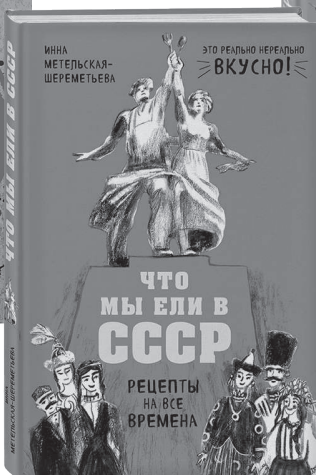
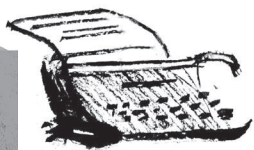
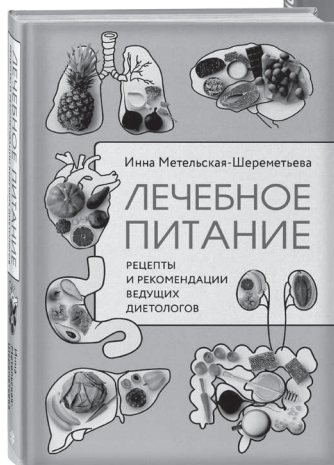
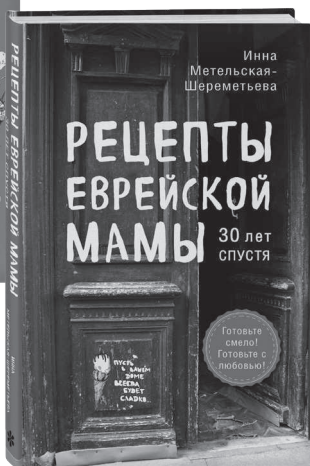


Простые, лихие, искрометные, яркие, ароматные — прямо как в фильмах Кустурицы — блюда от **Метельской-Шереметьевой** не смогут оставить равнодушными абсолютно никого!



КАК ПРИГОТОВИТЬ ЧТО-ТО, ЧТОБЫ  
ВСЕ ПРОСТО СТОПАЛИ ОТ ВОСТОРГА  
И НАХВАЛИВАЛИ ВАШИ КУЛИНАРНЫЕ  
ТАЛАНТЫ... ИНТЕРЕСНО?



Это лишь маленькая толика из сокровищницы рецептов талантливой женщины и отменного кулинара – **ИННЫ МЕТЕЛЬСКОЙ-ШЕРЕМЕТЬЕВОЙ.**



## Обращение С.П. Моноха диетолога (гастропатологии)

### **Уважаемые читатели!**

*К нам с супругой обратилась наша племянница, известная у вас в Москве писательница Инна Метельская. Мы решили, что с удовольствием проконсультируем ее, потому как в нашей практике вопрос лечебного питания всегда был камнем преткновения в борьбе с самой болезнью, с пациентом, который не придавал значения рекомендациям, а также с родственниками, у которых обычно были свои представления о том, как быстрее поставить болящего на ноги.*

*Собственно, правила несложные и понятные каждому здравомыслящему человеку:*

*— не следовать модным диетам, потому что их усиленно рекламируют подруги;*

*— не воспринимать свою болезнь как приговор, а относиться к ней с уважением и легкой долей иронии — здоровье победит;*

*— не загонять себя в очень жесткие рамки, подавляя, уничтожая, коверкая свое пищеварение и свой аппетит. Если ваш доктор вам что-то запретил, это не означает, что вы даже понюхать этого продукта не можете. Нюхайте! Лизните, кусните его, но только самую малость. В противном случае, выйдя из клиники, лишившись постоянного надзора медицинского персонала и жестко сбалансированного питания, вы рискуете сорваться в клинч, зависнуть на «запретном», переесть,*



*до кишечной колики или сердечного приступа, того, что вам длительное время было запрещено;*

*— ешьте всегда с аппетитом! Мы и поддержали идею этой книги потому, что аппетит — важнейший показатель вашего выздоровления. Все блюда должны вызывать желание их немедленно съесть, а не выбросить в мусорное ведро, потому что это совсем невкусно и неинтересно.*

*Мы рекомендовали нашей племяннице рецепты (сборники) коллег, написанные еще в 60–70 годы прошлого века, да и в период с 1984 по 1998 год, в вашей стране и у нас, на Украине, вышло достаточно много интересных, хоть и специализированных сборников. Она их изучила и адаптировала под современные технологии и даже современную бытовую технику. Пользуйтесь на здоровье тем, чего раньше не было, — мультиварками, пароварками, СВЧ-печами. Это не запрещено!*

*Внимательно изучите список разрешенных/запрещенных для вашего стола продуктов и так же внимательно читайте рецепты ВСЕЙ книги, а не только вашего стола. Я могу с уверенностью сказать, что 70% блюд лечебного питания подходят практически к любому столу. Ограничьте себя только в тех 30%, которых нельзя категорически!*

*И не болейте. Болеть глупо и скучно!*



---

# Инструкция

## для талантливого читателя

### *Дорогие друзья!*

*В связи с отсутствием перекрестных ссылок обращайтесь внимание на ингредиенты в рецептах. При совпадении со списком разрешенных продуктов вашей диеты забирайте рецепт себе в актив.*

*Старайтесь не читать (особенно в интернете) списки запрещенных продуктов для вашей диеты (стола). Мои уважаемые консультанты-диетологи и их коллеги психологи убеждены, что при любом запрете организм выбирает установку: «Хочу именно этого, и побольше!» В каждой диете (в каждом вашем столе) достаточно много продуктов, из которых можно готовить 365 разных блюд, то есть каждый день в году что-то новенькое. Вот на них и ориентируйтесь!*

*Создайте на компьютере вордовский документ, скопируйте туда свою диету (стол) и в соответствующие разделы добавляйте подходящие вам первые, вторые, закусочные и десертные блюда. Не будьте скучны, грустны и слишком серьезны. Давайте блюдам свои домашние забавные имена и прозвища. Вы должны подружиться со своей диетой, а не воспринимать ее как наказание.*

*Ну, а со всем остальным разберетесь при чтении.*

*В добрый путь! Отменного вам аппетита и здоровья!*

*Во благо!*



# Содержание

Инструкция для талантливого читателя	9	Суфле из кролика	44
Введение	20	Рыбные галки	45
<b>ДИЕТА (стол) № 1</b>		Рыбные «ледяные» зразы с морковью	46
<b>СУПЫ</b>		Курица по-японски	47
Хлебный суп «Тыковка»	25	Курица с яблоками	48
Французский крем-суп «Лазурный берег»	26	<b>САЛАТЫ</b>	
Суп с авокадо	27	Салат с индейкой и рисом	49
Английский овсяный супчик	28	Салат крестьянский	50
Рисовый суп с волшебной тыковкой	29	Бирманский теплый постный салат	50
Восточный суп из кураги на рисовом отваре	29	Рыбный средиземноморский салат	51
Рисовый тирольский суп с мясным суфле	30	<b>ДЕСЕРТЫ</b>	
Томатный суп с перловкой «Артек»	31	Творожный пудинг с ягодным муссом	52
Литовский суп с рыбными фрикадельками	32	«Клубничное чудо»	53
Суфле-суп из курицы	33	Смородиновое желе	53
Томатный суп-крем с рисом	34	Сладкие «снежки»	54
Десертный суп «Клубника со сливками»	36	Грушевый пудинг	55
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>		<b>ДИЕТА (стол) № 2</b>	
Соте духовое из кабачков	37	<b>СУПЫ</b>	
Запеканка из картофеля и обезжиренного творога	38	Суп-лапша на курином бульоне	57
Ступп бельгийский диетический	39	Картофельный суп с фрикадельками	58
Барселонские говяжьи паки (на пару или в соусе)	41	Щи обычные	58
«Рыжие бестии» на пару	42	Суп с рисом «Из детства»	59
Паштет «Мечта язвенника»	43	Мясной суп с мясными кнелями	60
		Суп с яичной лапшой на овощном отваре	60



Суп из индейки с морковью и вермишелью	62	«Мережки»	81
Классический суп с фрикадельками	62	Белковый бисквит	82
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>		Пудинг из черствого хлеба со сметаной	83
Говяжьи биточки «Столовка № 6»	63	<b>ДИЕТА (стол) № 3</b>	
Котлеты из хека с рублеными яйцами	64	<b>СУПЫ</b>	
Котлеты рыбные паровые «Семейные»	65	Бразильский суп из тыквы с луком-пореем и яблоком	85
Печень говяжья по-строгановски	65	Зеленый борщ	86
Биточки из кальмаров и рыбы	67	Специальный борщ	87
Кнели из говядины с творогом	68	Чечевичный суп	88
Котлеты из хека с морковью паровые	68	Суп с курагой и томатом	89
Говяжьи котлеты «Бретань» с отварным картофелем	69	Суп с фрикадельками из курицы и свеклы	90
Биточки из говядины с рубленным яйцом	70	Борщ с савойской капустой	91
Ленивая фаршированная рыба	71	Лечебный молочный суп с тыквой «Неотложка»	92
Кабачковое пюре «Волшебница»	72	Яблочный суп с картофелем и черносливом	92
<b>САЛАТЫ</b>		Суп из окуна с брюссельской капустой	93
Весенний салат	73	<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>	
Салат из зеленого лука с яйцом	74	Соте из капусты с йогуртовым соусом	94
«Морковка хлопает в ладоши»	74	Крупеник	95
Недовинегрет	75	Овощные голубцы	96
Фаршированные помидоры «Рыбкина нежность»	77	Омлет с овощами «Будапешт»	97
<b>ДЕСЕРТЫ</b>		Запеканка с говядиной по-венгерски	98
Пудинг из гречневой крупы с творогом	78	Курица, тушенная с тыквой	99
Мусс клюквенный	79	Курица с овощами «Пиренеи»	99
Свекольное желе	80	Паровые тресковые биточки «Затрещины»	100
		Марсельские рыбные котлеты «с хитростью»	101
		Польский соус «Полонез»	102

**САЛАТЫ**

Салат из моркови с черносливом	103
Салат из свеклы с черносливом	104
Салат «Прованс» из цветной капусты	105
Салат «Метелка»	106
Салат из свеклы с брынзой	106
Салат из свеклы и моркови с апельсином	107
Салат из рыбы и овощей «Зюскинд»	107

**ДИЕТА (стол) № 4****СУПЫ**

Рисовый отвар «с секретом»	110
Геркулесовый суп с яблоком	112
Суп «Болонья» из сушеных грибов и чернослива	113
«Веселый» суп со свежими огурцами	114
Сухарный бульон	115
Суп из бедрышка с геркулесом и яблоком	116
Пиалы с фрикадельками	117
Суп от травницы бабы Гали	118
Целебная уха	120

**ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ**

Морковная каша на луковой шелухе от травницы бабы Гали	121
Греча старорусская	122
Рисовая каша со сладким яблоком	123
Яблочная манка	123
Пюре из айвы	124
Суфле из говядины «Пышка»	125

Печень в шоколаде	125
Запеченные фрикадельки из курицы и риса	126
Судачок заливной	127
Сюморен из форели	128
Фрикадельки из судака с «крокодилом»	129
Биточки из сазана «Зит-блю»	130

**САЛАТЫ****ДЕСЕРТЫ И НАПИТКИ**

Пудинг из творога и бананов	131
Все виды желе	132

**ДИЕТА (стол) № 5****СУПЫ**

Суп «Курочка Ряба»	133
«Рыжий» суп	135
Диетический греческий авголемоно	136
Датский тыквенный суп с курицей	137
Суп с фрикадельками	138
Суп с манными клецками с кунжутным маслом	139
Литовский свекольный суп с мясными фрикадельками	140
Борщ без за жарки	142
Марокканский молельный суп	144
Белорусский картопляник с крупой и телятиной	145
Польский суп с брокколи и телятиной	146
Детсадовский рыбный суп с крупой	147
Суп «Креветочное объединение» (при панкреатите)	148



Суп «Свидание вслепую»	149	Ленивые вареники с курагой	174
Немецкий суп-пюре с кабачками	150	Ленивые творожники	175
Сербский суп-сметанник	151	Пшениная запеканка с черносливом	176
Портогез крупяной	152	<b>САЛАТЫ</b>	
«Перламутровый» суп с овсянкой	153	Специальный оливье	177
«Перламутровый» суп с рисом	154	Маршалльский салат	178
«Перламутровый» суп с перловкой	154	Салат из сыра и свеклы	178
Молочный еврейский суп с брокколи	155	Необычная овощная икра-соус	179
Молочный суп с картофельными клецками	156	«Тушенка» из свеклы	180
Молочный суп с творожными клецками	156	<b>ДЕСЕРТЫ</b>	
Маннй суп «На полдник»	157	Желе из шиповника	180
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>		Творожное желе	181
Колканнон	158	Суфле из ягод	182
Крем-суфле из цветной капусты	159	«Маша, но не ваша»	182
Кольраби «под перинкой»	160	Десертный молочный соус	184
Кольраби «в красном пальто»	161	Яблочный соус	184
Броли с творогом	163	<b>ДИЕТА (стол) № 6</b>	
Омлет мясной особый «Дю Капе»	164	<b>СУПЫ</b>	
Буженина-«обманка» (при панкреатите)	165	Старинный русский суп из брюквы	186
«Сосисоны»	165	Зейданский борщ	187
Специальный плов	166	Овощной суп с топинамбуром	188
Мясо в сельском стиле с овощами	167	Вегетарианский суп с цветной капустой	189
Тeftели «Пионерские»	169	Суп-пюре по-кальски из свеклы и тыквы	190
Запеченный хек	170	Молочный суп с тмином	191
Семга, запеченная с картошкой	171	Молочный суп-лапша	192
Лапша домашняя	171	<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>	
«Золотой» пудинг	172	Биточки из кольраби	193
		«Сундучки» из кабачков	194
		Морковные котлеты из печи	195
		Очень вкусная мясная лапша	196



Говядина «Па-де-Кю» с молочным соусом	197	Суп-оливье	218
Бефстроганов «Диетка»	198	Бортник летний	219
Азиатские котлеты из говядины и рыбы	199	Холодник «Неженка»	220
Картофельные котлетки с рыбным «сюрпризом»	200	<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>	
Рисовая запеканка с кальмарами	201	Цветная капуста в омлете	221
Деликатесный голландский соус	202	Голубцы с рисом и айвой	222
<b>САЛАТЫ</b>		Капуста, тушенная с рисом и говядиной	223
Салат «Цып-Цыпа»	203	Пальчики творожно- картофельные с языком	223
Салат «Морской»	204	Пюды из картофеля и индейки	224
Салат огуречный с кальмарами	205	Волшебный заливной судак	225
Салат «Румяные щечки»	206	Пате из сазана	227
Салат «Подружки»	206	Морковь «Флотская» с морской капустой, креветками и яблоками	228
Салат «Ананасовая легкость»	207	Цимес еврейский	228
<b>ДЕСЕРТЫ</b>		<b>САЛАТЫ</b>	
Розовая манная каша	208	Салат «Кочерыжка»	229
Миндальное желе	209	Салат «Сами с усами»	230
Пирожное «Картошка дуже полезная»	210	Винегрет необычный со сметаной	231
Диетическая сладкая колбаса	211	Салат «Умбрия»	232
<b>ДИЕТА (стол) № 7</b>		Салат из свекольной ботвы	233
<b>СУПЫ</b>		Салат-соус «Падеспань»	233
Пшеница «жамка»	213	Необычная икра из баклажанов	234
Крем-суп из перловой крупы	214	Салат из цветной капусты и языка	235
Серые щи	214	<b>ДЕСЕРТЫ</b>	
Щи воронежские с яблоками	215	Морковно-яблочные котлеты	236
Альпийский молочный суп с капустой	216	Творожные шарики	236
Картофельная похлебка «Постоялый двор»	217	Мусс каркаде	237
Суп «Волынский»	218	Тыквенный кисель по-сельски	238

**ДИЕТА (стол) № 8****СУПЫ**

Суп «Я — красотка!»	240
Восточный суп из нута с капустой	241
Рассольник «Выборгский»	242
Суп «Черемшина»	244
Щи «Пустохлебка»	245
Щи зеленые с рыбными фрикадельками	246
Ботвинья	247
Окрошка специальная с рыбой	248

**ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ**

Бадимкан кюкю из баклажанов	249
Фриттата овощная итальянская	251
Жюльен «Лесная сказка»	252
Тефтель одесский	252
Крутые мексиканские перцы	253
Курица в горшочке	255
Курица под соусом «Жар-птица»	256
Семга в мешочке с рисом по-японски	257
Рыба в прованских травах	258
Форель с овощами в вине	259
Черноморский плов	260

**САЛАТЫ**

Салат «Сарочка перед свадьбой»	260
Салат из петрушки	262
Салат с фасолью «Бедуин»	263
Салат из баклажанов «Хабиби»	262
Салат табуле	265

Теплый салат со сладким перцем	264
Салат «Типа на диете»	267
Салат «Мальдивы»	268
Салат «Бескозырка белая»	269
Салат «Пиратский»	269
Креветочный салат с кускусом	268
Салат «Я таю в Тае»	271

**ДЕСЕРТЫ**

«Киви-кайф»	272
Душевные яблочки	272
Сырники из печи	273
Торт «Мозаика»	274
Чизкейк «Торопыга»	275
Кекс «Пятиминутка»	275
Овсяное печенье	276
Шоколадный пудинг «Елизаветинский»	277

**ДИЕТА (стол) № 9****СУПЫ**

Овощной суп с грибами	280
Летник полтавский	281
Закарпатский суп «Пидбывани лопатки»	281
Индийский чечевичный чук	283
Итальянский баклажанный суп	284
Армянский баклажанный суп	285
Сборная грибная солянка	284
Капустняк	288
Черниговский борщ с фасолью	289

**ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ**

Пряная телятина по-французски	291
-------------------------------	-----



Кассероль из говядины и сезонных овощей	293	Гречневое печенье с яблоками	318
Капустная запеканка с мясом в русском стиле	294	«Рафаэлло» для диабетиков	318
Дижонская запеканка из кабачков с мясом	295	<b>ДИЕТА (стол) № 10</b>	
«Мясо» по-французски	296	<b>СУПЫ</b>	
Индейка с пореем по-тулузски	297	Зеленый суп из брокколи	321
Макароны по-флотски с тунцом	298	Зеленый шпинатный суп	322
Треска с красным соусом	299	Холодник на шиповнике и кефире	323
Трио котлет для диабетиков	300	Яичный бульон «Пурри-черри»	324
Котлеты из минтая	301	Американский томатный суп с фрикадельками из бычка	325
Котлеты из курицы или индейки	302	Харчо диетическое на курице	326
Вегетарианские котлеты	302	Суп «Елисейские поля» с сырными клецками	327
Печеная айва в карамели с розмарином и чесноком	303	Крем-суп по рецепту Брижит Бардо	328
<b>САЛАТЫ</b>		Суп из петуха с лапшой из яичных блинчиков	329
Швейцарский салат с брокколи	305	Классический кефирный суп «Стоп, холестерин!»	330
Праздничный салат из грейпфрута и авокадо	306	«Лососевая нежность»	331
Дижонская кислая капуста с ананасом	307	«Рыбо-ревень-суп»	332
Вьетнамский чечевичный салат	308	<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>	
Салат «Пуллетт» с кедровыми орешками	309	«Бомбический каротин»	333
Необычный «Цезарь»	310	Ньокки	334
Тайская «лодочка» с ананасом и креветками	311	Блины «Изумрудные»	335
<b>ДЕСЕРТЫ</b>		Мексиканские куриные котлетки с кукурузой	337
Торт «Баунти»	312	Курица в йогурте по-гречески	338
Шоколадный торт на стевии	314	Тушеная капуста с курицей	339
Пирожные «Ананасинки»	315	Кефирный кекурек	340
Чизкейк для диабетиков	316	Соте из печени кролика	340
		Филиппинский рисок	342
		<b>САЛАТЫ</b>	
		Салат «Сыроежка цитрус»	343



Легкий салат с молодой свеклой	342	Гуляш венгерский по рецептуре времен СССР	371
Салат из черной редьки «с ансамблем»	345	Антрекот «Дервиль»	372
Греческий салат	346	Зразы белорусские	373
Салат «В лоскуты»	347	«Дедушкина рыбка»	374
Парижский куртуазный салат	348	Чебуреки «Домашние»	375
Овощные роллы с креветками	349	Французские сырные блины с «пикантой»	376
<b>ДЕСЕРТЫ</b>		<b>САЛАТЫ</b>	
Вкусный пирог без муки	351	Волшебная салатная заправка	377
Совершенно секретная коврижка	350	Капустный салат	379
Творожный пирог с ягодами	353	Листовой салат с орехами	380
Еврейский пирог с медом	354	Салат «Дамский каприз»	380
Муссы — наше все!	355	Салат из фасоли с копченой скумбрией или сельдью	381
Малиновый мусс	355	<b>ДЕСЕРТЫ</b>	
Фруктовый мусс на манке	356	Бабушкино печенье «Гусиные лапки»	382
<b>ДИЕТА (стол) № 11</b>		Печенье «Раскудрай»	383
<b>СУПЫ</b>		<b>ДИЕТА (стол) № 12</b>	
Щи из молодой крапивы	359	<b>СУПЫ</b>	
Суп «Грибное лукоморье»	360	Суп «Если нельзя, то чуточку можно»	385
Свекольник холодный	362	Суп «Яйцо в море»	386
Суп «Болота Баскервилей»	363	Суточные щи-пюре	387
Мясной бульон с яичной «гуленой»	364	Чешский суп с печеночными фрикадельками	388
Средиземноморский суп с рыбой и маслинами	365	Рыбный суп-пюре	389
Уха из толстолобика с зеленым горошком	366	Суп от сильной головной боли (мигрени)	390
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА, ГАРНИРЫ И НЕСЛАДКАЯ ВЫПЕЧКА</b>		Суп из скумбрии «Антистресс»	391
Картошка молодая со сметаной	367	«Суп радости»	392
Жаренка «Лесостепь»	368	<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ</b>	
«Жаренка-говоренка»	369	Тыквенная каша с яблоком	393
Бефстроганов купеческий	370	Прованская запеканка	394



Печеночные оладьи	395	Четвертый прием пищи (ужин)	421
Грудка «в шубке»	395	<b>РЕЦЕПТЫ</b>	
Тушенка с куриными сердечками	397	Каша манная	423
Деликатесные котлеты из индейки и гречки «XIX век»	399	Молочный суп	423
«Веселая» форель	400	Хаш	424
Горбуша сметанная духовая	401	Домашняя буженина	425
Горбуша по-житомирски	402	Мясокостный говяжий бульон	424
<b>САЛАТЫ</b>		Суп картофельный	427
Салат из кольраби с имбирем	403	Суп-лапша	427
Салат из кольраби с морковью и дайконом	404	Суп рисовый	428
Салат из кольраби с яблоком	405	Котлеты домашние	428
Салат «Бобо»	406	Свинные эскалопы «Мечта хоккеиста»	429
Салат «Неравный брак»	407	Печень жареная по-флотски	430
Мюнхенский салат	408	Рыба жареная специальная	431
Салат «Пекинезо веро»	408	Рис жареный	432
Салат «Йошка на итальянской даче»	409	Соте из баклажанов	433
Салат «Только спокойствие»	410	<b>ДИЕТА ЭШТОНА ЭМБРИ ПРИ РАССЕЯННОМ СКЛЕРОЗЕ</b>	
<b>ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТЫ</b>		День 1	434
Французская картофельная булочка	411	День 2	434
Булочка «Розовая»	412	День 3	435
Сливовый мармелад в ассортименте	414	<b>РЕЦЕПТЫ</b>	
«Клубничный дурак»	416	Треска, запеченная в фольге с овощами	436
<b>СПЕЦИАЛЬНОЕ ДОПОЛНЕНИЕ</b>		Курица с овощами	436
Диета при лечении рассеянного склероза	418	Кукурузные лепешки	437
Первый прием пищи (завтрак)	419	Суп грибной	438
Второй прием пищи (обед)	419	<b>ДИЕТА (стол) № 13</b>	
Третий прием пищи (полдник)	420	<b>СУПЫ</b>	
		Кабачковый блендид-крем	440
		Молочно-томатный суп-крем	441
		Тыквенный суп с сельдереем	442



Суп «Здравствуй, дача»	443
Упрощенный луковый суп	444
Сырный крем-суп	445
Супчик домашний куриный с потрошками	446

## ВТОРЫЕ БЛЮДА И ГАРНИРЫ

Омлет с сыром прованский	448
Омлет овощной «Удовольствие и польза»	449
Итальянская рисовая каша с сыром и морковкой	449
Мясной сырок с соусом бешамель	450
Картофельный рулет с мясной начинкой	451
Утиные котлетки «Дядя Дак»	452
Рыбные «хлебцы-молодцы»	454
Рыбная фриттата «Речфлот»	455
Сыр камчатский из кальмаров	454

## САЛАТЫ

Салат с авокадо в испанском стиле	456
Салат из кускуса с деликатесным горошком	457
Именинный парижский салат	459
Классический бельгийский яичный салат	460
Норвежский салат с треской и картофелем	461
Салат из печени трески	462

## ДЕСЕРТЫ

Желе из протокваши	462
Крем-пуше из сливок	463
Торт «Птичье молоко»	464
Имбирное печенье	466

## ДИЕТА (стол) № 14

### СУПЫ

Грибной суп-лапша	470
Крем-суп из шампиньонов	471
Говяжий суп с пастой	472
Лагман с кроликом	473
Французский фасолевый суп «Бело-с-нежность»	474
Суп «Аляска»	475
Манхэттенский чаудер	477
Биск с креветками и тыквой	478

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

Капустные «лодочки» в молочном соусе	479
Драчена слоеная	480
Рулет мясной с омлетной начинкой	481
Португеш с отварной говядиной	481
Тефтели «Сердце разбито»	482
Треска под маринадом	483

### САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

Кабачковая икра	484
Икра заморская, баклажанная	485
Говяжий язык отварной	485
Язык заливной	486
Салат «Поцелуй любимой»	487
Салат из пасты и овощей «Бабочка»	488
Салат с языком и яблоками	489

<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b>	491
-------------------	-----