

Пищевая и энергетическая ценность ЛЕТНЕГО МЕНЮ



| Наименование  | Состав  | выход, г | пищевая и энергетическая ценность в 100 гр |       |          |              | цена |
|---|---|----------|--|-------|----------|--------------|------|
|   |   |          | белки                                      | жиры  | углеводы | калорийность |      |
| <i>Вяленая утка с цветными томатами и гранатовым соусом</i> | утка вяленая, черри желтые, помидоры красные свежие, соус наршараб, масло нерафинированное, масло базиликовое, лук сибулет, земляника с/м   | 180      | 1,9  | 9,5   | 6,0      | 117          | 530  |
| <i>Рулет с салатом из креветок и красной икрой</i>          | яйцо куриное, огурцы конс, майонез, креветки тигровые, огурцы свежие, мед, горчица диженская, лук сибулет, икра красная, кресс салат, сметана, соус свежие травы (зелень свежая, масло растительное, чеснок св, лимон) яблоко свежее, | 155      | 7,5  | 11,9  | 3,6      | 152          | 450  |
| <i>Севиче из муксуна с огурцом</i>                          | Муксун филе с/м, лимон, огурцы свежие, кунжут, редис св, редька св, соус сладкий чили, соус ворчестерский, масло оливковое, масло кунжутное, сибулет.   | 150      | 12,20                                      | 12,90 | 15,80    | 227,70       | 650  |
| <i>Осьминог с печеным томатом</i>                           | осьминог отварной, сыр страчателла, салат листовой, горчица диженская, мед, майонез, соус кунжутный, помидоры свежие, масло базиликовое   | 250      | 7,7  | 14,8  | 7,4      | 193          | 970  |
| <i>Зеленый салат с грушей, шпинатом и кунжутным соусом</i>  | шпинат мини свежий, руккола св, огурцы св, сельдерей стебель, груша, сыр пармезан, масло базиликовое, масло кунжутное, соус кунжутный, масло нерафинированное   | 130      | 4,6  | 21,9  | 6        | 239,4        | 490  |
| <i>Мясная окрошка на квасе со сметаной и горчицей</i>       | картофель отварной, огурцы свежие, яйцо куриное, говядина отварная, редис св, зелень свежая, квас, горчица диженская, хрен, сметана, лук зеленый  | 280      | 5,7  | 4,8   | 6,3      | 91,3         | 330  |
| <i>Паста каламарата с кроликом и белыми грибами</i>         | паста каламарата, грибы белые с/м, кролик тушка с/м, масло сливочное, шампиньоны св, маслины б/к, масло трюфельное, лук сибулет, крахмал, сыр пармезан,   | 300      | 15,4                                       | 18,9  | 20,9     | 316          | 750  |
| <i>Обжареное филе муксуна с молодым картофелем</i>          | муксун филе с/м, масло растительное, картофель мини, масло сливочное, масло базиликовое, соус из шпината (шпинат с/м, сливки 33%)   | 120/95   | 13,50                                      | 26,70 | 7,90     | 326,40       | 750  |
| <i>Пельмени из белой рыбы с копченым сыром</i>              | щука филе с/м, судак филе с/м, укроп свежий, лук репчатый, сыр творожный, бульон сухой рыбный, сыр копченый, сливки 33%,масло базиликовое, лук сибулет, салат мангольд, икра красная, икра щуки, мука пшеничная, яйцо куриное         | 220      | 10,8                                       | 11,6  | 12,1     | 196          | 490  |
| <i>Пельмени с лесными грибами</i>                           | грибы шампиньоны свежие, сыр творожный, сельдерей стебель, масло сливочное, грибы белые, лук репчатый, петрушка св, масло трюфельное, масло оливковое, масло базиликовое, сыр пармезан  | 205      | 14,2                                       | 22,5  | 21,3     | 345          | 430  |

|  |   |            |     |      |      |     |     |
|--|---|------------|-----|------|------|-----|-----|
| <b><i>Клубника с сорбе из грейпфрута с мятным кремом</i></b>     | лайм, сахар, яйцо куриное, желатин, камедь рожкового дерева, пектин, краситель пищевой, глюкоза, лимон, апельсин, грейпфрут, гель нейтральный, мята свежая, сыр креметте, сливки 33% клубника свежая, кресс салат | <b>150</b> | 1,9 | 8,0  | 17,9 | 151 | 390 |
| <b><i>"Павлова" с земляникой и кремом из белого шоколада</i></b> | лимон, пектин, сахар песок, глюкоза, пюре малиновое, сыр маскарпоне, сливки 33, какао масло, белый шоколад, лайм, яйцо куриное, малина свежая, кресс салат  | <b>185</b> | 3,4 | 12,1 | 35,2 | 263 | 450 |