

Пищевая и энергетическая ценность продукции

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность
			Содержание в 1 порц. блюда			
1	Wok с креветками	0,285	10,42	18,54	6,44	193,74
2	Wok овощной	0,24	11,59	3,38	6,96	145,71
3	Wok с курицей	0,275	21,75	11,47	6,44	267,34
5	Бейгл с лососем	0,17	28,83	15,84	20,29	403,62
6	Боул с киноа	0,3	50,16	26,33	47,69	747,57
7	Вариош с яйцом пашот и лососем под соусом	0,23	30,71	21,88	32,87	495,41
8	Брускетта с лососем с/с и авокадо	0,134	17,20	12,65	26,02	309,48
9	Брускетта с авокадо и яйцом пашот	0,175	23,42	12,47	27,06	368,84
10	Брускетта с креветками и манго	0,17	20,17	18,83	24,82	356,13
11	Брускетта с лососем с/с, пюре из авокадо и соусом "Пюре из авокадо"	0,15	12,41	13,15	26,12	268,75
12	Бутер от Лизы	0,24	63,69	24,11	40,36	835,40
13	Взбитый творог со свежими ягодами и фруктами	0,22	11,00	13,85	29,80	268,94
14	Глазунья из 3х яиц	0,2	24,93	15,29	23,98	381,45
15	Гречневая каша с пармезаном	0,25	30,90	18,46	2,49	365,15
17	Драники из кабачка с крабом и яйцом пашот	0,213	20,19	17,13	5,03	273,11
19	Ролл Камчатка (со спайси)	0,2	23,57	15,37	52,92	485,31
20	Капа маки	0,11	0,23	3,75	36,34	162,47
21	Карамелизированная Филадельфия с клубникой	0,24	24,01	20,65	55,79	521,88
22	Каша овсяная с манго и дробленным арахисом	0,28	2,61	2,85	25,83	138,17
24	Каша овсяная с соленой карамелью и свежими ягодами	0,3	6,41	3,78	29,90	193,49
25	Каша рисовая с манго и дробленным арахисом	0,28	1,68	4,53	63,64	287,78
27	Каша рисовая с соленой карамелью и свежими ягодами	0,28	5,53	5,81	66,75	337,87
28	Крем-суп овощной с креветками	0,245	21,14	12,09	36,05	382,87
29	Манная каша с вареной сгущенкой	0,27	22,40	8,25	64,30	493,78
30	Мидии в сливочном соусе	0,7	45,57	62,39	40,37	879,21

31	Мидии в томатном соусе	0,7	12,77	55,24	51,68	610,03
33	Омлет с овощами и пармезаном	0,235	20,44	24,31	3,69	295,93
34	Омлет с творожным сыром и копченым лососем	0,26	17,74	23,25	26,33	358,04
35	Орзо с грибами	0,28	24,27	8,81	3,73	269,19
36	Панкейки с бананом	0,1800	22,43	8,51	64,90	493,14
37	Паста "Карбонара"	0,275	45,24	26,96	52,29	724,17
38	Паста с крабом	0,3	24,95	30,61	91,62	724,08
39	Поке с жареным лососем	0,23	20,43	17,69	52,68	465,35
40	Поке с креветками	0,23	14,30	16,57	52,67	405,73
41	Поке с курицей	0,245	27,49	17,51	53,10	529,79
42	Поке с лососем	0,23	10,14	15,68	52,63	364,50
43	Ролл Canada	0,23	22,74	20,45	53,50	500,42
44	Ролл Корсика	0,23	13,13	14,37	51,10	379,89
45	Ролл Куба	0,19	8,36	19,52	40,41	314,90
46	Ролл Маврикий	0,22	20,87	17,10	53,19	466,75
47	Ролл Монако	0,225	16,83	16,47	52,89	428,87
48	Ролл Ненигири	0,14	19,19	15,71	4,32	252,78
50	Ролл Самуи	0,3	41,23	36,09	46,59	699,61
51	Ролл Слезы Тунца	0,265	21,47	29,93	44,30	490,11
52	Ролл Суматра	0,22	15,49	14,24	53,06	408,74
53	Салат "САХАЛИН"	0,23	31,82	24,82	14,73	444,61
54	Салат "Цезарь с креветками"	0,2	32,98	23,68	10,34	432,96
55	Салат "Цезарь с курицей"	0,225	46,84	18,50	10,76	538,60
56	Салат "Цезарь с лососем с/с"	0,19	29,81	18,06	10,33	381,89
57	Салат MOGU	0,16	17,15	23,82	9,99	289,53
58	Салат в азиатском стиле	0,145	7,27	4,75	9,43	122,29
60	Себу (с креветкой)	0,225	10,22	21,54	51,09	382,51
61	Сет Del Mar	1,825	168,80	146,48	419,37	3 780,07
62	Сет ULTRA	0,99	98,16	83,19	204,76	2 033,25
63	Сет брускетт	0,2	23,33	15,70	6,72	299,62
64	Сет Санторини	1,445	149,54	149,11	272,90	3 031,91
66	Скрембл с трюфельным маслом на гречневом хлебе	0,227	33,36	17,17	23,59	467,45

67	Суси-ролл	0,125	8,20	16,99	29,19	258,37
69	Сырники со свежими ягодами	0,17	24,72	17,08	25,34	393,39
70	Сяке-маки	0,115	4,09	9,57	35,80	218,34
71	Тар-тар с гречневым хлебом	0,1	15,93	7,02	2,17	177,28
72	Том ям	0,435	18,87	19,51	61,45	493,65
73	Французский тост с малиновым вареньем и мороженым	0,24	19,93	13,94	107,31	669,20
74	Эби-манго	0,22	9,96	17,61	53,59	374,46