

# Постное меню

## Салаты, Закуски

Винегрет с капустой, 230 гр . . . . .	230 р.
Винегрет с груздями, 230 гр . . . . .	340 р.
Закуска из запеченных на углях баклажанов с майонезом из сыра Тофу, 170 гр . . . . .	290 р.
Икра из запеченных овощей, 180 гр . . . . .	290 р.
Лепешка с хумусом и печеной овощной икрой, 300 гр . . . . .	320 р.
Оливье с грибами, 180 гр . . . . .	360 р.
Теплый салат с фунчозой, 250 гр . . . . .	320 р.

## Супы

Грибной суп, 350 гр . . . . .	320 р.
Постный борщ, 350 гр . . . . .	290 р.
Томатный суп с кедровыми орешками, 350 гр . . . . .	390 р.
Тыквенный суп с яблоками, 350 гр . . . . .	320 р.

## Горячие блюда

Вареники с картошкой и жареным луком, 200 гр . . . . .	250 р.
Драники с грибным жульеном, 200 гр . . . . .	350 р.
Картофель жареный с грибами, 180 гр . . . . .	390 р.
Паста "Песто" с цукини и паприкой, 250 гр . . . . .	390 р.
Чебурек с картофелем, жареным луком и мускатным орехом, 115 гр . . . . .	160 р.
Плов с сухофруктами, 300 гр . . . . .	360 р.

## Каша

Гречневая каша с грибами, 200 гр . . . . .	180 р.
Овсяная каша на кокосовом молоке, 300 гр . . . . .	250 р.

## Десерты

Вареники с вишней, 200 гр . . . . .	250 р.
Тарталетка с брусникой, 120 гр . . . . .	190 р.
Тарталетка с клюквой, 120 гр . . . . .	190 р.
Тарталетка с черникой, 120 гр . . . . .	190 р.
Тарталетка с яблоком и брусникой, 120 гр . . . . .	190 р.
Штрудель с тыквой и орехами, 150 гр . . . . .	260 р.



27 февраля начинается Великий Пост или Святая Четыредесятница.

Православный пост не есть голод.

Голодает и диабетик, и факир, и йог, и просто нищий.

Нигде в службах Великого Поста не говорится о посте только в нашем обычном смысле, то есть как о неядении мяса и прочих скоромных блюд.

Всюду только один призыв: «Постимся телесно, постимся и духовно».

Следовательно, пост только тогда имеет смысл, когда он соединен с духовным настроем. Пост – это прежде всего период духовного усилия.

И естественно, что не только формальная замена обычной пищи на постный стол составляет истинный пост: можно ведь готовить изысканные блюда и из постной пищи и таким образом удовлетворять свое сластолюбие.

В соответствии с церковным уставом во время поста прекращается употребление мясных, молочных и других продуктов животного происхождения. Можно есть растительную пищу, овощи и фрукты, иногда рыбу.

Но следует помнить, что это не диета. И пост телесный, без поста духовного, ничего не приносит для спасения души.

Истинный пост есть воздержание от всякого зла.

Храни ум от суетных помышлений, память от злопомнения, волю от злого хотения, язык от осуждения, лжи, скверного слова.

Без всего этого пост становится диетой. Пост начинается за семь недель до праздника Святой Пасхи и состоит из сорока дней и Страстной седмицы – недели, предвещающей Пасху, которая наступит в этом году 16 апреля.