, эмульгатор (лецитин)), глазури (сироп глюкозы, шоколад белый (какао масло (мин 20%), молоко сухое (мин 14%), подсластитель (макс.), жир молочный (4%), ванилин, эмульгатор (лецитин)), сахар, молоко гущенное (цельное коровье молоко, сахар-песок (сахароза), желатин, вода питьевая, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требует разогрева	110	383	7/19/46
4	Ужин	Фрикассе из цыпленка с грибами	соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), укроп, смесь специй, бульон куриный сухой (соль, усилитель вкуса и аромата (глютамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	199	16/12/7
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/пакост/точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Тыквенный омлет с творогом и сыром фета	тыквенный омлет (основа для омлета (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), пюре тыквенное (тыква, соль пищевая), соль пищевая, перец черный молотый), тыква запеченная (тыква, масло подсолнечное, розмарин свежий, прованские травы), творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр рассольный 55% (обезжиренное пастеризованное молоко, растительные жиры, соль пищевая, молкосвертывающий фермент микробного происхождения, регулятор кислотности: лимонная кислота), семена тыквы), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль пищевая, перец черный молотый), петрушка	Нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	140/20	238	14/16/9
2	Обед	Бифштекс в сливочно-перечном соусе	бифштекс (фарш (говядина, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), соль, смесь специй), масло подсолнечное), соус перечный-сливочный (молоко 3,2% (молоко нормализованное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизованные растительные и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соус джемилас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), сливки 22% (сливки нормализованные), соль), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	85/30	188	19/7/12
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3.2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
3	Полдник	Бурек с рассольным сыром	бурек (начинка сырная (сыр рассольный (обезжиренное пастеризованное молоко, растительные жиры, соль пищевая, молкосвертывающий фермент микробного происхождения, регулятор кислотности: лимонная кислота), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладиат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары))), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), меланж яичный, укроп, перец черный молотый), соль), тесто фило (мука пшеничная в/с, вода, крахмал кукурузный, масло растительное, клетчатка пшеничная, соль, консервант-сорбат калия, вещество для обработки муки - L- цистеин), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), масло подсолнечное), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	400	13/30/19
4	Ужин	Куриные фрикадельки в сливочном Демиглассе	куриные фрикадельки (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), лук репчатый, соль, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус демиглас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), лук репчатый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	95/30	182	19/8/9
		Лапша Зеленый чай	лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, чай зеленый, семена кунжута белого	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	237	7/5/41
My-food "ПРОСТО" 4 блюда	Дата доставки	27-29.04.2024 / 27-29.05.2024								

№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скоруплакос точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша кукурузная с грушевым конфитюром	каша кукурузная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа кукурузная, сахар, масло сливочное 82,5% (масло пастеризованное)), грушевый конфитюр (груша, вода, сахар, сироп "Груша" (сахар, вода питьевая концентрированный грушевый сок, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор натуральный "Груша", краситель натуральный "карамельный колер"), крахмал картофельный, кислота лимонная, агар-агар (агар E406 (загуститель, аген желирующий, стабилизатор, носитель), корица, гвоздика, краситель пищевой)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250/30	370	10/9/62
2	Обед	Макаронные изделия	макаронные изделия отварные (макаронные изделия (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло подсолнечное, соль), фарш (говядина, соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, морковь, соус деми гласс (вода питьевая, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, смесь сухая деми гласс, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соль, чеснок гранулированный, тимьян, перец чёрный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	220	340	19/10/43
3	Полдник	Салат из чечевицы с томатным хумусом	чечевица зеленая, томатный хумус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), нут консервированный (горох нут, вода, соль, антиокислитель кислоты L-аскорбиновая (e300)), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, базилик свежий, лимон, соль пищевая, кинза, зира, хмели-сунели, перец черный молотый), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), томаты, капуста китайская, редис красный, шпинат, орехи кедровые, укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	100/30	97	5/3/12
4	Ужин	Ленивая картофельная зразы с грибным жульеном	зразы (фарш для зразы (картофель отварной, филе куриное, говядина, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), желток яичный, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), меланж яичный, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), грибной жульен (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), концентрат грибной (соль, мальтодекстрин, усилители вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), сахар, растительный жир, ароматизаторы, крахмал кукурузный, грибы, регулятор кислотности лимонная кислота, лук, краситель сахарный колер III, экстракт дрожжей), соль, перец черный молотый), томаты конфи (томаты, масло подсолнечное, чеснок, укроп, сахар тростниковый, тимьян), капуста брокколи, укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	135/40/40	328	20/13/34
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скоруплакос точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	А-ля хачапури	а-ля хачапури (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), меланж яичный, сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), мука пшеничная, сыр копченый адыгейский (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), масло подсолнечное, укроп), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев, соус не греется	135/20	449	19/35/15
2	Обед	Паста Болоньезе	паста отварная (макаронные изделия (мука их твердых сортов пшеницы, вода), масло подсолнечное, соль), фарш (говядина, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, морковь, соус деми гласс (вода питьевая, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, смесь сухая деми гласс (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян), мучная пассеровка (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные)), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы, загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соль, чеснок сушеный, тимьян, перец чёрный молотый), сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, сахар, соль), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев, соус не греется	220	337	18/11/42
3	Полдник	Апельсиновый кекс с муссом	апельсиновый кекс (апельсины, меланж яичный, сахар, крупа кукурузная, ядро ореха миндаль, разрыхлитель для теста, масло подсолнечное), мусс апельсиновый (сливки растительные (вода, растительное масло (рафинированное, дезодорированное пальмидиловое масло, эмульгатор соевый лецитин), сахар, глюкоза, молочный белок, стабилизатор e466, эмульгатор (e460(i), e472b, e474e) влагоудерживающий агент e420, регулятор кислотности e399 (ii), соль поваренная пищевая, ароматизатор "сливочная ваниль"), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дигидрофосфат ацетилглицерин (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антилежидвающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сироп "Апельсин" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктозный сироп, концентрированный сок апельсина, ароматизаторы, регулятор кислотности: лимонная кислота, загуститель гурамирабик)), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	130	333	5/19/36

4	Ужин	Клопсы из птицы с сметанным соусом	клопсы (клопсы (куриное филе, куриное бедро, морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), кабачки запеченные (кабачки, масло подсолнечное, соль пищевая, прованские травы), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит е536-антиислеживающий агент) уплотнитель е509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности (E508)), молокозвертывающий фермент животного происхождения консервант е252, ферментный препарат лиозим (вытяжка из белка куриных яиц), крупа манная, соль пищевая, паприка молотая, перец черный молотый), масло подсолнечное), сметано-огуречный соус (соус сметанный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная, соль пищевая, тимьян свежий), сметана 20% (сливки, заправка молочнокислых культур), укроп, соль пищевая, перец черный молотый), огурцы соленные (огурцы соленные, вода, соль, пряная зелень (укроп, хрен), регулятор кислотности - молочная кислота, чеснок, семена укропа), укроп	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/25	251	17/16/9
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	258	6/8/40
My-food "ПРОСТО" 4 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорупа/пакос точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Киш-лорен с ветчиной и овощами	киш-лорен (начинка (меланж яичный, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407)), желирующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, спелки: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль), сыр рассольный "моцарелла" (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокозвертывающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, заправка термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, молокозвертывающий ферментный препарат микробного происхождения), перец сладкий запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль); перец сладкий с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), петрушка.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	110/20/15	212	13/14/9
2	Обед	Вок с цыпленком и овощами	удон в сливочно-устричном соусе (лапша пшеничная (лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, семена кунжута), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), семена кунжута), семя индийская заправка (филе бедра куриного, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соль, чеснок, орегано), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), семена кунжута, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жареные (грибы шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м отварная (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	125/100	508	19/24/53
3	Полдник	Сэндвич с говядиной	хлеб пшеничный зерновой (мука пшеничная хлебопекарная "Советал концентрат" (мука ржаная обдирная, глютен пшеничный, ядро подсолнечника, пшеница дробленая, семена льна, кунжут, пшеница дробленая, отруби пшеничные), солод ферментированный, вода питьевая, дрожжи х/б прессованные, соль поваренная пищевая), говядина айк (говядина, вода, нитритная соль (соль поваренная, фиксатор окраски (нитрит натрия), стабилизаторы (E450, E331)), регуляторы кислотности (E451, E282), желирующий агент (хлорид калия), глюкоза, загустители (E407, E425), усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия), антиокислитель (аскорбат натрия, аскорбиновая кислота, аскорбат натрия), ароматизаторы ("мясо", "перец"), подсолнечное масло), соус маринованный томат (томаты, лук репчатый, соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор кантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатор (e621) консервант бензоат натрия), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), укроп, масло подсолнечное, кинза, соль, чеснок сушеный), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель e1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна коричневой горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, куркума), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиокислитель E385), сыр твердый (изготовлен из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молокозвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), майонез (ода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота, Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202 антиокислитель E385 краситель каротин подсластитель E954) салат айсберг огурцы	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	105	247	12/12/22
4	Ужин	Куриное бедро в соусе Пад-тай	куриное бедро в соусе пад-тай (куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус-крем пад-тай (сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокозвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (диэтилмадиат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антиислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), йогурт греческий (молоко нормализованное, заправка молочнокислых культур), соус пад-тай (сахар, вода, крахмальная патока, тамариндовая паста 8%, лук-шалот, соль, арахис, чеснок, соевый соус (соевые бобы, пшеничная мука, соль, вода), перец чили, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, натуральный краситель экстракт паприки), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галанган, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм)), морковь припущенная, перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), фасоль стручковая на пару (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), соус терияки (вода, соус соевый (вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422, e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный)), кинза, кунжут	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	197	12/8/19

		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	184	6/5/30
My-food "ПРОСТО" 3 блюда	Дата доставки	01-02.04.2024 / 30.04.2024 / 01-02.05.2024 / 30-31.05.2024 / 01.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Рисовая каша на молоке с курагой	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа рисовая, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота)), курага	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	200/15	210	5/4/38
2	Обед	Куриный шницель с медово-горчичным соусом	куриный шницель (филе куриное, кляр (панирочка (мука (пшеничная, рисовая) соль, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, крахмал кукурузный, мальто-декстрин, специи и пряности (чеснок, черный перец, перец чили паприка), регулятор кислотности E500, E330, E 450; экстракт дрожжей,ароматизатор, краситель: экстракт паприки), вода), панирочка (сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарская высший сорт, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), сыр твердый (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), соль), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), паприка, перец черный молотый)), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка (мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соль, тимьян), горчица зернистая (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), мед, бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, куркума, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон жидкий куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия) и сунилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321)), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	110/20	262	24/8/23
		Паста пенне	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	290	9/6/49
3	Ужин	Люля кебаб из куриного бедра с аджикой	люля-кебаб (фарш (филе куриного бедра, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), минеральная вода газированная, кинза, укроп, соль, масло подсолнечное, кумин молотый, хмели-сунели, перец черный молотый), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец чёрный молотый), аджика (перец красный острый, соль, укроп, кориандр, чеснок, лавжик, хмели-сунели, уксус, бензоат натрия), сахар), лаваш (мука пшеничная, вода питьевая, соль), лук красный маринованный (лук красный, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), гранат, кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	145/20	279	21/11/24
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	235	7/3/45
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Сырники клубника в шоколаде	сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары))), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, молоко 3,2% (молоко нормализованное), сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азурбин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соли)), крупа манная, мелаж яичный, масло подсолнечное), мусс шоколадный (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молокосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилированный (кукурузный)), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары))), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), какао-порошок, сахарозаменитель (вода, подсластители: цикламат натрия, сахарин натрия, фруктоза, консервант сорбиновая кислота), глазурь шоколадная (шоколад темный (какао масса (мин 43,4%), сахар (41%), какао масло (15%), эмульгатор: лецитин (E322) (0,5%), ванилин (0,1%), масло подсолнечное), зефир маршмелло (кукурузный сироп, сахар, вода, желатин, декстроза, сорбит, кукурузный крахмал, ароматизатор ваниль, собрат калия, красители E102, E129, E133, стабилизатор - тетрафосфат натрия)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	140	399	17/23/31

2	Обед	Куриный рулет с сезонными овощами	куриный рулет (куриное филе, начинка (кабачки запеченные (кабачки, масло подсолнечное, соль пищевая, прованские травы), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное), соус цезарь (вода, масло подсолнечное, уксус, сахар, загустители (E1422, кантановая камедь), яичный желток, соль, сыр (содержит эмульгирующую соль E339), чеснок сушеный, петрушка сушеная, ароматизаторы (содержит горчицу), консерванты (сорбиновая кислота, E385)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка муčná (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий)), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированное растительное масло в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, моноксвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель), пассеровка муčná (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль пищевая, тимьян свежий), сыр твердый 50% (обезжиренное молоко, заменитель молочного жира (рафинированное дезодорированное растительное масло в натуральном и модифицированном виде в том числе соевое, эмульгаторы много и диглицериды жирных кислот, соевый лецитин, антиокислитель концентрат смеси токоферолов, краситель бета-каротин), пищевая соль, мезофильные молочнокислые микроорганизмы, моноксвертывающий ферментный препарат животного происхождения, уплотнитель хлорид кальция (e509), консервант нитрат натрия (e251) краситель	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110	235	21/14/6
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	266	7/9/39
3	Ужин	Фрикадельки в кокосово-имбирном соусе	фрикадельки (фарш (куриное бедро, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), кокосово-имбирный соус (молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,96%, эмульгатор E435 = 0,01%), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), имбирь корень, масло подсолнечное, соль, имбирь молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/25	273	18/17/12
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скрывать/показывать)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Страта с ветчиной и беконом из индейки	страта (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), петрушка, укроп, соль, перец черный), начинка (ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желатирующий агент (E509), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюконоз, усилитель вкуса и аромата (E621)), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), бекон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пиррофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глютамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, специи (перец белый, горчица)), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, регулятор кислотности-лимонная кислота), хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода питьевая, сахар, маргарин столовый (рафинированные дезодорированные растительные масла в натуральном и модифицированном виде, в том числе соевое, вода, эмульгаторы, (E300, E307)), дрожжи хлебопекарные, соль пищевая, молоко сухое обезжиренное, пищевая добавка улучшитель хлебопашный (пшеничная мука, соевая мука, стабилизатор, (E170), эмульгатор (E472e), антиокислитель (E300), ферменты (альфа-амилаза и гемицеллюлаза)), сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, моноксвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), масло подсолнечное, чеснок гранулированный, паприка молотая, орегано), укроп	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	115	200	12/13/9
2	Обед	Митлоф с соусом Барбекю	митлоф (фарш (куриное филе, говядина, морковь, меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарская высший сорт, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, перец чёрный молотый), масло подсолнечное), соус (соус барбекю (вода, паста томатная, сахар, соль, загустители (e1422, e415) соус марина терияки, регулятор кислотности e260, ароматизатор, краситель e150d, перец черный, паприка красная, консервант e211), вода, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	65/20	120	14/3/9
		Соба с кунжутом	соба (паша гречневая (пшеничная мука, гречневая мука, вода, соль), соль, подсолнечное масло, семена кунжута)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
3	Ужин	Чкмерули из цыпленка в сливочно-чесночном соусе	соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, тимьян), куриное бедро запеченное (бедро куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), лук репчатый, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), укроп, кинза, хмели-сунели, соль, мята, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	297	18/19/13

		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	236	4/5/43
My-food "ПРОСТО" 3 блюда	Дата доставки	03-05.04.2024 / 03-05.05.2024 / 02.06.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша гречневая на молоке	каша гречневая (молоко 3.2% (молоко нормализованное)), крупа гречневая, сахар, соль)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	180	266	9/5/46
2	Обед	Суфле из птицы	суфле (бедро куриное филе, меланж яичный, майонез постный 30% (вода, подсолнечное масло, загустители: крахмал кукурузный, E412, E415, яичный желток, сахар, соль поваренная, регуляторы кислотности: уксусная кислота. Молочная кислота, ароматизатор "горчица", консервант E202, антиокислитель E385, краситель б-каротин, подсластитель E954), мука пшеничная в/с, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), соль, укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), аджика (перец сладкий, перец красный острый, морковь, томатная паста, регулятор кислотности - уксусная кислота, чеснок, петрушка, кориандр, консерванты: сорбат калия, бензоат натрия, соль, вода), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100/30	243	19/14/10
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30
3	Ужин	Куриное филе в бамбуковом соусе	курица Кунг-пао (филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, тимьян, соль, перец черный молотый, розмарин), соус (кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), мед натуральный, соус чили острый (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель канатная камедь), ткемали (сливовое пюре, чеснок свежий, хмели-сунели, перец красный молотый, соль, сорбиновая кислота, краситель пищевой "Кармаузин"), мука пшеничная в/с, масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), смесь сухая деми глас (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи (лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота))), сусо "Жидкий дым"), лук красный, перец сладкий с/м запеченный (перец сладкий с/м, масло подсолнечное), масло подсолнечное, ядро арахиса, лук зеленый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	253	22/10/18
		Лапша фунчоза	лапша рисовая, масло подсолнечное, соль, кунжут	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	198	0/5/38
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничный пудинг с клюквенным киселем	пшеничный пудинг (замес (каша пшеничная (молоко 3.2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, масло сливочное 82.5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), меланж яичный, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), ядра миндаля (ореха), кисель клюквенный (вода питьевая, клюква, сахар, крахмал картофельный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	110/30	256	8/13/27
2	Обед	Котлета Юрате из индейки с яйцом	котлеты юрате (фарш (филе индейки, филе бедра куриного, яйца отварные куриные (яйца куриные пищевые обогащенные селеном, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3.2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топлёного говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), меланж яичный, сухари панирочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная в/с, масло подсолнечное), соус грибной (сливки 22%, (сливки нормализованные, грибы шампиньоны, лук репчатый, соль), фарш (филе индейки, филе бедра куриного, яйца отварные куриные (яйца куриные пищевые обогащенные селеном, вода, соль пищевая йодированная, сахар, уксус спиртовой пищевой, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант - бензоат натрия), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3.2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топлёного говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, тимьян, перец черный молотый), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	55/25	174	11/10/10
		Лапша с овощами	макаронные изделия (мука из твердых сортов пшеницы, вода), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, чеснок), петрушка, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топлёного говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	164	5/4/27

3	Ужин	Куриное карри с шампиньонами и луком	бедро куриное запеченное (куриное бедро, масло подсолнечное, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), вода питьевая, соль, чеснок, орегано), соус карри (вода, масло подсолнечное, сахар, уксус, яичный желток, загустители (Е1442, кантановая камедь), томатная паста, соль, приправа карри (кукурма, имбирь, перец черный, перец чили, паприка, кориандр, корица, гвоздика), ароматизаторы натуральные (содержат сою), регулятор кислотности - лимонная кислота, краситель - каротин), грибы шампиньоны, лук репчатый, сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, петрушка, карри (кукурма, кориандр, имбирь, лук, кумин, петрушка, мускатный орех, гвоздика, корица, перец душистый, шамбала, перец белый, перец чили)), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	282	29/14/11
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Лимонный сырник с малиновым джемом	сырники из творога (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, заправка молочнокислых культур), мука пшеничная высшего сорта, сахар, желток яичный, соль, ванилин), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), малиновый джем (крахмал кукурузный, вода питьевая, мята свежая, пюре лимона с/м, сахар, малина с/м).	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	70/25	224	8/8/30
2	Обед	Чили кон-карне	чили кон-карне (соус томатный база (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)), паста томатная), филе куриное, бульон овощной (бульон овощной сухой (соль, овощи сушеные, специи и их натуральные экстракты (лук, морковь, сельдерей, пастернак, кукурма, мускатный орех; гидролизат растительного белка (кукурма), мальтодекстрин, экстракт дрожжей, крахмал картофельный, масло растительное (подсолнечное)), кукурма консервированная (кукурма, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), фасоль консервированная (фасоль консервированная красная (красная фасоль, вода, соль), соус ширача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукурма, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукурма), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, петрушка), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130	142	12/5/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	240	7/6/39
3	Ужин	Куриное бедро в сметане с грецким орехом	филе бедра куриного, сметана 20% (сливки, заправка молочнокислых культур), масло подсолнечное, чеснок, ядро грецкого ореха, соль, перец черный молотый; томаты запеченные (томаты, масло подсолнечное, чеснок, орегано, сахар тростниковый, тимьян), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	135	353	27/25/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша пшеничная с яблочным джемом	каша (молоко 3,2%, крупа пшено, сахар, соль), джем яблочный (яблоко, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп "яблоко" (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота)), лимонная кислота, краситель пищевой желтый, гвоздика молотая, корица молотая)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	200/50	292	8/5/54
2	Обед	Куриный маффин	маффин (фарш (филе куриное, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители Е1442, Е415; краситель каротин, антиокислитель Е320, Е321), соус кимчи (соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор кантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (Е621) консервант бензоат натрия), чеснок, соль), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сыр твердый гауда (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молоко-свертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (Е509), красителя пищевого анато (Е160b) консерванта нитрата натрия (Е251), консерванта натамицина (Е235)), томаты, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), лук репчатый, масло подсолнечное, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	85	168	17/8/6

		Паста фарфелле с базиликом	макаронные изделия, масло подсолнечное, базилик, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	232	9/7/34
3	Ужин	Куриное бедро в медово-горчичном соусе	куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), соус медово-горчичный (вода, масло подсолнечное, загуститель е1422, сахар, яичный желток, уксус столовый, соль, зерна кориичевоы горчицы, оболочка горчицы, медовый порошок, специи и пряности (горчичный порошок, мускатный орех, корица, перец черный, семена сельдерея, перец белый, кукуруза), ароматизатор горчицы, регулятор кислотности, молочная кислота, лимонная кислота, краситель каротин, антиоксидант Е385), брокколи, лук репчатый, масло подсолнечное, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка, соль), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	130	267	18/17/11
		Гречка под-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) о точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда (соус)	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Домашняя гранола	йогурт 7%, гранола (мюсли, изюм, кокосовая стружка); варенье (клубника с/м, сахар, поре лимон); мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Не требуется разогрева	45/70/25	279	8/10/40
2	Обед	Шведские фрикадельки с кисло-сладким соусом	фрикадельки (курица, вода, сухари панировочные (мука пшеничная в/с, дрожжи), лук, растительное масло (рапсовое), яичный порошок, стабилизатор (загуститель Е461 крахмал картофельный, комплекснообразователь Е576, добавка Е460, Е500), соль поваренная пищевая, компл.пищ.добавка (стабилизаторы и регуляторы кислотности Е450, Е451, Е452), сахара, декстроза, усилитель вкуса и аромата: глутамат натрия, антиоксидант, аскорбиновая кислота, специи, экстракты специй), соевый белок, пшен. волокна, бульон, натур. ароматизатор, карамелизованный сахар, петрушка, кукуруза), масло подсолнечное), соус (маринад (соус терияки (вода, соус соевый (вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (е1422, е415) регулятор кислотности е260, имбирь молотый, консерванты (е211, е202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), имбирный сок, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), соус кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) поре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор канталовая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (е621) консервант бензоат натрия), фасоль стручковая с/м, перец болгарский с/м, морковь, масло подсолнечное)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрева	65/30	290	5/21/20
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
3	Ужин	Индейка с овощами в сливочном соусе	филе куриное су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый, мускатный орех, орегано молотый) филе индейки су-вид (филе индейки, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), бадьян, корица), молоко кокосовое (переработанная мякоть кокосового ореха 70%, вода 29,99%, эмульгатор Е435 = 0,01%), морковь, био йогурт 2,8% (молоко нормализованное, стабилизатор е1422, пектин, молоко сухое обезжиренное, закваска молочнокислых культур), лук репчатый, перец с/м запеченный, сливки 22% (сливки нормализованные), баклажаны, масло подсолнечное, зеленый горошек с/м, паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), сахар, карри, соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), соль, крахмал картофельный, петрушка, кинза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	244	13/17/11
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	240	7/6/39
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа) о точности	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда (соус)	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Скрембл с томатным соусом	скрембл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), соус (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	145/40	216	14/15/7
2	Обед	Бефстроганов куриный	куриное филе запеченное (филе куриное, масло подсолнечное, соль, тимьян, розмарин, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), мускатный орех, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	105	203	19/11/7
		Картофельное пюре	картофель, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	200	4/8/28
3	Ужин	Куриное бедро в перечном соусе	филе куриного бедра запеченное (филе куриного бедра, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), капуста брокколи, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), соус перечный (вода, сахар, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), соль, черный перец, загустители E1422, E415, томатная паста, пшеничная мука, чеснок, соевое масло, гидролизованное растительное и животные белки, регулятор кислотности E270, E260, E330, говяжий жир, говяжий экстракт, краситель E150d, усилитель вкуса и аромата E635, экстракт черного перца, консервант сорбат калия, ароматизаторы, подсластитель аспартам), масло подсолнечное, соль), укроп	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	244	17/16/9
		Гречка отварная	крупка гречневая, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	231	8/2/45
My-food "ПРОСТО" 3 блюда	Дата доставки	09-11.04.2024 / 09-11.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша овсяная	каша овсяная (молоко 3,2%, овсяные хлопья, сахар, соль); соус (крем заварной (молоко 3,2%, сухая смесь заварной-крем, масло сливочное 82,5%, сироп ванильный); смородина с/м, черника с/м); шкаты, ядро ореха миндаль	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/40	271	7/9/40
2	Обед	Ежики в томатном соусе с овощами	ежики (фарш (говядина, филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), рис отварной (крупка рисовая, соль, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), минеральная вода с газом, смесь специй для фажитос, соль, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус томатный (томаты в с/с, чеснок, кинза, сахар, соль, масло подсолнечное, перец черный молотый), фасоль стручковая с/м паровая (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), перец запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), соус для вок (вода, соль, соевый соус (вода, соевые бобы, соль, пшеничная мука), усилитель вкуса и аромата E621, E627, E631; ароматизаторы, регуляторы кислотности E330, E260, E331, краситель E150c, консервант сорбат калия, подсластитель аспартам), смесь специй для фажитос, сахар, соль, майоран, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	90/30	188	15/7/16
		Картофель по-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
3	Ужин	Лапша Ло-мейн	макаронные изделия (мука их твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло оливковое, соль), смесь для лапши (бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, соус для кимчи (вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), крахмал кукурузный, дрожжевой экстракт, паприка молотая сладкая, кориандр молотый, стабилизатор кантановая камедь, усилитель вкуса и ароматизатора (е621) консервант бензоат натрия), масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал кукурузный, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное, соль), соус бешамель ((молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), перец болгарский, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер 1, консервант сорбат калия), морковь, лук красный гриль (лук красный, соль, орегано, чеснок), молоко 3,25 (молоко нормализованное), соус кимчи ((вода, паста кимчи (красный молотый перец, чили, редька (дайкон) чеснок, соль, сахар, корень имбиря, лук), сахар, рисовый уксус (вода, рис), соль, паста чесночная (соевый чеснок, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота) концентрат рыбного соуса (рыба, соль, вода) пюре яблочное, паста имбирная (свежий имбирь, вода, соль, регулятор кислотности лимонная кислота), масло кунжутное, кунжут, имбирь корень), кинза	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130/120	556	25/28/51
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Скрэмбл с картофелем, переперони и зеленым горошком	Состав:яичный скрэмбл (меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, петрушка), картофель жаренный с луком (картофель жареный (картофель, масло подсолнечное, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соль), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), укроп), соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), колбаса переперони запеченная (грудка куриная, вода, жир говяжий, соевый белок, соль, пшеничные волокна, паприка, декстроза, стабилизаторы (E 401, E 405), уплотнитель (E 516), пряности, антиокислитель (E 300, E 306), ароматизатор (Салыми копченая), усилитель вкуса и аромата(E 635), красители(кармин, сахарный колер III, экстракт паприки), фиксатор окраски (E250), перец красный, гемоглобин, стартовая культура),горох с/м на пару (горох зеленый/с/м, масло оливковое, соль), микрозелень	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	165/30	299	12/18/22
2	Обед	Куриное бедро в тайском стиле	бедро куриное запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус "Адобо" (вода, соус томатный (томаты в собственном соку (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная, вода, масло подсолнечное), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), соус рыбный (экстракт анчоуса, соль, сахар), крахмал картофельный, чеснок, имбирь корень, бадьян целый, корица, кардамон), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	239	21/13/9
		Рис по-мексикански	рис, морковь запеченная (морковь, чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное, соль, смесь специй, кориандр молотый	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	236	4/5/43
3	Ужин	Куриный стейк капрезе	куриный стейк (филе куриное, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробияльного происхождения), соль, перец черный)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	186	26/7/4
		Соба с кунжутом	лапша гречневая, масло подсолнечное, соль, кунжут.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	226	8/4/40
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творожная запеканка с песочным крастом	запеканка(творог 1.8%, сыр творожный 65%,молоко 3,2%, сахар,куриное яйцо, манная крупа, масло оливковое, апельсин, сироп ванильный),тесто(мука пшеничная,масло сливочное 82,5%, сахар, яйцо куриное,разрыхлитель теста); мак пищевой, корица, варенье(вишня с/м,сахар, крахмал кукурузный,пюре лимона с/м), мята свежая	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требует разогрева	125/30	451	15/19/57
2	Обед	Куриное бедро в ореховом соусе	куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус ореховый (вода, соевое масло, соевый соус, сахар, кунжут, уксус, глюкоза, яичный желток, грибной концентрат, усилитель вкуса и аромата (E621), дрожжевой экстракт, стабилизатор (E415), консервант (E202), горчичный порошок, регулятор кислотности (E260),антиокислитель (E386)), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), масло подсолнечное, соль, петрушка, перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	120	326	21/22/11
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	258	6/8/40
3	Ужин	Запеканка из индейки с картофелем дюшес	запеканка (картофельное пюре с желтком (картофельное пюре (картофель, соль), желток яичный, сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антиспецивающий агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), молокосвертывающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц)), сливки 22% (сливки нормализованные), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), соль), фарш из индейки обжаренный (филе индейки, бедро куриное филе, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, бульон куриный эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), перец черный молотый), масло подсолнечное), брокколи запеченная (капуста брокколи с/м, масло подсолнечное, соль), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молокосвертывающего ферментного препарата микробияльного происхождения), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сыр твердый 45% (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, молокосвертывающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное (дезодорированное)), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой эко (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	125/30	291	16/18/17
My-food "ПРОСТО" 3 блюда	Дата доставки	12-14.04.2024 / 12-13.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Кукурузная каша	каша кукурузная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода питьевая, крупа кукурузная, сахар, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль), цукаты (ананас, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, консервант E220, красители: E110, E124, E102, E333), мята	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	300	389	12/11/6 1
2	Обед	Паста с мидиями и маком в сливочно-трюфельном соусе	макаронные изделия, масло подсолнечное, соль; сливочный соус с мидиями (мидии запеченные (мидии, масло зеленое (масло подсолнечное, петрушка, укроп), соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), сливки 22% (сливки нормализованные), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные)), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), кабачки, морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), масло подсолнечное, масло трюфельное, мак пищевой жареный, соль, тимьян, перец черный молотый), сыр "пармезан", микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/100	376	17/21/3 0
3	Ужин	Маффин марешаль с соусом сальса	маффин марешаль (фарш куриный (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное, соль), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), грибной жульен (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной эко (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый), бефон из индейки (филе грудки индейки, филе бедра индейки, вода, крахмал картофельный, посолочная смесь нитритная (соль, фиксатор окраски нитрит натрия), загуститель каррагинан, регуляторы кислотности: трифосфаты, пирофосфат натрия, мальтодекстрин, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, виноградный сахар, соль, антиокислители: аскорбиновая кислота, аскорбат натрия, спечи (перец белый, горчица)), соус сальса (томаты резаные, томатная паста, вода питьевая, перец сладкий, лук, сахар, соль, лимон, чеснок, масло растительное, кинза, перец красный, консервант-сорбат калия), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/25	177	11/12/6
		Рис отварной	рис, масло подсолнечное, соль,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	266	4/10/41
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Гранола с клубничным йогуртом и семенами чиа	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (геркулес, сироп кленовый (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозный сироп, экстракт кленовый, ароматизатор, краситель карамель, регулятор кислотности аскорбиновая кислота), кокосовая стружка, клюква вяленая, вишня вяленая, мед натуральный, масло подсолнечное), пюре клубничное (клубника с/м, сироп клубничный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартразин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль), сахар), ядро ореха миндаль, мята, семена чиа	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	70/45/28	293	8/10/43
2	Обед	Солянка с мясным фаршем	капуста белокочанная, вода, филе куриное, говядина, лук репчатый, морковь, паста томатная (паста томатная, вода), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), масло подсолнечное, чеснок, соль, сахар, укроп, лавровый лист, паприка,	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	250	225	16/7/23
3	Ужин	Гуляш из птицы	куриное филе су-вид (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано), вода, помидоры, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), масло подсолнечное, пассеровка мучная (мука пшеничная, масло подсолнечное), смесь сухая "Деми Глас" (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи (лук, томаты, корень сельдерея), загуститель E1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), соль, тмин молотый	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	130	154	15/6/10
		Картофельное пюре	пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 82,5%, соль); петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	255	5/10/37
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кошачьи)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Вишневые сырники	сырник (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), пюре вишневое (вишня с/м, сахар), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (диэтилэтилдипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тара)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь)), сахар, крупа манная, меланж яичный, масло подсолнечное, сироп ванильный (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер")), желе (сок вишневый (вишневый сок, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота, вода), пюре вишневое с/м (вишня, сахар), вода, желатин (желатин), вода), мед, агар-агар (агар E406 (загуститель, аген желирующий, стабилизатор, носитель))	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	120	262	11/10/3 1

2	Обед	Зраза с сырым муссом	зраза (фарш (бедро куриное, филе куриное, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль, перец черный молотый), сырная кнель (сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антиислеживающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сыр твердый (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус из копченого лука (сок томатный, лук репчатый, паста томатная, масло подсолнечное, лимонный сок (вода, лимонная кислота, сахарозаменитель), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), сахар, соус "Жидкий дым", паприка копченая, чеснок)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	95/25	272	20/16/12
		Паста спагетти	макаронные изделия (мука из твердой пшеницы для макаронных изделий высшего сорта, вода питьевая), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	240	7/6/39
3	Ужин	Куриное филе в мексиканском соусе	куриное филе в соусе (куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус Тако (томаты резаные 70%, перец сладкий, томатная паста, лук, сахар, соль пищевая, чеснок, масло растительное подсолнечное, уксусная кислота - регулятор кислотности, петрушка, перец красный, перец халапеньо, кориандр, консервант - сорбат калия), морковь запеченная (морковь, соль, тимьян, масло подсолнечное), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), масло подсолнечное, кизза), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	120	149	15/6/8
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 3 блюда	Дата доставки	15-17.04.2024 / 15-17.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кож.точечности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Пшеничная каша с клубничкой и шоколадом	каша пшеничная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа пшеничная, сироп "Клубника" (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, концентрированный сок клубники, ароматизатор, антиокислитель аскорбиновая кислота, вкусоароматическая добавка "основа клубника" (вода, ароматизаторы, краситель пунцовый, регуляторы кислотности: цитрат натрия, аскорбиновая кислота, краситель сахарный колер IV, комплексная пищевая добавка "вишневый красный" (красители: понсо, азорубин, тартазин, индигокармин, желтый "солнечный закат", черный блестящий, соль)), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, соль), декор шоколадный (сахар, какао тертое, какао-масло, эмульгатор соевый лецитин, ароматизатор Ванилин)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	250	436	12/20/51
2	Обед	Паприкаш по-венгерски	паприкаш (куриное бедро запеченное (бедро куриное филе, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), томаты, перец болгарский с/м, лук репчатый, масло подсолнечное, приправа универсальная, сахар, соль, паприка, соус (крахмалы (кукурузный, картофельный), волокна пищевые, сливки молочные сухие, мука пшеничная, гидролизат растительного белка (кукуруза), соль, ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, натуральные экстракты специй: мускатный орех, перец черный; технологическое вспомогательное средство: носитель (камедь гуаровая), перец черный молотый), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	115	259	19/16/10
		Гречка по-деревенски	крупа гречневая, пассеровка (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	266	7/9/39
3	Ужин	Ленивые голубцы в томатном соусе	ленивые голубцы (фарш (капуста белокочанная, филе куриное, говядина, лук репчатый, молоко 3,2%, хлеб пшеничный (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная, укроп, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), смесь специй, соль), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок)), соус томатный (сливки 22% (сливки нормализованные) паста томатная, молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150/30	298	22/16/16
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/кож.точечности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Овощная запеканка с грибным соусом	овощная запеканка (замес (картофельное пюре (картофель, соль), капуста брокколи, грибы шампиньоны жаренные (шампиньоны, масло подсолнечное, соль), меланж яичный, желток яичный, сыр рассольный (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения), бульон куриной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, кукуруза, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), укроп, мускатный орех, перец черный молотый), сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высший сорт, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	100/30	226	11/13/17

2	Обед	Куриное филе в соусе медовый чили	куриное филе су-вид с орегано (филе куриное, соль, масло подсолнечное, мускатный орех, перец черный молотый, орегано молотый), соус медовый чили (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), мед, соус чили сладкий (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), перец болгарский, уксус винный (вино, антиокислитель e224), сахар, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), перец чили, имбирь корень, масло подсолнечное, паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), паприка острая молотая), перец болгарский запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), опята запеченные (опята консервированные (грибы намоке целые, вода, соль, регулятор кислотности - лимонная кислота), масло подсолнечное, соль), микрозелень	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	191	18/6/16
		Булгур отварной	крупка пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	157	5/2/30
3	Ужин	Цыпленок в сливочно-устричном соусе	цыпленок (куриное бедро филе, масло подсолнечное, соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соль, чеснок, орегано), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жареные (шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м на пару (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное.	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	287	14/18/17
		Картофель подержанный	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Ананасовый сырник с кремом из сметаны	ананасовые сырники (творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сыр творожный 65% (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молочнокислотного ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дихрамадипат ацетилированный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антилежывающий агент ферроцианид калия), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), сахар, сироп ананасовый (глюкозно-фруктовый сироп, вода питьевая, сок ананаса концентрированный, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная, подсластители (цикламат натрия, сахаринат натрия, ацесульфам калия, сураолоза), стабилизаторы (гуммиарабик, эфиры глицерина и смолных кислот), краситель тартразин, консервант бензоат натрия), пюре ананаса с/м, крупа манная, меланж яичный, цедра лимона с/м, сироп ванильный (сахар, вода питьевая очищенная, глюкозно-фруктовый сироп, экстракт ванили, ароматизатор, регулятор кислотности лимонная кислота, краситель сазарный колер IV, антиокислитель аскорбиновая кислота), масло подсолнечное), крем из топленой сметаны (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), сахарная пудра), ананасы консервированные (ананасы, вода, сахар, регулятор кислотности - лимонная кислота)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Не требуется разогрев	70/20	205	9/10/20
2	Обед	Куриная котлета с грибным соусом	котлеты куриные (фарш (бедро куриное филе, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), сливки 22% (сливки нормализованные), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), соль, перец черный молотый), меланж яичный, сухари панировочные (мука пшеничная хлебопекарная высшего сорта, вода, дрожжи хлебопекарные сухие, соль, сахар, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное), мука пшеничная хлебопекарная в/с), соус грибной (сливки 22% (сливки нормализованные), грибы шампиньоны, лук репчатый, масло подсолнечное, бульон грибной сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, ароматизаторы, гидролизат растительного белка (кукуруза), лук сушеный (порошок), масло растительное рафинированное (подсолнечник), краситель (сахарный колер III), грибы сушеные), соль, тимьян, перец черный молотый)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	80/20	193	14/11/10
		Картофель тушеный с овощами	картофель запеченный (картофель, масло подсолнечное, соль, тимьян), бульон куриный эко (вода, бульон куриный (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерея, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), морковь жаренная (морковь, масло подсолнечное), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), паста чесночная (чеснок, масло подсолнечное), укроп, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	117	3/2/22
3	Ужин	Рыбная котлета в сливочно-фенхельном соусе	рыбная котлета (фарш (хек филе с/м, творог 1,8% (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), сливки 22% (сливки нормализованные), лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), бульон рыбный (соль, глюкоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), укроп, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), фенхель, масло подсолнечное), бульон рыбный (соль, глюкоз, порошок стружки тунца, экстракт тунца, усилитель вкуса и аромата (E627, E631), гидролизированный соевый белок), лавр листья, соль)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	60/20	154	11/9/7
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 3 блюда	Дата доставки	18-20.04.2024 / 18-20.05.2024								
№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ

1	Завтрак	Рисовая каша с чатни из манго и жареным кокосом	каша рисовая (молоко 3,2% (молоко нормализованное), вода, крупа рисовая, сахар, мед натуральный, соль), чатни из манго (манго с/м, наполнитель "Манго" (сироп глюкозный, вода питьевая, загустители (E1442, E466), сахар, пюре фруктовое (яблочное), регуляторы кислотности (кислота лимонная, E331iii), ароматизатор, красители (E150d, E102, E110)), вода питьевая, сахар, лимоны, крахмал картофельный), кокосовая стружка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	185/40	247	5/6/43
2	Обед	Биточки куриные с соусом Демиглас	биточки (филе куриное, бедро куриное филе, лук репчатый, меланж яичный, соль, перец черный молотый, масло подсолнечное), соус (вода, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, соус деми глас сухой (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи(лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120/25	220	32/8/4
		Картофель под-деревенски	картофель с/м, масло подсолнечное, чеснок гранулированный, соль, паприка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	144	3/5/21
3	Ужин	Гречатники с томатно-сливочным соусом	гречатник (фарш (каша гречневая (вода питьевая, крупа гречневая, соль), филе куриное, говядина, лук жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), молоко 3,2% (молоко нормализованное), хлеб из пшеничной муки (мука пшеничная хлебопекарная первого сорта, вода питьевая, соль, дрожжи хлебопекарные прессованные), вода минеральная с газом, укроп, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), смесь специй для фахитос, соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (сливки 22% (сливки нормализованные), соус сальса (томаты резаные, томатная паста, вода питьевая, перец сладкий, лук, сахар, соль, лимон, чеснок, масло растительное, кинза, перец красный, консервант - сорбат калия), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло подсолнечное, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное)), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	135/40	310	23/12/27
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа)косточек	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда(соуса)	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Домашняя гранола с орешками	йогурт 7% (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), гранола (мюсли (хлопья овсяные, хлопья пшеничные, масло рапсовое, вода питьевая, сахар, кусочки сушеного банана в рисовой муке, патока, изюм, мука пшеничная, мука рисовая экструдированная, соль, ароматизатор), изюм, кокосовая стружка), варенье клубничное (клубника с/м, сахар, вода, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%), крахмал кукурузный), ядро грецкого ореха, кедровые орехи, мята	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	40/70/20	264	7/11/33
2	Обед	Вок с гречневой лапшой и курицей в чесночном соусе	гречневая лапша в соусе (соба отварная (лапша гречневая, соль), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)), вок (филе куриное су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная), сливки 22% (сливки нормализованные), соль, тимьян), сливки 22% (сливки нормализованные), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы. Порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный)), морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), капуста жареная (капуста китайская, масло подсолнечное))), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150/100	387	22/14/44
3	Ужин	Куриное бедро в томатном соусе	куриное рагу в томатном соусе (бедро куриное филе, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), паста томатная (томатная паста, вода питьевая), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), кабачки, лук репчатый, морковь, перец болгарский, масло подсолнечное, бульон куриный сухой (соль, мальтодекстрин, сахар, экстракт дрожжей, специи и их натуральные экстракты: лук, куркума, сельдерей, гидролизат растительного белка (кукуруза), ароматизаторы, порошок жира топленого говяжьего, краситель (сахарный колер IV), масло растительное рафинированное (подсолнечник), фарш варено-сушеный куриный), паста чесночная (масло подсолнечное, чеснок), кинза)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	174	15/9/9
		Булгур отварной	Крупа пшеничная булгур, масло подсолнечное, соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	235	7/3/45
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа)косточек	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда(соуса)	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Белковый омлет с ветчиной и помидорами	белковый омлет (смесь для омлета (белок яичный, меланж яичный, соль, мускатный орех, перец черный молотый), замес из желтка (желток яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), соль), ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, специи: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), чеснок, кинза, сахар, масло подсолнечное, соль, перец черный молотый), паста томатная, базилик)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллосков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яич, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрев	130/20	196	15/13/5

№	День 1	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/аллергены/точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Каша овсяная с вишневым вареньем	каша овсяная (молоко 3,2% (молоко нормализованное), крупа овсяная, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), сахар, сироп "Ваниль" (сахар, вода питьевая, регулятор кислотности лимонная кислота, натуральный экстракт ванили, ароматизатор натуральный "Ваниль", краситель натуральный "Карамельный колер"), соль), варенье вишневое (вишня с/м, сахар, вода, крахмал кукурузный, пюре лимона с/м (лимон, сахар 13.1%))	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	200/30	339	9/14/44
2	Обед	Куриная котлета с пикантным соусом	котлета (фарш (филе куриное, лук репчатый жареный (лук репчатый, масло подсолнечное), меланж яичный, молоко 3,2% (молоко нормализованное), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый), масло подсолнечное), соус (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), кунжут, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	60/25	266	17/7/11
		Паста Фарфалле с базиликом	макарони из твердых сортов пшеницы (мука из твердых сортов пшеницы высшего сорта, вода), масло базиликовое (масло подсолнечное, базилик свежий), соль	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	100	142	5/4/20
3	Ужин	Куриное филе в тайском соусе	куриное филе в тайском соусе (куриное филе, соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, кукуруза, стабилизатор кантановая камедь), приправа универсальная, масло подсолнечное), соус (масло подсолнечное, мед, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), паста том-ям (лимонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамарида, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм), имбирь корень, соус устричный (вода, сахар, соль, устричный экстракт (устрицы, вода, соль) 10%, загуститель модифицированный крахмал, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, краситель сахарный колер I, консервант сорбат калия), чеснок, крахмал картофельный, кукуруза, стабилизатор кантановая камедь), петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	75/20	177	22/8/5
		Отварной рис с черным кунжутом	рис отварной (рис, масло подсолнечное, соль, кунжутное семя	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	372	5/13/58
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										1296
№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/аллергены/точности)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Творог с чатни из яблок	творог (молоко нормализованное, цитрусовое волокно, закваска молочнокислых культур), чатни (яблоки, вода, сахар, крахмал картофельный, сироп яблочный (сахар, вода питьевая очищенная, концентрированный сок яблока, глюкозный сироп, регулятор кислотности лимонная кислота, ароматизатор, комплексная пищевая добавка "зеленый" (вода, красители: тартразин, желтый хинолиновый, синий патентованный, регулятор кислотности лимонная кислота), кислота лимонная, корица, гвоздика, краситель пищевой желтый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Не требуется разогрев	120/50	196	19/2/25
2	Обед	Куриное филе с овощным соусом	куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), гарнир (соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, вода, перец болгарский, морковь, масло подсолнечное, сахар, паста карри (краситель перец чили сушеный 21%, чеснок, лимонграсс, лук-шалот, соль, галангал, каффир-лайм, кориандр, тмин), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), крахмал картофельный, чеснок, базилик, кинза, листья лайма), соус (соус соевый терияки (вода, соус соевый (вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422, e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), крахмал, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	70/35/15	188	24/7/8
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30
3	Ужин	Фрикассе из цыпленка с грибами	соус (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян), куриное филе су-вид (филе куриное, масло подсолнечное, соль, розмарин, тимьян, перец черный молотый), шампиньоны жаренные (грибы шампиньоны, масло подсолнечное, чеснок, соль, розмарин), морковь запеченная (морковь, масло подсолнечное, соль, тимьян), чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), укроп, смесь специй, бульон куриный сухой (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), соль, перец черный молотый, петрушка	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрев	120	199	16/12/7

№	День 2	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	А-ля хачапури	а-ля хачапури (сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), меланж яичный, сыр "гауда" (изготовлено из пастеризованного молока, соли, с использованием заквасочных культур на основе мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, монокосервтивающего ферментного препарата микробного происхождения, уплотнителя хлорида кальция (e509), красителя пищевого аннато (e160b) консерванта нитрата натрия (e251), консерванта натамицина (e235)), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосервтивающий ферментный препарат микробного происхождения), мука пшеничная, сыр копченый адыгейский (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосервтивающий ферментный препарат микробного происхождения), масло подсолнечное, укроп), соус (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные), мука пшеничная в/с, соль, тимьян)), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), соль, перец черный молотый)	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева, соус не греется	135/20	449	19/35/15
2	Обед	Паста Болоньезе	паста отварная (макаронные изделия (мука их твердых сортов пшеницы, вода), масло подсолнечное, соль), фарш (говядина, соус томатный (томаты в с/с (цельные очищенные томаты, томатный сок, регулятор кислотности лимонная кислота), вода, паста томатная (паста томатная, вода) масло подсолнечное), лук репчатый, морковь, соус деми гласс (вода питьевая, лук репчатый жаренный (лук репчатый, масло подсолнечное), морковь, смесь сухая деми гласс (пшеничная мука, картофельный крахмал, растительный жир, сахар, соль, ароматизаторы, дрожжевой экстракт, йодированная соль, овощи/лук, томаты, корень сельдерея), загуститель e1422, экстракт солода, карамельный сироп, мальтодекстрин, специи и пряности (паприка, чеснок, тимьян, лавровый лист), соевый соус, регулятор кислотности (лимонная кислота)), масло подсолнечное, петрушка, соль, тимьян), мучная пассеровка (мука пшеничная в/с, масло сливочное 82,5% (сливки пастеризованные)), кетчуп (вода, паста томатная, сахар, уксус натуральный, соль, экстракты специй), бульон куриный (соль, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, гуанилат натрия, инозинат натрия), мальтодекстрин, сахар, ароматизаторы (содержат молочные и яичные продукты), растительное масло, кукуруза, краситель сахарный колер III, фарш куриный сухой), бульон куриный жидкий (вода, соль, концентрированный куриный бульон, усилитель вкуса и аромата (глутамат натрия, инозинат натрия и суанилат натрия), сахар, куриный жир, экстракт дрожжей, ароматизаторы. Загустители E1442, E415; краситель каротин, антиокислитель E320, E321), соль, чеснок сушеный, тимьян, перец чёрный молотый), сыр "пармезан" (молоко пастеризованное, закваска мезофильных и термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль поваренная пищевая, монокосервтивающий ферментный препарат микробного происхождения, уплотнитель - хлорид кальция, консервант - нитрат натрия), паста из базилика (масло подсолнечное, базилик, сахар, соль), петрушка	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева, соус не греется	220	337	18/11/42
3	Ужин	Клопсы из птицы с сметанным соусом	клопсы (клопсы (куриное филе, куриное бедро, морковь жареная (морковь, масло подсолнечное), кабачки запеченные (кабачки, масло подсолнечное, соль), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), горчица (вода, семена горчицы, спиртовой уксус, соль, консервант: бисульфит натрия (E224)), сыр твердый 50% (молоко пастеризованное с использованием бактериальной закваски (термофильные молочнокислые микроорганизмы), соль (содержит e536-антиспецификационный агент) уплотнитель e509 краситель Аннато (содержит регулятор кислотности e524), монокосервтивающий фермент животного происхождения консервант e252, ферментный препарат лизоцим (вытяжка из белка куриных яиц), крупа манная, соль пищевая, паприка молотая, перец черный молотый), масло подсолнечное), сметано-огуречный соус (соус сметанный (соус бешамель (молоко 3,2% (молоко нормализованное), пассеровка мучная (масло подсолнечное, мука пшеничная, соль пищевая, тимьян свежий), сметана 20% (сливки, закваска молочнокислых культур), укроп, соль пищевая, перец черный молотый), огурцы соленые (огурцы соленые, вода, соль, пряная зелень (укроп, хрен), регулятор кислотности - молочная кислота, чеснок, семена укропа), укроп	Да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	80/25	251	17/16/9
		Барли покупчески	барли отварная (крупа перловая, соль), пассеровка овощная (лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, петрушка, соль, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), масло подсолнечное	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 72 часов.	Требуется разогрева	150	258	6/8/40
My-food "ПРОСТО" 3 блюда										
№	День 3	Блюдо	Состав блюда	Предупреждающая информация (скорлупа/косточки)	Аллергены	Условия хранения и сроки годности	Информация о разогреве блюда/соуса	Выход	Эн.цен.	БЖУ
1	Завтрак	Киш-лорен с ветчиной и овощами	киш-лорен (начинка (меланж яичный, ветчина (мясо индейки, мясо индейки механической обвалки, кожа индейки, крахмал, животные белки говяжьи, мальтодекстрин, регуляторы кислотности (E451iii, E451ii), загуститель и стабилизатор (E407), желеобразующий агент (E508), антиокислитель (E316), соль нитритная (соль пищевая, нитрит натрия фиксатор окраски), сахар, спешик: глюкоза, усилитель вкуса и аромата (E621), чеснок, ароматизаторы, экстракты пряностей, дрожжевой экстракт, краситель E120), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль), сыр рассольный "моцарелла" (молоко пастеризованное, соль пищевая, с использованием термофильных бактериальных заквасок, монокосервтивающего ферментного препарата микробального происхождения), сыр "сулугуни" (молоко пастеризованное, закваска термофильных молочнокислых микроорганизмов, соль пищевая, монокосервтивающий ферментный препарат микробного происхождения), перец сладкий запеченный (перец болгарский, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), кукуруза консервированная (кукуруза, вода, сахар, соль, регулятор кислотности-лимонная кислота), соль, перец чёрный молотый), масло подсолнечное), капуста брокколи с/м на пару (капуста брокколи с/м, соль); перец сладкий с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное, прованские травы, тимьян), петрушка.	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	110/20/15	212	13/14/9
2	Обед	Вок с цыпленком и овощами	удон в сливочно-устричном соусе (лапша пшеничная (лапша пшеничная, масло подсолнечное, соль, семена кунжута), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), семена кунжута, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), база с цыпленком (бедро куриное запеченное (филе бедра куриного, соевый соус (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), масло подсолнечное, соль, чеснок, орегано), соус сливочно-устричный (соус чили (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), вода, масло подсолнечное, соус устричный (сахар, вода, перец чили 22%, соль, чеснок, загуститель кукурузный крахмал, регулятор кислотности уксусная кислота ледяная, загуститель кантановая камедь), сливки 22% (сливки нормализованные), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шрирача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор кантановая камедь), семена кунжута, чесночная паста (чеснок, масло подсолнечное), крахмал кукурузный), грибы шампиньоны с/м жареные (грибы шампиньоны с/м, масло подсолнечное, соль), фасоль стручковая с/м отварная (фасоль стручковая с/м, масло подсолнечное, соль), перец с/м запеченный (перец с/м, масло подсолнечное), морковь припущенная (морковь, масло подсолнечное, соль), масло подсолнечное)	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°C в течение 96 часов.	Требуется разогрева	125/100	508	19/24/53

3	Ужин	Куриное бедро в соусе Пад-тай	куриное бедро в соусе пад-тай (куриное бедро запеченное (филе бедра куриного, масло подсолнечное, соль, тимьян, перец черный молотый), соус-крем пад-тай (сыр творожный (изготовлен из сливок нормализованных пастеризованных с использованием бактериальной закваски мезофильных культур и молкосвертывающего ферментного препарата микробного происхождения, пищевые добавки (загуститель (дикрахмаладипат ацетилованный (кукурузный))), соли поваренной пищевой (содержит антислеживающий агент ферроцианид калия)), пищевой добавки (стабилизатор (камедь тары)), пищевой добавки (стабилизатор (гуаровая камедь))), йогурт греческий (молоко нормализованное, закваска молочнокислых культур), соус пад-тай (сахар, вода, крахмальная патока, тамариндовая паста 8%, лук-шалот, соль, арахис, чеснок, соевый соус (соевые бобы, пшеничная мука, соль, вода), перец чили, усилитель вкуса и аромата глутамат натрия, натуральный краситель экстракт паприки), соус соевый (вода, соевые бобы 25,21%, соль, мука пшеничная, консервант сорбат калия), соус шриача (перец чили 56%, чеснок, сахар, соль, очищенный уксус, консервант сорбат калия, стабилизатор ксантановая камедь), паста том-ям (лемонграсс 24%, соевое масло, лук-шалот, сахар, паста из тамаринда, красный перец чили сушеный, галангал, чеснок, соль, регулятор кислотности лимонная кислота, рыбный соус (экстракт анчоуса, соль, вода), усилитель вкуса и аромата глутамат натрия 1-замещенный, креветочный порошок, каффир-лайм)), морковь припущенная, перец с/м запеченный (перец болгарский с/м, масло подсолнечное), фасоль стручковая на пару (фасоль стручковая с/м, масло оливковое, соль), соус терияки (вода, соус соевый(вода, соя, пшеница, соль, консервант бензоат натрия), загустители (e1422,e415) регулятор кислотности e260, имбирь молотый, консерванты (e211, e202), ароматизатор натуральный)), кинза, кунжут	да	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	100	197	12/8/19
		Картофель запеченный	картофель, масло подсолнечное, соль, розмарин	нет	Продукт может содержать следы орехов, злаков, арахиса, горчицы, кунжута, моллюсков, ракообразных, рыбы, сельдерея, сои, яиц, молока и продукты их переработки.	при температуре +2+6°С в течение 96 часов.	Требуется разогрев	150	184	6/5/30

