

## Пищевая и энергетическая ценность блюд из меню

Наименование	Описание	Выход	Калорийность, ккал (кДж)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)
<b>Салаты</b>						
Цезарь с лососем	Салат романо, айсберг, соус цезарь, лосось х/к, гренки, пармезан, помидоры черри	200гр	402,56	11,63	31,22	18,79
Салат овощной с моцареллой	Микс салата, огурцы, перец болгарский, лук красный, сыр моцарелла	220гр	342,49	9,34	30,066	8,63
Оливье с лососем	Картофель свежий, морковь, майонез, лосось х/к, горошек консервированный, огурцы свежие, огурцы маринованные, яйцо куриное, яйцо перепелиное.	190гр	250,2	21,2	16,5	26,7
Оливье с цыпленком	Картофель свежий, морковь, майонез, филе куриное, горошек консервированный, огурцы свежие, огурцы маринованные, яйцо куриное, яйцо перепелиное.	190гр	295,1	20,1	30,2	29,2
<b>Горячее на компанию</b>						
Мясное ассорти	Шея свиная, крылья куриные, филе куриное, ребра свиные, соус барбекю, чесночный	1700/100	1850	225,1	110,6	30,8
Рыбное ассорти	Креветки, лосось, филе рыбное, мидии, сливки, специи, черри, перец болгарский.	800/100	1755	175,7	140,2	25,8
<b>Горячие закуски</b>						
Жульен с курицей	Филе куриное, грибы шампиньоны, сливки, сыр моцарелла, лук репчатый.	160гр	225,2	16,8	25,2	12,5
Шашлычки с курицей	Филе куриное, перец болгарский, соус терияки, зелень.	150гр	230,4	30,1	13,4	5,2
Шашлычки со свиной	Шея свиная, специи, лук красный, зелень.	160/30гр	295,2	29,6	28,2	5,5
Шашлычки с креветками	Креветки, помидоры черри, специи, соус унаги.	150гр	175,5	23,2	5,2	1,8
<b>Гарниры</b>						
Картофель по-деревенски	Картофель свежий, чеснок, зелень, специи.	150гр	248,9	10,5	4,2	42,3
Картофель запеченный с грибами	Картофель свежий, чеснок, зелень, специи, грибы шампиньоны.	150гр	260,1	12,3	6,1	45,2
Овощи гриль	Картофель свежий, перец болгарский, грибы, баклажаны, зелень	150гр	192,2	5,36	10,6	20,4
Картофель фри	Картофель фри, специи	135гр	348,6	5,82	10,05	58,8
Картофельное пюре	Картофель свежий, специи, молоко, масло сливочное.	150гр	242,8	5,2	8,32	36,7
<b>Закуски</b>						
Сырная тарелка	Сыр чеддер, пармезан, сыр адыгейский, дорблю, орех грецкий, мед	130/30гр	595,4	32,2	41,4	21,6
Мясная тарелка	Рулет куриный, свиная шея с/в, ветчина, бекон, горчица, хрен.	315/60	690,1	47,58	52,2	7,28
Рыбное трио	Лосось х/к, лосось с/с, рыба масляная, лимоны	170гр	322,52	33,17	20,7	3,6
Фруктовая ваза	Киви, апельсин, виноград, груши, яблоки, мята, пудра сахарная	1000гр	560,2	5,5	3,5	120,6
Овощная тарелка	Томаты, огурцы, перец болгарский, сельдерей, зелень	300гр	225,8	5,47	8,9	15,8
Рулетки из семги	Семга слабосоленая, огурцы свежие, сыр творожный	180гр	165,8	17,2	13,5	2,3
Рулетки из баклажан	Баклажаны, сыр творожный, майонез, орех грецкий, зелень	150гр	180,2	6,2	18,1	6,3
Креветки с чатне	Креветки, томаты, огурцы свежие, лук красный, соус чили.	120гр	80,5	6,1	4,5	11,3
Брускетта с томатами и сыром	Багет пшеничный, томаты, сыр моцарелла	70гр	165,2	9,1	11,8	6,3
Брускетта с лососем	Багет пшеничный, лосось с/с, сыр творожный	60гр	138,5	18,2	6,1	2,9
Брускетта с сыровялом	Багет пшеничный, свиная шея с/в, сыр творожный	60гр	164,5	9,1	8,4	13,8
Пинцетта с сыром и грушей	Тесто, соус сливочный, сыр моцарелла, сыр дорблю, груши, пармезан	100гр	471,26	15,98	22,11	52,07
Пинцетта с сыром	Тесто, соус сливочный, сыр моцарелла, моцарелла фермерская, пармезан, крем бальзамик	100гр	508,2	21,04	24,24	54,63
Пинцетта с сыровялом	Тесто, соус сливочный, помидоры, сыр моцарелла, пармезан, мясо сыровяленое	100гр	497,69	16,85	26,051	48,47
Пинцетты ассорти	Пинцетта с сыром; с грушей и сыром; с сыровяленным мясом.	300гр	1475	53,86	72,4	151,9

Таблица составлена на основании тех. карты и справочника пищевой и энергетической ценности продукта.