**Меню "СПЛАВ-2015 Русская и восточная кухни".**(Рабочее название в клубе**"Сплавное меню для вертолётных экспедиций в 2015г."**)

[](http://www.pripolar.ru/file/oblozhka_na_foto/p7251091-1-2-1.jpg)Данный вариант меню рассчитан на 8 суток (7 дней, 8 ночей) пребывания в экспедиции.   
Приведённое ниже меню разработано Шеф-поваром клуба Зиновьевым Дмитрием (прямой мобильный тел. +7 (900) 197-65-83. Впервые планируется к применению в вертолётной заброске на реку Северная Ушманья (Полярный Урал, Ямало-Ненецкий автономный округ) в 2015 году в экспедиции команды из г. Уфы (руководитель Борис Б.).

[](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/img_4786.jpg)Предлагаемый вариант меню разработан шеф-поваром специально для условий сплава по реке, а также с целью облегчения взлётного веса экспедиции. Питание в экспедициях по данному меню предусмотрено для участников команд клуба экспедиций "Дикий Север", а также для всех прочих желающих путешествовать с клубом "Дикий Север" при команде, численностью  9-10 человек. Стоимость комплекса услуг по организации питания команды на реке (в полевых условиях) по этому меню вполне демократичная. Предлагаемый список необходимых ингредиентов для создания блюд по этому меню "антикризисный" и предполагает использование не очень дорогостоящих продуктов питания. Рацион питания по данному меню включает блюда, указанные ниже, с умеренным применением блюд восточной кухни : плов, шурпа, хашлама, рёбрышки-гриль, которые изыскано сочетаются с блюдами русской кухни: борщ, уха, рубленые поджаристые котлетки, а также умеренное количество мучных изделий собственного производства в условиях экспедиции : оладьи, лаваш, самодельный белый и ржаной хлеб, охотничьи камчатские лепёшки).

Кроме того, в разнообразие блюд комплексного меню "**СПЛАВ-2015 Русская и восточная кухни**" вносится услуга собственноручного изготовления шеф-поваром прохладительных витаминных напитков: соки, морсы, взвары, лимонады, настойки на травах и прочих полезных для здоровья напитков, включающих природные компоненты. Данный вид меню интересен тем, что основные блюда при дневной и вечерней трапезе остаются неизменны, но по желанию команды в ходе передвижения экспедиции по реке к дневным и вечерним блюдам  меню могут добавляться прочие составляющие, добытые в процессе сплава.

По мере поступления продуктов питания животного и растительного происхождения - свежайшего хариуса, грибов, ягод, дикого лука и чеснока, боровой дичи и прочих даров чистейшей реки и северной тайги, изготовленные основные блюда могут быть дополнены разнообразными горячими и холодными закусками. Меню предполагает различные вариации компоновки блюд. Изменяя составляющие блюда ингредиенты, существует возможность варьирования и доработки блюд по ходу движения экспедиции в зависимости от собранных и добытых за время экспедиции трофеев флоры и фауны. Сервировка стола также разработана Зиновьевым Дмитрием и осуществляется по его уникальной технологии, напрямую связанной с производством не менее уникальных блюд.

Прочую информацию о предоставлении услуг по организации питания в соответствии с данным меню Вы сможете получить связавшись с нами по телефонам: +7 (912) 22 33 777 Евгений, +7 (900) 197 65 83 Дмитрий.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **Меню** "**СПЛАВ-2015. Русская и восточная кухни**".  Разработано для вертолётных экспедиций в 2015г.". | | | |
| День недели | Наименование блюда | |
| **Воскресенье** | **1 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/img_4678-2.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/img_4678-2.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Плов из баранины с овощами и листьями кинзы. | | Борщ с дымком и печёными овощами. | | Ассорти домашних разносолов | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Обед по приезду |
| **Ужин** | |  | | --- | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Жаркое из молодого барашка с печёными овощами и ягодами можжевельника. | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Предусмотрены дополнительные блюда: овощи-гриль и фруктовое ассорти. | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /чел.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Понедельник** | **2 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/dsc04643-1.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/dsc04643-1.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Кашка рисовая с яблочком и корицей. | | Хлебная корзинка | | Печенье, сладости, масло сливочное. | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | |  | | --- | | Харчо из запечённых на углях бараньих рёбрышек с овощами и кинзой. | | Ассорти домашних разносолов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Обед 14:00 |
| **Ужин** | |  | | --- | | Сашими из свеже-пойманного хариуса с ароматным имбирем, соевым соусом и  оригинальным васаби | | Котлетки мясные рубленные с базиликом и отварным рисом с овощами  под сырным соусом. | | Ассорти фруктов | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Предусмотрены дополнительные блюда: овощи-гриль и овощное ассорти. | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /чел.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Вторник** | **3 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/foto10_1.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/foto10_1.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Омлет с жареными кабачками и ветчиной. | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Печенье, сладости | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | |  | | --- | | Шурпа из баранины с овощами и можжевеловыми ягодами зашпаренная берёзовым  полешком. | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Обед 14:00 |
| **Ужин** | |  | | --- | | Сочный Бефстроганов с отварным картофелем и ароматными шкварками. | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Предлагаемые блюда из овощей и фруктовое ассорти готовятся на гриле. | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /чел.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Среда** | **4 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/econom-variant/kotletki-3.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/econom-variant/kotletki-3.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Кашка "Семь злаков" с пылу-с жару на топлёном молоке, с отрубями и зелёным  яблочком | | Тосты со сливочным маслом томлёные на углях берёзовых. | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Печенье, сладости. | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | |  | | --- | | Крем-суп из разных овощей с томлёными в дижонской горчице бараньими рёбрышками да чесночными крутонами. | | Ассорти домашних разносолов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Обед 14:00 |
| **Ужин** | |  | | --- | | Скоблянка "Купеческая" с диким полярным чесночком, сальцем малого посола  да баранинкой зернового откорма. | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Предусмотрены дополнительные блюда: овощи-гриль и фруктовое ассорти. | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /чел.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Четверг** | **5 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/p1050961-2.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/p1050961-2.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Оладьи на деревенском кефире да с припёком из домашнего варенья | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости. | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | |  | | --- | | Хашлама из запечённой бараньей голени да с печёными в углях овощами. | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Обед 14:00 |
| **Ужин** | Шашлык из бараньей корейки в красном вине да с овощами и маринованным хрустальным лучком.   |  | | --- | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | В овощное ассорти входит шашлык из овощей-гриль. Фруктовые блюда предварительно обжариваются на открытом огне. | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /чел.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Пятница** | **6 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/image-24-01-15-05-36-2.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/image-24-01-15-05-36-2.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Кус-кус с фруктами и топлёным молоком с листьями мяты. | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Печенье, сладости. | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | |  | | --- | | Ароматный мясной суп-гуляш из овощей с печёными томатами и прованскими травами. | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Обед 14:00 |
| **Ужин** | |  | | --- | | Поджарка мясная с диким чесночком и сельдереем, под соусом барбекю, с  отварными пене. | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Суббота** | **7 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/dsc05192.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/dsc05192.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Кукурузная кашка с грушей и томлёным маслицем. | | Ассорти фруктов | | Ассорти овощное | | Хлебная корзинка | | Печенье, сладости | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | |  | | --- | | Блюдо "От Шефа". Уха да из хариуса с жареными потрошками и печёным картофелем да полешком зашпаренная. | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Обед 14:00 |
| **Ужин** | |  | | --- | | Жареная корейка ягнёнка с овощами гриль под соусом из печёных овощей. | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Чай | | Кофе | | Печенье, сладости | | Ужин 20:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, хлеб белый, хлеб чёрный, масло сливочное, печенье, пряники, шоколад, конфеты карамель, фрукты, оливки и маслины, кукуруза жареная, фасоль жареная, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |
| **Воскресенье** | **8 день** | |
| [file/osnovnoe_menyu/splav-2015/dsc05223.jpg](http://www.pripolar.ru/file/osnovnoe_menyu/splav-2015/dsc05223.jpg) Сплав-2015 | |  | | --- | | Чай | | Кофе | | Кашка манная на топлёном маслице с брусникой и корицей. | | Тосты с маслом томлёным | | Ассорти овощное | | Ассорти мясное | | Хлебная корзинка | | Печенье, сладости | | Завтрак 9:00 |
| **Обед** | При задержке вертолёта (в связи с погодными условиями) предоставляется обед (ужин) исходя из требований - предпочтений команды. Дополнительное питание группы, связанное с задержкой вертолёта по погодным условиям осуществляется за счёт средств клуба "Дикий Север". Для каждой команды в экспедициях с вертолётной заброской предусмотрен неприкосновенный запас (НЗ). | Обед 14:00 |
| Дополнительно в течение дня будут подаваться : сало солёное, тосты из белого хлеба, гренки из бородинского хлеба, чесночные крутоны, масло сливочное, печенье, пряники, ассорти конфет, карамель, фрукты, оливки и маслины, сгущёнка, сгущенка варёная. | | |
| **Выход блюд /.: Закуски: 200-250гр, Суп: 300-350гр, Второе-350гр, Напиток-500гр, Холодные закуски: 350-450гр.** | | |

Вес (масса) переработанных и упакованных в гермо-сумки продуктов и всех необходимых ингредиентов, закупаемых для питания по данному меню составляет **284**кг.

|  |
| --- |
| Дополнительно в рационе данного меню предусмотрены: закуски из маринованных красноголовиков с домашней сметаной и луком, сашими из свежевыловленного хариуса, малосл из хариуса, юккола из щуки, котлетки рубленные из хариуса с диким чесночком, хе из щуки и овощей, согудай из свежего хариуса с овощами, шулюмы из боровой северной дичи, чаи таёжные со смородиновым листом, ягодами жимолости, брусничным листом, чагой и сосновыми молодыми побегами. |

\* Данное Меню может быть изменено в зависимости от кулинарных предпочтений команды, а ингредиенты для основных блюд могут быть использованы для приготовления других, более предпочитаемых командой, блюд.   
   При согласовании с командой возможна корректировка меню (увеличение грибных, рыбных и мясных блюд).

\*   При задержке вылета в связи с погодными условиями возможно увеличение экспедиционного меню на срок задержки вертолёта.  
\*\*  В период экспедиции все скоропортящиеся продукты содержатся в мобильных холодильниках с хладагентом.

В процессе сплава по реке катамаран с Шеф-поваром и кухонной амуницией двигается автономно, независимо от основной команды, с целью более рационального использования времени для дневного сплава основной команды. После трапезы команда, не задумываясь об уборке стола, мытье посуды, упаковке кухни, готовится к сплаву, в это время шеф-поваром клуба убирается и моется вся основная посуда и упаковывается основное кухонное снаряжение.  
Прибыв на промежуточное место стояночного лагеря для обеда либо ужина шеф-повар, не дожидаясь основной части группы, начинает предварительное приготовление для трапезы - разжигается огонь, устанавливается кухонное оборудование, столы, производится предварительная сервировка блюд, приготовление непосредственно самих горячих блюд для обеда или ужина команды, также шеф-поваром выполняются все дополнительные условия для создания комфортного застолья команды.

**ВАЖНО :** При подготовке продуктов после переработки для доставки в место пребывания команды в процессе проведения экспедиции, все необходимые продукты транспортируются упаковываются в транспортировочную тару, доставляются на маршрут в специальных термо-контейнерах и термо-сумках. Во время активного движения команды на маршруте - хранение продуктов также предусмотрено в специальных термо-контейнерах, а транспортировка горячих обеденных блюд производится в специальных, принадлежащих клубу "Дикий Север", пищевых армейских бидонах, флягах, колбах и термосах, разработанных отечественными производителями для питания военнослужащих в условиях полевой кухни.

Приведённый выше вариант меню - рабочий (**СПЛАВ-2015 Русская и восточная кухни"**), разработан Зиновьевым Дмитрием Игоревичем. Планируется для использования при присутствии в команде профессионального Шеф-повара, руководителя подразделения: "отдел питания" экспедиций клуба "Дикий Север". Шеф-повар : Зиновьев Д.И. Образование: Уральское  Профессиональное училище «Кулинар», Факультет: Технолог общественного питания, специальность: Повар-кондитер, диплом: «Мероприятия по улучшению работы предприятия общественного питания», в разное время руководил кухней в должности "Шеф-повар" таких ресторанов как Паризьен, Сливки, Пан, Русь Великая, Бен-Холл, Барин, In-Salad и других, не менее известных ресторанов Екатеринбурга.