



Triple Taste

Kitchen





ЖИМСНИЙ ЦУГЛУУЛГА (2-3 ХҮН)
/Fruit collection/

58.800 MNT

Улаан алим, ногоон алим, киви , луу жимс, тарвас, тоор
Red apple, green apple, kiwi, dragon fruit, watermelon, peach

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
14.065	7.125	226.57	938.22



Эрүүл байх амархан:
Жимс, жимсгэнийг өдөр бүр идэх нь өсөлт хөгжил сайтай, эрүүл, эрч хүч дүүрэн байхын үндэс болно.



ЯКИТОРИ СҮМСТЭЙ ТАХИАН МАХАН ШОРЛОГ
/Yakitori Chicken Skewers/

32.800 MNT

Якитори сүмс, тахианы мах, ногооны салат
Yakitori sauce, chicken, green salads

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
76.2	59.4	26.5	983.8



Зөвлөмж:
Тахианы мах нь уураг ихтэй, өөх багатай тул эрүүл хооллолтод хамгийн тохиромжтой, булчин сэргээхэд тусалдаг хүнс юм.



ТАХИАНЫ МАХТАЙ КЮСАДИЛЛА
/Chicken quesadillas/

32.800 MNT

Тахианы цээж мах, эрдэнэшиш, тортила гамбир, зөөхий, салса сүмс
Chicken breast, sweet corn, tortillas, whipping cream, salsa sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
115.4	70.0	28.6	1.215.9



Жалапено:
Жалапеногийн нэр нь Мексикийн Jalapa (Халара) хотын нэрнээс гаралтай бөгөөд энэ нутгаас анх үүссэн гэж үздэг.



Salam / Palat

ЯРГАЙ ЗАГАСНЫ УТСАН МАХАН САЛАТ /Fresh and Smoked salmon salad/

Утсан яргай загас, төрөл бүрийн навч, үрлэн улаан лооль, буйлс самар, бөдөнгийн өндөг, өргөст хэмх
Smoked salmon, mixed lettuce, cherry tomato, almond, qual egg, cucumber

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
29.1	16.5	16.2	338.9

53.800 MNT

 **Бөдөнгийн өндөг:**
Бөдөнгийн өндөг болон түүний хальсанд Меңделеевийн үелэх системийн бүхий л элемент багтдаг учир байгалийн эм юм.



ЦЕЗАРЬ САЛАТ /Ceaser salad/

Тахианы мах, талхан сухар, пармезан бяслаг, айсберг байцаа, үрлэн улаан лооль, ранч сүмс
Chicken, toasted bread, parmesan, iceberg, cherry tomato, ranch sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
53.6	30.6	73.8	596.1

29.800 MNT

 **Пармезан бяслаг:**
Итали гаралтай хатуу бяслаг бөгөөд үхрийн сүүгээр хийдэг.



ҮХРИЙН ГОЛ МАХАН СТЕЙК САЛАТ /Beef steak salad/

Гриллдсэн үхрийн гол мах, төрөл бүрийн навч, чихэрлэг төмс, бальзамик цуунд дарсан хүрэн манжин, фитаки бяслаг
Grilled beef tenderloin, mixed lettuce, sweet potato, balsamic glazed beetroot, feta cheese

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
47.0	26.4	23.4	318.7

43.800 MNT

 **Чихэрлэг төмс:**
Биеийг хоргүйжүүлж, хоол боловсруулах үйл ажиллагаанд эерэгээр нөлөөлдөг. Чихэрлэг төмс луувангийн эд ихээр агуулдаг тул "Урт наслуулдаг хүнс" гэж хятад хүмүүс нэрлэдэг байна.



ГРЕК САЛАТ /Greek salad/

Төрөл бүрийн навч, чидун жимс, фитаки бяслаг, үрлэн улаан лооль, өргөст хэмх
Mixed lettuce, fitaki cheese, cherry tomato, cucumber, olive

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
5.4	16.9	22.7	266.6

28.800 MNT

 **Зөвлөмж:**
Та өдөр бүр 200гр ногоо идэж чадавч нэмэлтээр витамин уух ямар ч шаардлагагүй.



ХУШГА ТООРЫН САЛАТ /Walnut peach green salad/

Тоор, хушга, төрөл бүрийн навч, цангис, бальзамик сүмс

Peach, walnut, mixed lettuce, cranberry, balsamic sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
5.6	13.6	15.6	190.8

29.800 MNT

 **Тоор:**
Өдөр тутам тоор идэх нь цусны холестерин, зүрх судасны өвчний эрдсэлийг бууруулна.



АНТИПАСТО САЛАТ /Antipasto salad/

Пеперони хиам, олив жимс, хүрэн манжин, моцерилла бяслаг, артишок, тоор жимс, итали сүмс

Pepperoni, olives, beets, mozzarella cheese, artichokes, peaches, Italian sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
18.9	14.3	16.7	294.6

45.800 MNT

Итали хоол:
Итали улсын хооллох соёл нь хоолыг яарахгүй, олон үе шаттайгаар /antipasto, primo secondo/ гэх мэт дарааллаар иддэг.

КАПРЕЗЕ САЛАТ /Caprese salad/

Олив жимс, бальзамик сүмс, шинэхэн моцарелла бяслаг, песто сүмс

Olives, balsamic sauce, fresh mozzarella cheese, pesto sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
32.4	33.2	16.0	488.5

45.800 MNT

Итали хоол:
Итали хоолны гол философи нь цөөн орц нэмээд чанар гэж үздэг.

ОЛИВ САЛАТ /Olive salad/

Олив жимс, улаан лооль, ягаан сонгино, өргөст хэмх, гарбонзо шош, артишок, трюфель мөөг, шинэхэн моцарелло сүмс, песто сүмс

Olives, tomatoes, pink onions, cucumbers, garbanzo beans, artichokes, truffle mushrooms, fresh mozzarella, pesto sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
14.9	9.2	21.8	298.5

45.800 MNT

Итали хоол:
Итали хоолонд цөцгийн тосноос илүү оливоын тосыг илүү их хэрэглэдэг.

ДАЛАЙН ГАРАЛТАЙ ШӨЛ /Seafood soup/

Яргай загас, хясаа, сармистай талх, сам хорхой, наймаалж, үрлэн улаан лооль
Salmon, mussel, shrimp, clams, squid, garlic bread, cherry tomato

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
49.4	45.2	69.1	801.3

59.800 MNT

Далайн гаралтай бүтээгдэхүүн:
Уураг кальци болон Д витамин
их хэмжээгээр агуулагддаг.

ЦЭЦЭГТ БАЙЦААНЫ ЗУТАН ШӨЛ /Broccoli soup/

Брокколи, сүү, зөөхий, сармис, бөөрөнхий сонгино, моцарелла бяслаг, чеддар бяслаг
Broccoli, milk, whipping cream, onion, garlic, mozzarella, cheddar

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
10.6	51.6	44.2	661.9

24.800 MNT

Брокколи:
Бие махбодийн дархлааг дэмжих шинж чанартай
бөгөөд ингэснээр вирус, нян, бактери, хорт
хавдрын эсрэг үйлчлэл үзүүлдэг.

ШАР ХУЛУУНЫ ЗУТАН ШӨЛ /Pumpkin soup/

Шар хулуу, шар лууван, зөөхий
Pumpkin, carrot, whipping cream

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
3.9	57.2	24.9	661.6

24.800 MNT

Шар хулуу:
Хулууг тогтмол хэрэглэх нь судас хатуурлаас
сэргийлж, ясны нягтралыг нэмэгдүүлдэг.



ЦАГААН ЦЭЦЭГТ БАЙЦААНЫ ШӨЛ /White cauliflower soup/

Цагаан цэцэгт байцаа, оливын тос, ягаан сонгино, цөцгийн тос, шарсан талх

White cauliflower, olive oil, pink onion, butter, toast

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
19.2	80.8	16.1	560.1

24.800 MNT



УЛААН ЛООЛИЙН ЗУТАН ШӨЛ /Tomato puree soup/

Улаан лооль, шар лууван, пармезан бяслаг, шарсан талх, оливын тос, зөхий

Tomatoes, carrots, parmesan cheese, toast, olive oil, and basil

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
26.1	30.1	236.8	1302.8

24.800 MNT



CasaRinaldi

MONGOLIA LLC



Зутан шөл

Зутан шөл нь орцуудыг жигд буталж бэлтгэдэг тул өтгөн зөөлөн бүтэцтэй, шингэц сайн, амт тэжээл нь жигд тархсан эрүүл хоолны эхлэл юм.



Улаан лооль :

Улаан лооль нь анх Италид биш Америк тивээс XVI зуунд орж ирсэн ч өнөөдөр Итали хоолны салшгүй хэсэг болсон.

НЭРИЙН БАНШТАЙ ЦАЙ (3-4 ХҮН)
/Glory resort dumpling with/ milk tea

Банш , борц, хонины хавирга, цагаан будаа, шар будаа, сүү, өрөм, эээгий, шар тос
Dumpling, jerky, lamb rib, rice, millet, milk, dairy products

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
102.8	114.8	63.6	1743

98.800 MNT

Шар тос:
Шар тос бол сүү цагаан идээний хамгийн шимт охь.

БИТҮҮ ШӨЛ
/Bituu soup/

Хонины мах, бөөрөнхий сонгино, сармис, гурил
Lamb, onion, garlic, wheat flour

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
40.9	24.01	41.7	419.8

28.800 MNT

Битүү шөл:
Битүү хоолны нэг онцлог нь орц найрлагын тэжээллэг чанарыг маш сайн хадгалдаг.

БОРЦ, ГУРИЛТАЙ ШӨЛ
/Jerky with noodle soup/

Борц, хонины мах, гурил, бөөрөнхий сонгино, хар перец
Jerky, lamb, wheat flour, onion, black pepper

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
55.3	26.08	5.22	358.2

28.800 MNT

Борц:
Монголчуудын сансар судлалд оруулсан нэг том хувь нэмрийн нэг нь өнөөдрийг хүртэл оросын сансрын нисгэгчдийн хоол хүнсэнд монгол борц, монгол чацаргана байдаг.

ЦУЙВАН
/Tsuivan/

Үхрийн өвчүү, хонины хавирга, үхрийн мах, шар лууван, бөөрөнхий байцаа, бөөрөнхий сонгино, чинжүү, өргөст хэмх
Beef brisket, lamb ribs, beef, carrots, cabbage, onion, peppers, cucumber

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
90.1	50.4	199.5	1595.3

36.800 MNT



Цуйван:

Цуйван анх Монголын Өвөр Монгол болон хойд Хятадтай хил залгаа нутгуудад үүссэн бөгөөд манж, хятад хоолны нөлөө орсон гэж судлаачид үздэг. Харин Монголд уламжлалт байдлаар хөгжиж, орон нутгийн өөр өөр жор, онцлогтой болсон.



БУУЗ
/Buuz/ (8 pcs)

Гараар татсан хонины мах, сонгино, гурил, ногооны салат
Minced lamb, onion, wheat flour, green salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
75.0	67.3	166.8	1563.6

36.800 MNT



Битүү хоолны тухай:

Битүү хоол нь ядаргаа тайлах, хий хүй хөөх, биеийн эсэргүүцэл сайжруулдаг.



ХУУШУУР

/Khuushuur/ (6 pcs)

Гараар татсан хонины мах, бөөрөнхий сонгино, сармис, гурил, ногооны салат
Minced lamb, onion, garlic, wheat flour, green salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
88.8	34.0	161.5	1290.9

43.800 MNT



Зөвлөмж:

Хорхог хуушуурын араас аль болох бүлээн ус, цай уугаарай. Нойр бүлчирхайн үрэвсэл өвчлөлтөөс сэргийлнэ.



ХОНИНЫ МАХТАЙ ХОРХОГ (6-8 ХҮН)
/Mutton khorhog/

Хонины ястай мах, бөөрөнхий байцаа, төмс, шар лууван, ногооны салат, дүрлэг, соус, жигнэсэн гурил
Lamb with bones, cabbage rolls, potatoes, carrots, vegetable salad, pickles, sauce, baked flour

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
119.6	159.2	138.2	2481.4

428.800 MNT



Зөвлөмж:

Таны иддэг хоол эмийн хамгийн аюулгүй хувилбар эсвэл хамгийн удаан үйлчилдэг хор байж болно. /Ан Вигмор/

Монгол хоол / Mongolian cuisine



ХОНИНЫ МАХТАЙ ХОРХОГ (2-3 ХҮН) /Mutton khorhog/ (2-3 pcs)

Хонины ястай мах, бөөрөнхий байцаа, төмс, шар лууван, өргөст хэмх, үрлэн улаан лооль, даршилсан өргөст хэмх, жигнэсэн гурил
Lamb bone-in, cabbage rolls, potatoes, carrots, cucumbers, diced tomatoes, pickled cucumbers, baked flour

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
59.8	79.6	69.1	1240.7

188.000 MNT



Өргөст хэмх:
Өргөст хэмхний 95 хувийг ус бүрдүүлж байдаг. Өдөр бүр идэж хэвшсэнээр, таны биеэс хорыг гадагшлуулж, давхар арьсыг чийгшүүлэх болно.

НОГООТОЙ ХУУШУУР /Vegetarian khuushuur/

Хулуу, брокколи, бөөрөнхий сонгино, сармис, хаш, моцарелла бяслаг, гурил, ногооны салат

Long green pumpkin, broccoli, onion, garlic, eggplant, mozzarella, wheat flour, green salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
33.7	11.5	136.9	729.8

32.800 MNT



Цагаан хоол:
Цагаан болон веган гэдэг нэр томъёог анх 1800 онд Лондон хотод цагаан хоолтны холбоо байгуулагдсан үед үүссэн.

НОГООТОЙ ЦУЙВАН /Vegetarian tsuivan/

Шар лууван, айсберг, өргөст хэмх, чинжүү, бөөрөнхий сонгино, сармис, гурил

Carrot, iceberg, cucumber, pepper, onion, garlic, wheat flour

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
2.7	30.05	17.4	334

32.800 MNT



Цагаан хоол:
Эрүүл мэндээ дэмжиж, байгаль дэлхийдээ хайртай хандъя гэвэл хамтдаа цагаан хоол идэцгээе!



ДАЛАЙН ГАРАЛТАЙ ПАСТА /Seafood pasta/



Яргай загас, хясаа, сам хорхой, наймаалж, шпагетти гоймон, улаан лоолийн сүмс

Salmon, mussel, shrimp, clams, squid, spaghetti, tomato sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
62.5	64.5	107.7	1267

59.800 MNT



Сам хорхой:
Сам хорхой нь өөх тос бага агуулдаг боловч 100г сам хорхой идэхэд хоногийн холестерин хэрэгцээг 100% хангадаг.



АЗИ МАЯГИЙН ТАХИАНЫ МАХ ГОЙМОНТОЙ ХУУРГА /Asian chicken noodles/

Тахианы мах, шпагетти гоймон, мисо сүмс, шар лууван, халуун чинжүү, самар, цагаан гаа

Chicken, spaghetti noodles, miso sauce, carrots, hot peppers, nuts, and ginger

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
64.5	67.19	105.6	1358

41.800 MNT



Цагаан гаа:
Гэдэсний хорт хавдрын эсийг устгах найрлагатай.



Паста, Pucomo / Pasta, Pucoto



ТАХИАНЫ МАХАН ПАСТА /Chicken alferado pasta/

Тахианы мах, пармезан бяслаг, питучин гоймон, сүүн крем

Chicken, parmesan cheese, pita bread, cream

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
56.0	54.7	136.5	1124.5

48.800 MNT



Улаан лооль:
Улаан лооль нь арьсыг хэт ягаан туяаны хортой нөлөөлөл болон эд, эсийг устгэрэгчийн хэт ислийн гэмтлээс хамгаалж, хорт хавдраас сэргийлэх нөлөөтэй.



ҮХРИЙН МАХАН БОЛОНЬЕЗЕ ПАСТА
/Beef bolognese pasta/

Үхрийн мах, спагетти гоймон, улаан лоолийн сүмс, улаан дарс, пармезан бяслаг
Beef, spaghetti, tomato sauce, red wine, parmesan

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
40.9	18.08	126.9	780.4

46.800 MNT



Шпагетти гоймон:
Шпагетти гоймон улаан буудайгаар хийдэг
ба витамин эрдсээр баяжуулсан байдаг.

КАРБОНАРА ПАСТА
/Carbonara pasta/

Бекон, спагетти гоймон, цөцгий,
пармезан бяслаг, бор мөөг

Bacon, spaghetti, cream, parmesan cheese,
mushrooms

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
38.3	82.8	126.1	1366

38.800 MNT



Мөөг:
Цусны даралт тогтворжуулах, судасны хатуурал, өтгөн
хаталтад, дотор халуун буулгах зэрэгт нэн тустай.

ЯРГАЙ ЗАГАСТАЙ РИГАТОНИ ПАСТА
/Salmon pasta/

Яргай загас, питучини гоймон, улаан лоолийн сүмс,
пармезан бяслаг, бууцай, үрлэн улаан лооль

Green fish, pituccini pasta, tomato sauce, parmesan
cheese, spinach, and tomato paste

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
45.02	53.7	133.7	1072

68.800 MNT



Паста үүсэл:
Шпагетти гэдэг үг нь итали хэлний
"spago" буюу "утас" гэсэн үгнээс гаралтай.



ҮХРИЙН ГОЛ МАХАН РИСОТТО
/Beef tenderlion steak risotto/

Үхрийн мах, арборио будаа, пармезан бяслаг,
хуурсан ногоо

Beef, arborio rice, parmesan cheese,
sautéed vegetables

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
63.7	65.15	107.5	1258

68.800 MNT



Арборио будаа:
1 аяга арборио будаа нь хүний өдрийн хэрэгцээт
шим тэжээлийн 45%-ийг хангадаг.

ТАХИАН МАХАН РИСОТТО
/Chicken risotto/

Тахианы мах, арборио будаа, пармезан
бяслаг, хуурсан ногоо

Chicken, arborio rice, parmesan cheese, sautéed
vegetables

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
89.7	77.67	128.8	1471.9

48.800 MNT



Зөвлөмж:
Гоё гэрэлтсэн, сайхан арьстай болохыг хүсвэл
бяслаг, ааруул, самар, хушга байнга хэрэглээрэй.

НОГООТОЙ ПАСТА
/Pasta with vegetables/

Шпагетти гоймон, ногоон хулуу, чинжүү, брокколи, цагаан цэцэгт брокколи, үрлэн улаан
лооль, шар лууван, пармезан бяслаг

Spaghetti pasta, green squash, peppers, broccoli, white florets, diced tomatoes, carrots, parmesan cheese

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
24.0	3.7	159.8	730.7

29.800 MNT



Цагаан хоол:
Ургамлын гаралтай хоол хүнс нь зүрх судасны тогтолцооны асуудалд хувь
нэмэр оруулдаг ханасан өөх тос, холестеринь агууламж багатай байдаг.



Насма, Ризотто / Pasta, Risotto



САЛМОН РИЗОТТА /Salmon risotto/

Яргай загас, ризотта будаа, пармезан бяслаг, хясаа, песто сүмс, нимбэг

Salmon, risotto rice, parmesan cheese, oysters, pesto sauce, lemon

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
30.3	49.6	162.1	1119.9

78.800 MNT



Салмон загас:

Салмон загас нь бусад загаснаас омега-3, тосны хүчлээр баялаг бөгөөд, тослог, тэжээллэг чанар өндөр гэдгээрээ онцлогтой.

МӨӨГТЭЙ РИЗОТТА /Mushroom risotto/

Ризотта будаа, трюфель мөөг, бор мөөг, шарсан талх, бүрж шарсан хулуу, пармезан бяслаг

Risotto rice, truffle mushrooms, brown mushrooms, toast, roasted pumpkin, parmesan cheese

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
14.8	16.2	94.2	574.6

68.800 MNT



Мөөг:

Трюфель мөөг нь антиоксидант, эрдэс бодисоор баялаг бөгөөд хоолны үнэр амтыг тансаг түвшинд гаргахын зэрэгцээ биеийн ерөнхий тэнцвэрийг дэмждэг ашиг тустай.

ЛАЗАНЬЯ /Lasagna/

Лазаньяа гоймон, үхрийн мах, моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, маринара сүмс, бишамель сүмс

Lasagna noodles, beef, mozzarella cheese, parmesan cheese, marinara sauce, béchamel sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
65.1	112.5	120.5	1514.4

68.800 MNT



САМ ХОРХОЙТОЙ ПАСТА /Shrimp pasta/

Сам хорхой, шпагетти гоймон, бууцай, пармезан бяслаг, сүүн крем, песто сүмс

Shrimp, spaghetti, spinach, parmesan cheese, whipping cream, pesto sauce

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
45.2	49.3	185.7	1346.7

50.800 MNT



Сам хорхой:

Сам хорхой нь уураг, иод, омега-3-аар баялаг тул хүний биеийн булчинг бэхжүүлж, бодисын солилцоог дэмжин, зүрх, тархины үйл ажиллагаанд тустай.

Насма, Ризотто / Pasta, Risotto



ОЛИВ ЖИМСТЭЙ ПАСТА /Pasta with olives/

Феттучини гоймон, пармезан бяслаг, маринара сүмс, олив жимс

Fettuccine pasta, parmesan cheese, marinara sauce, olives

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
21.8	69.9	205.7	1294.0

38.800 MNT



Чидун жимс:

Чидун жимс нь өөх тос, антиоксидантаар баялаг тул зүрх судас, тархи, дархлааг дэмжиж, үрэвслийг бууруулах ач холбогдолтой.



Паста гоймон:

Паста гоймон нь 300-с дээш төрөлтэй бөгөөд шпагетти, пенне, фузилли, тальятелле гээд зөвхөн хэлбэр нь 300 -с давна.



ҮХРИЙН ГОЛ МАХАН СТЕЙК
/Beef tenderlion steak/

68.800 MNT

Ил гал дээр шарсан үхрийн гол мах, нимгэн шарсан төмс, талх, сүмс, холимог ногоо
Grilled beef tenderloin, thinly sliced potatoes, bread, steak sauce, mixed vegetables

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
63.8	137	51.5	1383

 **Үхрийн гол мах:**
Үхрийн гол махан стейк нь зөөлөн, шүүслэг, өөх хамгийн бага байдаг.



ТЕНДЕРЛИОН
/Tenderlion/

68.800 MNT

Үхрийн гол мах, цагаан будаа, брокколи, цагаан цэцэгт байцаа, сармисны гол, шар лууван, үрлэн улаан лооль, сармис, бөөрөнхий сонгино
Beef, rice, broccoli, cauliflower, garlic, carrots, diced tomatoes, onions, garlic

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
69.8	37.3	33.1	748.2

 **Үхрийн мах:**
Үхрийн мах идэх нь төмрийн дутагдалаас үүдсэн цус багадалтаас сэргийлээд зогсохгүй, дархлааг дэмжиж хүч тамирыг сэлбэдэг.



ҮХРИЙН ГУЯНЫ МАХАН СТЕЙК
/Primeat steak/

118.800 MNT

Үхрийн мах, мөөгний сүмс, төмс, брокколи, цагаан цэцэгт брокколи, үрлэн улаан лооль, аспарагус, сармис

Beef, mushroom sauce, potatoes, broccoli, white broccoli, diced tomatoes, asparagus, garlic

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
72.4	62.1	66.9	1111.3



Үхрийн гол мах:

Аспарагус буюу монголоор хэрээн нүд гэдэг хөгшрөлтийн үйл явцыг удаашруулдаг, арьсыг тань зөөлөн, торгомсог болгоно.



ИЛ ГАЛ ДЭЭР ШАРСАН ТАХИА
/Grilled chicken thigh/

58.800 MNT

Тахианы гуяны цул мах, зөгийн бал гичтэй сүмс, холмиог хуурсан ногоо, гэрийн аргаар бэлдсэн төмс

Chicken thigh fillet, honey mustard sauce, stir-fried mixed vegetables, home-made potatoes

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
105.1	100.5	42.8	1495



Зөгийн бал:

Зөгийн бал нь байгалийн хамгийн сайн антиоксидантуудын нэг.



ТЕРИЯКИ СҮМСТЭЙ ГАХАЙН ШАРСАН МАХ
/Teriyaki pork chop/

58.800 MNT

Гахайны хүзүүний мах, терияки сүмс, гэрийн аргаар бэлдсэн төмс, холимог ногоо

Boneless pork neck, teriyaki sauce, home made potato, mixed vegetables

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
88.3	91.9	42.8	1345

Давс:
Дэлхийн Эрүүл мэндийн байгууллагаас өдөрт 5 гр-аас ихгүй хэмжээний давс хэрэглэхийг зөвлөж байна.



ЯРГАЙ ЗАГАСНЫ МАХАН СТЕЙК
/Salmon steak/

88.800 MNT

Яргай загас, цөцгийтэй сүмс, холимог хуурсан ногоо, шарсан улаан лооль

Salmon, creamy sauce, mixed vegetables, cherry tomato

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
46.06	13.4	42.8	457

Яргай загас:
Яргай загас нь стресс ядаргааны эсрэг хамгийн сайн хүнс юм.

Нэгдүгээр хэсэг / Main dish

ШАРСАН ТӨМС
/French fries/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
6.06	8.55	57	302

 **Шарсан төмс:**
Шарсан төмсийг анх Бельгийн загасчид
1600 оны сүүлээс зооглож ирсэн.

17.800 MNT

АМТАЛСАН БУДАА
/Seasoned rice/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
13.3	25.9	82.5	687.9

 **Өндөг:**
Өндөг нь D витаминь баялаг эх үүсвэр болж ясыг
бэхжүүлэх, рахитаас урьдчилан сэргийлэхэд чухал
үүрэг гүйцэтгэдэг.

17.800 MNT

НОГООНЫ ХАЧИР
/Green Mule/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
1.21	1.21	7.15	30.45

 **Бууцай:**
Чихрийн шижин өвчтэй хүмүүс бууцайг хоолондоо
тогтмол хэрэглэж заншвал цусан дахь сахарын
хэмжээг багасгаж тогтворжуулах үйлчилгээ
үзүүлдэг.

10.800 MNT

ХУУРСАН НОГОО
/Sautéed vegetables/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
0.91	0.22	5.49	24.9

 **Хааш:**
Хашны найрлага дахь антиоксидантууд нь хорт
хавдар, бактери, вирусийн эсрэг үйлчлэлтэй.
Таны биеийг элдэв өвчлөлөөс урьдчилан сэргийлэх
чадвартай.

10.800 MNT



Health is wealth Eat good

Захиалгын хугацаа:

25 МИН



ЎЗБЕК ҮНДЭСНИЙ ШӨЛ /МАСТАВА/
/Mastava/

Үхрийн мах, цагаан будаа, шар лууван, төмс, лоолийн нухаш, сармис, чинжүү
Beef, rice, potato, carrot, potato, tomato paste, garlic, pepper

Уураг (Г)	Өөх тос (Г)	Нүүрс ус (Г)	Илчлэг (Ккал)
26	51	66	821

48.800 MNT

Сармис:
Сармис нь бактер, вирус, мөөгөнцөрийн эсрэг үйлчилэлтэй.

ШОШТОЙ ШӨЛ
/Chickpea soup/

Гарбанзо шош, үхрийн мах, цагаан будаа, шар лууван, төмс, лоолийн нухаш, сармис, чинжүү
Beef, rice, potato, carrot, potato, tomato paste, garlic, pepper

Уураг (Г)	Өөх тос (Г)	Нүүрс ус (Г)	Илчлэг (Ккал)
40.4	52.9	38.6	793

32.800 MNT

Гарбанзо шош:
Ангаахай шош найрлагандаа их хэмжээний уураг агуулдаг тул цагаан хоолтнуудад нэн тохиромжтой хүнс юм.

Захиалгын хугацаа:

25 МИН



БЕСТРУМЕН
/Bestrumen/

Үхрийн гол мах, төмс, бөөрөнхий сонгино, сармис, халуун ногоо, шарсан төмс
Beef, potatoes, onions, garlic, spices, french fries

Уураг (Г)	Өөх тос (Г)	Нүүрс ус (Г)	Илчлэг (Ккал)
40.7	21.2	30.9	476.1

40.800 MNT

Бөөрөнхий сонгино:
Сонгино нь хоолны дүршил сайжруулж, ходоодны шүүс ялгаруулалтыг ихэсгэж хоол боловсруулах эрхтэнд сайнаар нөлөөлдөг.

ЎЗБЕК ПЛОВ
/Uzbek plov/

Үхрийн мах, шар лууван, үзэм, цагаан шош, жасмин будаа, бөөрөнхий сонгино, байцааны салат
Beef, carrot, raisin, jasmine rice, onion

Уураг (Г)	Өөх тос (Г)	Нүүрс ус (Г)	Илчлэг (Ккал)
32.6	92.8	125.6	1487.3

48.800 MNT

Жасмин будаа:
Жасмин будаа нь Фолийн хүчил агуулдаг тул жирэмсэн болон хөхүүл эмэгтэйчүүд хэрэглэхэд тохиромжтой.



МАШИНДСАН МАХАН ШОРЛОГ /ЛЮЛЯ КЕБАБ/
/Minced beef skewers /Lula kebab/

Үхрийн гуяны цул мах, үхрийн сэмж, шарсан төмс, талх, ногооны салат, 2 төрлийн сүмс.

Minced beef, beef caul fat, french fries, bread, green salad, 2 types of sauces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
68.8	111.7	63.2	1795.7

50.800 MNT

Улаан лооль:
Колумбын арилжааны цаг үед /18-р зуун/ улаан лоолийг Европт авчрахад зөвхөн гоёл чимэглэлийн зорилгоор л ашиглаж байжээ.

ҮХРИЙН ГОЛ МАХАН КАВКАЗ ШОРЛОГ
/Beef skewers/

Үхрийн гол мах, халуун ногоотой хонины сүүл, шарсан төмс, талх, ногооны салат, 2 төрлийн сүмс

Beef skewers, spicy lamb tail, french fries, bread, green salad, 2 types of souces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
115.4	58.8	70.6	1279.0

68.800 MNT

Зөвлөмж:
Хэрвээ та ноёргүүддэг, унтахын өмнө олон цаг орондоо хөрвөөдөг бол сүүн бүтээгдэхүүн, овьёос, гадил, самар, зөгийн бал гэх мэт тайвшруулах нөлөөтэй бүтээгдэхүүн хэрэглээд үзээрэй.



ХОНИНЫ МАХАН КАВКАЗ ШОРЛОГ
/Lamb skewers/

Хонины гуяны цул мах, шарсан төмс, сармистай талх, ногооны салат, 2 төрлийн сүмс

Lamb skewers, french fries, garlic bread, green salad, 2 types of souces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
96.8	141.3	39.4	1798.0

50.800 MNT

Хонины мах:
Хонь нь 80 гаруй төрлийн ургамлаар хооллодгоос 30 орчим зүйл нь эмийн ургамал байдаг.

ТАХИАНЫ МАХАН ШОРЛОГ
/Chicken skewers/

Тахианы гуяны цул мах, шарсан төмс, дарсан өргөст хэмх, сармистай талх, ногооны салат, 2 төрлийн сүмс

Chicken skewers, french fries, pickled cucumber, garlic bread, green salad, 2 types of souces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
136.1	70.9	64.5	1456.0

48.800 MNT

Кумин:
Коран сударт кумины үрийг "Үхлээс бусад бүх өвчнийг анагаах эм" гэж нэрлэсэн байдаг.

ХОНИНЫ СҮҮЛЭН ШОРЛОГ
/Minced beef skewers /Lula kebab/

Хонины сүүл, шарсан төмс, талх, ногооны салат, 2 төрлийн сүмс.

Lamb tail, french fries, bread, vegetable salad, 2 types of sauces.

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
94.1	138.4	16.5	1540.0

43.800 MNT

Хонины сүүл:
Хонины сүүл, өвчүүний хэрсэнгийн өөх нь ханаагүй хүчил ихтэй, царцах нь удаан, тэжээллэг чанар өндөр, кальци ихтэйг судалгаагаар тогтоосон.

Пицца / Pizza



ПЕППЕРОНИ ПИЦЦА

/Pepperoni pizza/

Пепперони хиам, улаан лоолийн сүмс, моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, чедар бяслаг, гурилан зуурмаг

Pepperoni, tomato sauce, mozzarella, parmesan, cheddar, dough

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
106	128	158	2048

50.800 MNT



Пармезан бяслаг:
"Пармезан" бяслаг нь нялцгай бүтэцтэй, баялаг амтаараа алдартай бөгөөд "Бяслагны хаан" гэж нэрлэдэг!

Захиалгын хугацаа: **25** МИН

МАРГАРИТТА ПИЦЦА

/Margaritta pizza/



Моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, чедар бяслаг, улаан лоолийн сүмс, улаан лооль, гурилан зуурмаг

Mozarella, parmesan, cheddar, tomato sauce, tomato, dough

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
67.3	61.8	173.8	1304.1

50.800 MNT



Оливийн тос:

Оливийн тос хэрэглэснээр "Альцхаймер" болон бусад төрлийн сэтгэцийн өвчлөлүүдээс сэргийлэх, ой санамжийг сайжруулах болон стрессээс салах боломжтой



BBQ СҮМСТЭЙ ТАХИАН МАХАН ПИЦЦА

/BBQ chicken pizza/

BBQ сүмстэй тахианы мах, улаан лоолийн соус, моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, чедар бяслаг, брокколи, тоор, халапено, гурилан зуурмаг

BBQ chicken, tomato sauce, mozzarella, parmesan, cheddar, broccoli, peach, jalapeno, dough

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
104.1	78.1	130.7	1592.7

50.800 MNT



Чеддар бяслаг:

Чеддар бяслаг нь Английн Чеддар тосгонд анх үүссэн учраас чеддар гэж нэрлэгдсэн.



ҮХРИЙН ЗУМАЛСАН МАХТАЙ ПИЦЦА

/Minced beef pizza/

Үхрийн мах, моцарелла бяслаг, маринара сүмс, гурилан зуурмаг

Beef, mozzarella, marinara sauce, dough

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
93.3	79.1	126.8	1490.9

50.800 MNT



Бяслаг:

Бяслагт таны шүд, ясыг эрүүл нягт байлгах хангалттай хэмжээний кальци агуулагдана.



ХАЛУУН НОГООТОЙ ҮХРИЙН МАХАН ПИЦЦА

/Jalapeno beef pizza/



Үхрийн мах, халапено чинжүү, улаан лоолийн сүмс, моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, песто сүмс, гурилан зуурмаг

Beef, jalapeno, tomato souce, mozzarella, parmesan, cheddar, pesto sauce, dough

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
15.18	2.14	118.8	554

55.800 MNT



Халуун ногоо:

Халуун ногоо түлхүү хэрэглэдэг хүмүүс зүрх судасны өвчлөлөөр нас барах магадлал бага байдгийг илрүүлжээ.

Пицца / Pizza

Захиалгын хугацаа:

25 МИН

CasaRinaldi
MONGOLIA LLC



ПЕСТО ПИЦЦА /Pesto pizza/

Песто сүмс, моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, чедар бяслаг, бекон, хатаасан улаан лооль, гурилан зуурмаг

Pesto sauce, mozzarella cheese, parmesan cheese, cheddar cheese, bacon, sun-dried tomatoes, flour dough

Уураг
(г)
106

Өөх тос
(г)
128

Нүүрс ус
(г)
158

Илчлэг
(ккал)
2048

65.800 MNT



Пармезан бяслаг:
"Пармезан" бяслаг нь хатуу бүтэцтэй бөгөөд
"Бяслагны хаан" гэж нэрлэдэг!

АЛЬФРЕДО СҮМСТЭЙ ТАХИАНЫ МАХТАЙ ПИЦЦА /Chicken pizza with Alfredo sauce/

Моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, чедар бяслаг, альфредо сүмс, улаан лооль, песто сүмс, гурилан зуурмаг

Mozzarella cheese, parmesan cheese, cheddar cheese, alfredo sauce, tomatoes, pesto sauce, flour dough

Уураг
(г)
176.7

Өөх тос
(г)
156.7

Нүүрс ус
(г)
611.9

Илчлэг
(ккал)
4664.3

65.800 MNT



Оливийн тос:

Итали хоол нь улсынхаа бүс нутгаас хамаараад хойд, төв, өмнөд гэсэн бүс бүртээ өөр орц, арга барилтай. Нэг нэгдсэн Итали хоол гэж бараг байдаггүй.

CasaRinaldi
MONGOLIA LLC



ДӨРВӨН ТӨРЛИЙН БЯСЛАГТАЙ ПИЦЦА /Four cheese pizza/

Моцарелла бяслаг, пармезан бяслаг, чедар бяслаг, шинэ моцарелла бяслаг, маринара сүмс, базиль, пеперони хиам, гурилан зуурмаг

Mozzarella cheese, Parmesan cheese, Cheddar cheese, Fresh mozzarella cheese, marinara sauce, basil, pepperoni sausage, flour dough

Уураг
(г)
141.5

Өөх тос
(г)
178.2

Нүүрс ус
(г)
630.7

Илчлэг
(ккал)
4505.4

65.800 MNT



Бяслаг:

Бяслаг нь 400-с дээш нэр төрөлтэй бөгөөд пармезан, моцарелла, горгонзола зэрэг нь дэлхийд алдартай байдаг.

Пицца / Pizza

Захиалгын хугацаа:

25 МИН

CasaRinaldi
MONGOLIA LLC





ШОРЛОГНЫ ЦУГЛУУЛГА (6-8 ХҮН)

/Skewers platters/

Үхрийн махан шорлог, хонины махан шорлог, хонины сүүл, тахиан махан шорлог, үхрийн гол мах, тахианы цээж мах, зайдас, шарсан талх, сонгино, хуурсан холимог ногоо, шарсан төмс, жигнэж шарсан төмс, ногооны салат, 3 төрлийн сүмс

Beef skewers, lamb skewers, lamb tail, chicken skewers, beef tenderloin, chicken breast, sausage, toast, onion, stir-fried mixed vegetables, french fries, baked french fries, vegetable salad, 3 types of sauces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
501.8	156.4	2696.4	14010.8

368.000 MNT



Ногоон навчны ач тус:

Тайвшруулах үйлчилгээтэй учир нойргүйдлийн асуудалтай хүмүүст чухал ач тустай.

НЭРИЙН МОНГОЛ ХООЛНЫ ЦУГЛУУЛГА (10 ХҮН)

/Glory Resort Mongolian share platter/

Хорхог, банш, бууз, хуушуур, хонины махан шорлог, үхрийн махан шорлог, ногооны салат, гахайн шорлог, 3 төрлийн сүмс, бүрж шарсан сонгино

Khorhog, dumpling, buuz, khuushuur, lamb skewers, beef skewers, green salad, pork skewers, french fries, 3 types of sauce, onion ring

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
89.6	101.6	99.6	1723.9

368.800 MNT



Шар лууван:

Лууванг чанахад зарим тэжээллэг бодис нь алга болдог учраас түүхийгээр нь идэх юм уу, шүүсийг нь шахаж уухыг мэргэжилтнүүд зөвлөдөг.



ЕВРОП ХООЛНЫ ЦУГЛУУЛГА (6-8 ХҮН)

/Europe share platter/

Үхрийн махтай пицца, хонины махан шорлог, тахианы махан шорлог, гахайн махан шорлог, тахианы кесадилла, шаржигнуур тахиа, ногооны салат, шарсан төмс, бүрж шарсан сонгино, 3 төрлийн сүмс

Beef pizza, lamb skewers, chicken skewers, pork skewers, chicken quesadilla, chicken nuggets, green salad, french fries, onion ring, 3 types of sauces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
916.0	639.8	56.6	9936.0

368.000 MNT



Гүнжидийн үр:

Кальци, магни, цайр зэрэг эрдэс бодисоор баялаг тул дааврын тэнцвэрийг хадгалахад тустай.

ЕВРОП ХООЛНЫ ЦУГЛУУЛГА (3-4 ХҮН)

/Europe share platter/

Хонины махан шорлог, тахианы махан шорлог, гахайн махан шорлог, тахианы кесадилла, шаржигнуур тахиа, ногооны салат, шарсан төмс, 3 төрлийн сүмс

Lamb skewers, chicken skewers, pork skewers, chicken quesadilla, chicken nuggets, green salad, french fries, 3 types of sauces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
345.0	358.2	56.1	5242.3

188.000 MNT



Халуун ногоо:

Хоол тэжээлийн мэргэжилтэн Патришиа Брижитт Лейн "Капсаicin нь өлсөх болон цадах мэдрэмжийг хянадаг тархины хэсэг болох гипоталамусд нөлөөлдөг учир хоолондоо бага зэргийн халуун ногоо нэмэхэд л илүү хурдан цадах мэдрэмж авдаг.



КИМЧИЖИГЭ

/Kimchi-jjigae/



Гахайн гуяны цул мах, дүпү, сармисны гол, нарийн цагаан мөөг цагаан будаа, кимчи, өндөг, өргөст хэмх

Pork thigh, tofu, garlic cloves, thin white mushrooms, white rice, kimchi, egg, cucumber

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
87.8	49.9	84.5	1167.4

48.800 MNT



Зөвлөмж:

Дүфү нь кальцийн сайн эх үүсвэр бөгөөд ясны үүсэх гол бүрэлдэхүүн хэсэг бөгөөд ясыг тань хүчтэй байлгаж, ясны сийрэгжилтээс хамгаалах болно.



КАЛЬБИЖАМ (2-3 ХҮН)

/Galbijim/

Үхрийн хавирга, чинжүү, ногоон хулуу, брокколи, байцаа, өндөг, цагаан цэцэгт брокколи, цагаан будаа, кимчи, өргөст хэмх

Beef ribs, peppers, green squash, broccoli, cabbage, eggs, white broccoli, white rice, kimchi, cucumber

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
232	176	152	3252

98.800 MNT



Зөвлөмж:

Цагаан будаа нь тэсвэртэй цардуултай бөгөөд гэдэс дотор хүрч, гэдэсний хэвийн хөдөлгөөнд тусалдаг ашигтай бактерийн үржлийг идэвхжүүлдэг.



ТАКТУРИТАН

/Dakoritang/



Тахианы гуяны мах, төмс, лууван, сармисны гол, халуун ногоотой амтлагч цагаан будаа, кимчи, өндөг, өргөст хэмх

Chicken thigh, potatoes, carrots, garlic cloves, spicy rice, kimchi, egg, cucumber

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
12.2	73.6	134.6	1627.7

48.800 MNT



Зөвлөмж:

Кимчи нь хамгийн шилдэг пробиотик хүнс. Энэ нь гэдэсний эрүүл мэндийг сайжруулдаг эрүүл бактери юм.



ЖЕЮҮГ (2 ХҮН)

/Jeyugbokk-eum/



Гахайн гуяны мах, дуяа, найруулсан сүмс, ногоон хулуу, чинжүү, сармисны гол цагаан будаа, кимчи, өндөг, өргөст хэмх

Pork thigh, tuna, prepared sauce, green pumpkin, pepper, garlic rice, kimchi, egg, cucumber

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
130	90.9	128.1	1702.3

89.800 MNT



Зөвлөмж:

Солонгос хоолны панчаанууд болох ногоо, жимс, даршилсан бүтээгдэхүүнүүдээс аминдэмийн хэрэгцээгээ нөхөх боломжтой.



БҮРМЭЛ ТАХИА (2 ХҮН)
/Fried Chicken/

Тахианы мах, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, салат
Chicken, french fries, 2 types of sauce, salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
151.7	98.8	18.7	1599

48.800 MNT

Зөвлөмж:
Хоол тэжээлийн дараа сэтгэл тайван амгалан байх, нойр хангалттай байх, идэвхитэй дасгал хөдөлгөөн хийх нь хамгийн чухал юм.



ХАЛУУН НОГООТОЙ ШАРСАН ТАХИА
/Spicy Chicken stew/

Тахианы мах, халуун ногоотой амтлагч, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, KFC салат
Chicken, spicy sauce, french fries, 2 types of sauce, KFC salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
67.3	61.8	173.8	1304.1

43.800 MNT

Зөвлөмж:
Ажил амралтын тэнцвэртэй байдлаа хадгалж, эрүүл зохистой хооллох нь таны ДАРХЛААГ нэмэгдүүлэн хүчирхэг болгоно.



ХУУРАЙ ШАРСАН БУГАЛГА
/Dry fried chicken/

Тахианы мах, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, KFC салат
Chicken, french fries, 2 types of sauce, KFC salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
71.9	63.03	62.16	1109

38.800 MNT

Зөвлөмж:
Хоолыг ямар ч тохиолдолд хэтрүүлэн хэрэглэж болохгүй. Их идсэнээс үүдэж өвчлөлт үүсдэгийг цаг ямагт анхаарах хэрэгтэй.



ЧИХЭРЛЭГ СҮМСТЭЙ ТАХИАНЫ БУГАЛГА
/Chicken stew with sweet sauce/

Тахианы мах, чихэрлэг соус, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, KFC салат
Chicken, sweet sauce, french fries, 2 types of sauce, KFC salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
151.7	98.8	18.8	1598.9

43.800 MNT

Зөвлөмж:
21-р зууны тахал гэж нэрлэгдээд байгаа харшлын өвчнөөс сэргийлэхийн тулд Чидун жимс тогтмол хэрэглээрэй.



САРМИС ЦУУТАЙ ТАХИА
/Chicken with garlic sauce/

Тахианы мах, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, KFC салат
Chicken, french fries, 2 types of sauce, KFC salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
155	103.9	37.9	1719

48.800 MNT

Зөвлөмж:
Сармис нь хүний бие дахь хорт бодисуудыг гадагшлуулахад нэн тустай.



ЖҮРЖ ТАХИА (2 ХҮН)
/Orange Chicken/

Тахианы мах, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, KFC салат
Chicken, french fries, 2 types of sauce, KFC salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
152	127	26	1888.6

48.800 MNT

Зөвлөмж:
Амтат жүржний хальс нь ходоодны шингэцийг нэмэгдүүлж, ходоод гэдэсний гүрвэлзэх хөдөлгөөнийг сайжруулдаг. Даралт ихсэх болон судас хатуурах өвчлөлийн үед тустай.



ШАРЖИГНУУР БУРГЕР
/Crispy Burger/

Тахианы мах, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, шинэ ногооны салат
Chicken, french fries, 2 types of sauces, fresh vegetable salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
67.3	61.8	173.8	1304.1

43.800 MNT

Зөвлөмж:
Торгомсог арьс, эрүүл, гялалзсан үс, толигор хумсны нууц нь ЭРҮҮЛ, ТЭНЦВЭРТЭЙ ХООЛЛОЛТ юм.



ШАРЖИГНУУР ТАХИА /НАГГЕТС/
/Nuggets/

Тахианы мах, шарсан төмс, 2 төрлийн соус, KFC салат
Minced beef, beef caul fat, roasted potato, bread, green salad, 2 types of sauces

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
71.9	63.03	62.16	1109

29.800 MNT

Зөвлөмж:
Хүүхдийн өсөлт хөгжилт, эрүүл мэндийг дэмжих олон төрлийн аминдэм, эрдэс бодисыг агуулдаг тул өдөрт дор хаяж нэг аяга буюу 150 гр хүнсний ногоо заавал идэж байгаарай.

Бургер / Burger



ХАМБУРГЕР /Hamburger/

Үхрийн машиндсан мах, бургер талх, BBQ сүмс, бургер сүмс, салат навч, айсберг, улаан лооль, дарсан өргөст хэмх, бөөрөнхий сонгино, шарсан төмс, ногооны салат

Ground beef, burger bun, BBQ sauce, burger sauce, salad leaves, iceberg, tomato, pickled cucumber, round onion, fried potato, vegetable salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
89.6	72.3	104.9	1412

46.800 MNT

БЕКОН, БЯСЛАГТАЙ БУРГЕР /Bacon cheeseburger/

Бекон, моцарелла бяслаг, үхрийн машиндсан мах, бургер талх, BBQ сүмс, бургер сүмс, салат навч, айсберг, улаан лооль, дарсан өргөст хэмх, бөөрөнхий сонгино, шарсан төмс, ногооны салат

Bacon, mozzarella cheese, ground beef, burger bun, BBQ sauce, burger sauce, lettuce, iceberg, tomato, pickled cucumber, round onion, french fries, vegetable salad

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
124.95	115.398	313.1	1850

48.800 MNT



Welcome to Glory ballroom

Glory Resort-ийн томоохон бүтээн байгуулалтын нэг болох Glory Ballroom нь 2023 оны 12-р сард өргөн үүдээ нээсэн юм. Бид 2025 оноос жуулчдад буфет өглөө цай, амттай зоогоор үйлчилгээ үзүүлж эхэлсэн.

Манай Эвент танхим нь 300 зочны багтаамжтай бөгөөд 4К өндөр чанарын лед дэлгэц, гэрэлтүүлэг, хөгжмийн иж бүрэн системээр тоноглогдсон юм.

Байгалийн үзэсгэлэн бүрэлдсэн, өвөрмөц тогтоц бүхий уулын бэлд Хурал зөвлөгөөн, Хурим найр, Хүндэтгэлийн арга хэмжээ гээд бүхий л төрлийн эвент хүлээн авалтад төгс тохирох орчныг бүрдүүлж өгснөөрөө онцлогтой юм.



Хүрэн манжин:

Хүрэн манжин нь элэгийг хорт бодисоос хамгаалж, хоргуйжүүлэх үйл явцыг дэмжих бетаин агуулсан байдаг.



Гахайн мах:

100 граммдаа 770 ккал илчлэг агуулдаг учраас биеийн температурыг дулаан байлгаж, даарахаас хамгаалдаг байна.



Бүүхдгийн хоол / Kids cuisine

БАНТАН /Bantan/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
32.6	38.6	46.8	671

 **Хүүхдийн хоолны онцлог:**
Англид хийсэн судалгаагаар хүүхдэд идүүлэх гэж буй хоолныхоо зургийг үзүүлэх нь үр дүнтэй байдаг гэжээ. Английн сэтгэлзүйчид байнга жимс, ногооны зураг үзэж байдаг хүүхэд өдөр тутамд иддэггүй энэ ногоонуудыг идэх сонирхолтой болдог гэдгийг олж илрүүлжээ.

17.800 MNT

ТАХИАНЫ МАХАН БУДААТАЙ ХУУРГА /Chicken fried rice/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
65.53	49.8	99.7	1139

25.800 MNT

 **Өглөөний цайгаа тогтмол үүж байгаарай:**
Өглөөний цайгаа уудаггүй хүүхэд стресстэж, хичээлээ ойлгох чадвар буурч, бүтээмж буурдаг.

ЦӨЦГИЙТЭЙ БАНШ /Creamy spinach dumpling/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
49.7	60.02	96.8	1115

25.800 MNT

 **Цөцгий:**
Цөцгий нь тамир, өнгө зүсийг сайжруулан, хий шарыг арилгах, хүчжүүлэх чадалтай юм.



Амман / Dessert

КРЕМ БРЮЛЕ /Creme brulee/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
8.9	33.03	14.4	388

21.800 MNT

 **Элсэн чихэр:**
Элсэн чихэр нь биеийн хурдан энергийн эх үүсвэр болж, сэтгэл санааг сэргээж, тархины дофамин дааврыг нэмэгдүүлснээр аз жаргалтай мэдрэмж төрүүлдэг.

БЯСЛАГТАЙ БЯЛУУ /Cheese cake/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
16.3	67.25	105.7	1076

21.800 MNT

 **Цөцгийн тос:**
Цөцгийн тос нь ханаагүй тосны хүчил, уураг, тосонд уусдаг аминдэмүүдийг ихээр агуулдаг тул шим тэжээлийн чанар өндөртэй хүнс юм.

ТИРАМИСУ /Tiramisu/

Уураг (г)	Өөх тос (г)	Нүүрс ус (г)	Илчлэг (ккал)
3.25	19.6	8.6	226.3

21.800 MNT

 **Хар шоколад:**
Стресс тайлж, хүч оруулна. Тархины цусан хангамжийг сайжруулж, анхаарал төвлөрлийг нэмэгдүүлнэ.



БЭР ЦЭЦЭГТЭЙ ЦАЙ
/Blue doctor/



Бэр цэцэг нь антиоксидантын агууламжтай тул биеийн дархлааг сэргээж, үрэвсэл, намдаах үйлчилгээтэй. Эмэгтэйчүүдийн асуудал болох бөөр давсгийн үрэвслээс сэргийлнэ. Үс хумсны ургалтыг сайжруулж, өнгийг сэргээнэ.

Marigolds contain antioxidants, which help restore the body's immune system, reduce inflammation, and soothe irritation. They prevent kidney stones, a common problem in women. They improve hair and nail growth and restore color.

15.800 MNT



ЖИМСТЭЙ ХАР ЦАЙ
/Midsummer/



Төрөл бүрийн амин дэмээр баялаг жимсэрхэг исгэлэн амттай цай нь гэдэсний гүрвэлзэх хөдөлгөөнийг сайжруулж, өтгөн хаталтаас сэргийлнэ.

Rich in various vitamins, this fruity, sour-tasting tea improves intestinal motility and prevents constipation.

15.800 MNT



ЖИМСТЭЙ ЦАЙ
/Fruit combo/



Төрөл бүрийн амин дэмтэй тул жирэмсэн хүн болон хүүхдүүдэд тохиромжтой.

It is suitable for pregnant women and children because it contains various vitamins.

15.800 MNT



ЖАСМИН ЖИМСТЭЙ ЦАЙ
/Youth tea/



Арьсны өнгийг сэргээж, амин дэмүүд нь тэжээл өгнө, Ногоон цай үрэвсэл намдааж батгажилтаас сэргийлнэ.

It restores skin tone, nourishes with vitamins, and reduces inflammation and prevents acne.

15.800 MNT



ЕСӨН ЭРДЭНИЙН ЦАЙ
/Nine gem tea/



9 төрлийн орцтой уг цай нь биеийн дархлааг дэмжиж ханиад томуунаас сэргийлнэ. Час хийсэн жимсний амт хоолны дуршил сэргээдэг тул хүүхдэд тогтмол өгөхөд тохиромжтой.

This tea, which contains 9 different ingredients, supports the body's immune system and prevents colds and flu. The taste of the fruit in the tea stimulates appetite, making it suitable for regular use by children.

15.800 MNT



СИННАМОНТОЙ ЦАЙ
/Cinnamon ceylon/



иннамон амттай энэхүү цейлон цай нь биеийн дархлааг сэргээнэ. Ходоод гэдэсний үйл ажиллагааг сайжруулна.

This cinnamon-flavored Ceylon tea will restore the body's immune system. It will improve gastrointestinal function.

15.800 MNT

Уух зүйлс / Drink

БРЭНДИ /Brandy/			
ARARAT	aged 3 year	0.5	169.900 ₮
ARARAT	aged 3 year	0.7	209.900 ₮
ARARAT	aged 5 year	0.5	199.900 ₮
ARARAT	aged 5 year	0.7	239.000 ₮
ARARAT	aged 5 year	1.L	289.000 ₮
ARARAT	aged 5 year	50.ml	14.900 ₮
ARARAT	apricot, Coffee, Cherry, Honey	0.5	169.000 ₮
ARARAT	apricot, Coffee, Cherry, Honey	0.7	229.000 ₮



АРХИ /Vodka/			
XAOMA	Gold light	1.L	109.000 ₮
XAOMA		50.ml	8.900 ₮
XAOMA	Platinum light	1.L	109.900 ₮



КОНЬЯК /Cognac/					
	Hennessy X.O			0.7	1.599.000 ₮
	Hennessy V.S.O.P	50 ml	39.900 ₮	0.7	499.000 ₮
	Hennessy V.S	50 ml	29.900 ₮	0.7	379.000 ₮
ХОЛИМОГ ШОТЛАНД ВИСКИ /Blended Scotch Whisky/					
	Johnnie Walker / Black Label			0.75	297.000 ₮
	Chivas Regal 12 YO	50 ml	23.900 ₮	0.7	297.000 ₮
	Ballentines Finest	50 ml	14.900 ₮	0.7	297.000 ₮
	Balmoore			0.7	297.000 ₮
БУРБОН ВИСКИ /Bourbon Whisky/					
	Gentleman Jack			1.0	499.000 ₮
	Jack Daniel`s	50 ml	19.900 ₮	0.7	270.000 ₮
	Wild Turkey			0.75	250.000 ₮
ИРЛАНД СОЁОЛЖТОЙ ВИСКИ /Irish and Single Malt Whisky/					
	Glengrant /18 year/			0.7	1.312.900 ₮
	Glengrant /12 year/			0.7	567.900 ₮
	Glengrant /Arboralis/			0.7	339.900 ₮
	Glenmorange Original			0.7	339.900 ₮
	Jameson			0.7	249.000 ₮
	Tenjaku Pure Malt			0.7	249.000 ₮

АРХИ /Vodka/					
	Chinggis Khaan			0.75	199.000 ₮
	Absolut			0.75	189.000 ₮
	Finlandia	50 ml	10.900 ₮	0.75	169.000 ₮
	Chinggis Gold			0.5	79.000 ₮
	Naadam			0.75	240.000 ₮
	Soyombo			0.75	159.000 ₮
	Soyombo	50 ml	12.900 ₮	1.0	219.000 ₮
	Evok	50 ml	10.900 ₮	0.75	119.000 ₮
	Velvet	50 ml	10.900 ₮	0.7	119.000 ₮
	Eden	50 ml	9.900 ₮	0.7	99.000 ₮
	Eden			1.0	139.000 ₮
	Soju			0.36	24.900 ₮
РОМ /Rum/					
	Captain Morgan Gold			1.0	179.000 ₮
	Captain Morgan Black			0.75	159.000 ₮
ЖИН /Gin/					
	Tanqueray			0.75	229.000 ₮
	Gordon`s			0.75	229.000 ₮
	Barrister /Pink, Blue, Orange/			0.75	169.000 ₮
	Barrister /Dry/	50 ml	15.900 ₮	0.75	169.000 ₮
ТЕКИЛА /Tequila/					
	Sierra Gold			0.7	169.000 ₮
	Sierra Silver	50 ml	14.900 ₮	0.7	169.000 ₮

Уух зүйлс / Drink

ЛЕКОР

/Liqueur/

Baileys	50 ml	14.900 ₮	0.7	159.000 ₮
Jagermaister	50 ml	14.900 ₮	0.7	189.000 ₮
Jagermaister			1.0	219.000 ₮

ШАР АЙРАГ

/Draft/

Chinggis Draft			0.5	15.900 ₮
----------------	--	--	-----	----------

ШАР АЙРАГ

/Bottled Beer/

Heineken			0.33	12.900 ₮
Kaltenberg			0.5	12.900 ₮
Hoegaarden			0.33	11.900 ₮
Blue Cass			0.33	11.900 ₮
Corona			0.33	14.900 ₮
Altangobi			0.33	8.900 ₮
Altangobi			0.45	9.900 ₮
Sengur			0.45	8.900 ₮

ХАЛУУН ЦАЙ

/Hot Tea/

Milk tea				8.900 ₮
Milk tea				15.800 ₮
Jasmine				15.800 ₮
Earl Grey				15.800 ₮
Green tea /Japanese Sencha/				15.900 ₮

УНДАА

/Soft Drink/

Coca Cola, Fanta, Sprite	0.33	7.900 ₮
Soda Water	0.33	5.900 ₮
Tonic	0.33	5.900 ₮
Apple, Orange, Multi juice		6.900 ₮
Tarczyn	0.30	8.900 ₮
Terelj, Selenge	0.33	6.900 ₮
Orgiluun	0.33	6.900 ₮

ЖҮҮС

/Glass carafe/

Apple	950	23.600 ₮
Orange	950	23.600 ₮

УС

/Water/

Millenia Sparkling	0.33	8.900 ₮
Khujirt	0.33	7.900 ₮
Khujirt Sparkling	0.33	7.900 ₮
Chortoq	0.5	8.900 ₮
Vio Millenia Still NRGB	0.7	11.900 ₮
Ессентуки	0.45	8.900 ₮

ЗУУШ

/Snacks/

Chips		19.900 ₮
Peanut		14.900 ₮

Уух зүйлс / Drink



Glory Resort Mongolia аялал жуулчлалын цогцолбор нь 2023 оны 5-р сард нээлтээ хийсэн бөгөөд Горхи тэрэлжийн үзэсгэлэн бүрэлдсэн, өвөрмөц тогтоц бүхий уулын бэлд оршиж байна.

Глори ресорт нь үндэсний өнгө төрхийг орчин үеийн хэв маягтай хослуулан тав тух, тансаг байдлыг танд мэдрүүлэхээр бүтээн байгуулагдсан юм. Бид анх нээгдсэн үеэс эхлэн Глори ресортын хоол үйлдвэрлэлийн салбарыг хариуцан ажиллаж байна.

Манай хамт олон зочиддоо зориулан тансаг амт чанартай зоог, тав тухтай орчин, сэтгэл ханамж сайхан дурсамж бүтээхийг зорин ажиллаж байна.



Triple Taste Kitchen



7710-7788, 9078 3333, 9901 0381