


1 回目のお食事

前菜 牛肉、酢漬けのキノコ
蛋白質- 8.3; 脂質- 2.8; 炭水化物- 0.2; キロカロリー - 59

サラダ サラダ菜、キュウリ、トマト、胡椒、ブラックオリーブ
蛋白質- 1.2; 脂質- 2.0; 炭水化物- 3.1; キロカロリー - 35

メイン料理 七面鳥のもも肉とパースニップ、ニンジン、ブロッコリーのトマトクリームソース添え
蛋白質- 19.2; 脂質- 20.9; 炭水化物- 13.3; キロカロリー - 318

または ニシアンコウとインゲン豆、パースニップ、トマトのポテトソース添え 
蛋白質- 25.7; 脂質- 27.0; 炭水化物- 10.4; キロカロリー - 387

または トリュフオイルと野菜入りのファロ
蛋白質- 9.0; 脂質- 25.1; 炭水化物- 10.3; キロカロリー - 375

デザート ケーキ
蛋白質- 1.5; 脂質- 3.9; 炭水化物- 25.6; キロカロリー - 144

バター
プレッツェルロール 蛋白質-1.4; 脂質-0.2; 炭水化合物-8.8; 千卡 43
ライ麦パン 蛋白質-2.2; 脂質-0.7; 炭水化物-14.4; キロカロリー- 73
オリーブオイル

2 回目のお食事

前菜 牛肉とチーズ入りのロシアサラダ
蛋白質- 11.4; 脂質- 7.7; 炭水化物- 3.9; キロカロリー - 130

フルーツサラダ 蛋白質-0.9; 脂質-0.1; 炭水化物-12.7; キロカロリー- 55

メイン料理 トマトとマッシュルーム、ズッキーニとピーマンのフリッタータ
蛋白質- 10.7; 脂質- 13.5; 炭水化物- 4.5; キロカロリー - 173

または 七面鳥のパンケーキ、チーズソース添え
蛋白質- 12.2; 脂質- 24.5; 炭水化物- 29.3; キロカロリー - 386

または 洋梨入りコーンポリッジ
蛋白質- 2.3; 脂質- 7.0; 炭水化物- 47.1; キロカロリー - 261

デザート ケーキ
蛋白質- 2.2; 脂質- 9.4; 炭水化物- 20.9; キロカロリー - 178

ジャム 蛋白質-0; 脂質-0; 炭水化物-12.6; キロカロリー- 50
クロワッサン 蛋白質-2.5; 脂質-9.3; 炭水化物-15.8; キロカロリー- 157
ヨーグルト 蛋白質-4.0; 脂質-3.1; 炭水化物-6.2; キロカロリー- 69
バター
マヨネーズソース

ドリンク

ワイン 白ワイン・赤ワイン

ビール ジグリ・バルノエ

水、炭酸水

ソフトドリンク ペプシ・コーラ、ペプシ・ライト、セブンアップ

ロシアのベリージュース 

ジュース オレンジ、りんご、トマト

ホットドリンク お茶、コーヒー

メニューから食べ物や飲み物が飛行機が降下する前にご注文いただけます。
お客様のご希望に添えない場合もございますので、ご了承ください。

M1_2_Япония_COMFORT, с 16 июля 2019

MENU

МЕНЮ

AEROFLOT  

Уважаемые пассажиры!

Dear passengers!

ご搭乗の皆様!



В этом году АО «Аэромар» – ведущий производитель бортового питания в России и неизменный партнёр авиакомпании Аэрофлот – отмечает свой юбилей.

Вот уже 30 лет Аэромар совершенствуется в приготовлении широкого спектра блюд, неустанно развивается в сфере кейтеринговых услуг и радует пассажиров первоклассными рецептами.

Мы рады предложить Вашему вниманию новое меню, разработанное энергичными и профессиональными шеф-поварами компании Аэромар.

This year is the Anniversary of SC Aeromar – the leading inflight catering company in Russia and Aeroflot's longtime partner.

For 30 years, Aeromar has been improving and expanding its culinary practice, developing in the sphere of catering services and delighting passengers with high-class recipes.

We are pleased to offer you a new menu created by energetic and professional chefs of Aeromar.



Камель Бенмамар
Kamel Benmamar

Наше новое бортовое меню также включает блюда, приготовленные по рецептам Камеля Бенмамара – бренд-шефа одного из известнейших ресторанов Аркадия Новикова «Рыбы нет». Лаконичность, изящество приготовления и качественные продукты – вот стиль, который отличает Камеля.

Блюда от шефа отмечены в меню знаком

Our new onboard menu also includes the dishes developed according to Kamel Benmamar's recipes – brand chef of one of the most popular Novikov's restaurants – "Ryby net" ("No fish"). Conciseness, elegance and best quality ingredients make the Kamel's style of cooking extraordinary.

The chef's specials are marked with this icon

ПЕРВОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Закуска	Листья салата, говядина и маринованные опята Белки-8,3; жиры-2,8; углеводы-0,2; калорийность - 59*
Салат	Салат из свежих овощей Белки-1,2; жиры-2,0; углеводы-3,1; калорийность - 35*
Основное блюдо	Голень индейки с пастернаком, морковью и брокколи, подается со сливочно-томатным соусом Белки-19,2; жиры-20,9; углеводы-13,3; калорийность - 318*
или	Морской черт с зеленой фасолью, пастернаком и помидорами, подается с картофельным соусом Белки-25,7; жиры-27,0; углеводы-10,4; калорийность - 387*
или	Фарро с овощами и трюфельным маслом Белки-9,0; жиры-25,1; углеводы-10,3; калорийность - 375*
Десерт	Песочное пирожное Белки-1,5; жиры-3,9; углеводы-25,6; калорийность - 144*
	Сливочное масло Булочка Брецель Белки-2,2; жиры-0,7; углеводы- 14,4; калорийность - 73* Ржаной хлеб Белки-1,4; жиры-0,2; углеводы- 8,8; калорийность - 43* Оливковое масло

ВТОРОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Закуска	Салат Русский с говядиной и сыром Белки-11,4; жиры-7,7; углеводы-3,9; калорийность - 130*
Фруктовый салат	Белки-0,9; жиры-0,1; углеводы-12,7; калорийность - 55*
Основное блюдо	Фриттата с помидорами и грибами, цуккини и сладкий перец Белки-10,7; жиры-12,5; углеводы-4,5; калорийность - 173*
или	Блины с индейкой, подаются с сырным соусом Белки-12,2; жиры-24,5; углеводы-29,3; калорийность - 386*
или	Кукурузная каша с грушей Белки-2,3; жиры-7,0; углеводы-47,1; калорийность - 261*
Десерт	Песочное кольцо Белки-2,2; жиры-9,4; углеводы-20,9; калорийность - 178*
	Джем Белки-0; жиры-0; углеводы- 12,6; калорийность - 50* Круассан Белки-2,5; жиры-9,3; углеводы- 15,8; калорийность - 157* Йогурт Белки-4,0; жиры-3,1; углеводы- 6,2; калорийность – 69* Сливочное масло Майонезный соус

НАПИТКИ

Вина	Белое вино • Красное вино
Пиво	Жигули Барное
Вода	Газированная • Негазированная
Прохладительные напитки	Пепси-Кола, Пепси Лайт, 7UP
Морс	
Соки	Апельсиновый, яблочный, томатный
Горячие напитки	Чай Greenfield в ассортименте: «Earl Grey Fantasy», «Classic Breakfast», «Japanese Sencha», «Jasmine Dream», «Lemon Spark», «Barberry Garden», «Spring Melody», «Summer Bouquet», «Flying Dragon», «Kenyan Sunrise» Кофе

* Пищевая ценность (в граммах) и энергетическая ценность (в калориях) блюда.
За информацией о пищевых аллергенах обращайтесь к бортпроводникам.
Заранее приносим извинения, если что-то из ассортимента закончилось.

FIRST MEAL SERVICE

Cold starter	Salad greens, beef and pickled mushrooms Proteins - 8,3; fats - 2,8; carbohydrates - 0,2; Calories – 59*
Salad	Fresh vegetable salad Proteins - 1,2; fats - 2,0; carbohydrates - 3,1; Calories - 35*
Main course	Turkey leg with parsnip, carrot and broccoli, served with cream tomato sauce Proteins - 19,2; fats - 20,9; carbohydrates - 13,3; Calories - 318*
or	Monkfish with green beans, parsnip and tomatoes, served with potato sauce Proteins - 25,7; fats - 27,0; carbohydrates - 10,4; Calories – 387*
or	Farro with vegetables and truffle oil Proteins - 9,0; fats - 25,1; carbohydrates - 10,3; Calories- 375*
Dessert	Shortcrust cake Proteins- 1,5; fats- 3,9; carbohydrates - 25,6; Calories – 144*
	Butter Pretzel roll Proteins-2,2; fats-0,7; carbohydrates-14,4; Calories 73* Russian rye bread Proteins-1,4; fats-0,2; carbohydrates-8,8; Calories 43* Olive oil

SECOND MEAL SERVICE

Cold starter	Russian salad with beef and cheese Proteins - 11,4; fats - 7,7; carbohydrates - 3,9; Calories -130*
Fruit salad	Proteins-0,9; fats-0,1; carbohydrates-12,7; Calories - 55*
Main course	Frittata with tomatoes and mushrooms, zucchini, bell pepper Proteins - 10,7; fats - 12,5; carbohydrates - 4,5; Calories - 173*
or	Pancakes with turkey, served with cheese sauce Proteins - 12,2; fats -24,5; carbohydrates - 29,3; Calories - 386*
or	Corn porridge with pear Proteins- 2,3; fats - 7,0; carbohydrates - 47,1; Calories - 261*
Dessert	Shortcrust biscuit Proteins- 2,2; fats - 9,4; carbohydrates - 20,9; Calories - 178*
	Jam Proteins-0; fats-0; carbohydrates-12,6; Calories 50* Croissant Proteins-2,5; fats-9,3; carbohydrates-15,8; Calories 157* Yogurt Proteins-4,0; fats-3,1; carbohydrates-6,2; Calories 69* Butter Mayonnaise sauce

DRINKS

Wines	White • Red
Beer	Zhiguli Barnoe
Water	Still • Sparkling
Soft drinks	Pepsi-Cola, Pepsi Light, 7UP
Berry drink	
Juices	Orange, apple, tomato
Hot drinks	Selection of Greenfield tea: «Earl Grey Fantasy», «Classic Breakfast», «Japanese Sencha», «Jasmine Dream», «Lemon Spark», «Barberry Garden», «Spring Melody», «Summer Bouquet», «Flying Dragon», «Kenyan Sunrise» Coffee

* Nutritional value (grams), energy value (kcal) of the dish.
For food allergens information please ask your cabin crew.
We apologize if occasionally your choice is not available.