

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Забыли сахар ЦО

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры,	Белки,	Углево-	калории-	Жиры,	Белки,	Углево-	калории-
			г.	г.	ды, г.	ность, ккал	г.	г.	ды, г.	ность, ккал
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда			
1	Сырники с фермерской земляникой и сметаной	0,2300	7,75	8,73	12,96	156,45	17,82	20,07	29,80	359,84
2	Ава тост с яйцом пашот	0,2100	10,10	5,27	9,86	151,39	21,20	11,06	20,71	317,92
3	Авокадо 50гр	0,0500	14,60	2,00	1,80	146,60	7,30	1,00	0,90	73,30
4	Бекон 50гр	0,0500	38,50	18,00	0,00	418,50	19,25	9,00	0,00	209,25
5	Брускетта выбор гостя	0,12	9,21	5,89	3,8	123,25	10,2	6,99	4,2	132,25
6	Ветчина 50гр	0,0500	8,40	19,20	0,50	154,40	4,20	9,60	0,25	77,20
7	Глазунья	0,1000	10,70	12,40	1,10	150,30	10,70	12,40	1,10	150,30
8	Глазунья из трех яиц с чабаттой	0,2050	9,59	9,07	13,15	175,14	19,66	18,59	26,95	359,05
9	Глазунья с куриной грудкой, брокколи и трюфельным соусом	0,2600	6,63	12,42	3,80	124,53	17,23	32,29	9,89	323,79
10	Джем ежевика 50гр	0,0500	0,00	0,01	9,82	39,32	0,00	0,00	4,91	19,66
11	Джем инжир 50гр	0,0500	0,17	0,62	11,53	50,12	0,09	0,31	5,77	25,06
12	Джем хурма 50гр	0,0500	0,00	0,51	15,79	65,23	0,00	0,25	7,90	32,62
13	Запеканка творожная	0,1500	9,85	12,50	13,22	191,51	14,77	18,75	19,83	287,26
14	Картофельная вафля с ветчиной микс салат и авокадо	0,2100	11,04	7,89	11,81	178,15	23,18	16,57	24,79	374,11
15	Картофельная вафля с лососем микс салат и авокадо	0,1960	10,90	3,35	13,60	165,83	21,35	6,56	26,65	325,02
16	Каша овсяная с бананом и шоколадом	0,3290	2,85	5,27	25,14	147,28	9,38	17,34	82,70	484,54
17	Каша рисовая с ганашем из белого шоколада и манго	0,3000	8,33	2,02	23,95	178,84	24,99	6,06	71,84	536,51
18	Колбаски куриные 120гр	0,1200	24,30	27,40	0,00	328,30	29,16	32,88	0,00	393,96
19	Конфитюр вишневый 50мл	0,0500	0,38	0,84	16,16	71,38	0,19	0,42	8,08	35,69
20	Креветки 50гр	0,0400	1,25	27,50	0,13	121,75	0,50	11,00	0,05	48,70
21	Кремлетте 20гр	0,0200	29,50	6,60	3,30	305,10	5,90	1,32	0,66	61,02
22	Круассан ветчина-чеддер-шпинат	0,1400	22,33	13,27	15,96	317,87	31,26	18,58	22,35	445,02
23	Круассан форель-шпинат-креметте	0,1400	24,24	4,92	17,93	309,49	33,93	6,88	25,10	433,28
24	Лосось с/с	0,0400	9,31	2,63	5,05	114,48	3,72	1,05	2,02	45,79
25	Молоко стуженое 50мл	0,0500	8,50	7,20	56,00	329,30	4,25	3,60	28,00	164,65
26	Моцарелла 20гр	0,0200	20,60	21,20	0,60	272,60	4,12	4,24	0,12	54,52
27	Огурец 20гр	0,0200	0,00	0,70	1,80	10,01	0,00	0,14	0,36	2,00
28	Пармезан 20гр	0,0200	27,00	30,50	0,60	367,40	5,40	6,10	0,12	73,48
29	Печенье банан чай Матча и топпинги	0,0950	22,08	5,43	45,41	402,06	20,98	5,15	43,13	381,96
30	Пченье шоколадное с карамелью и топпингом	0,1000	25,08	4,98	47,08	433,93	25,08	4,98	47,08	433,93
31	Сгущенка кокосовая 50мл	0,0500	14,06	1,22	36,11	275,85	7,03	0,61	18,06	137,93
32	Сендвич 4 сыра	0,2300	14,08	14,25	27,60	294,11	32,39	32,77	63,47	676,46
33	Скрембл	0,1300	8,39	9,51	2,21	122,39	10,91	12,36	2,87	159,11
34	Слоеный куб с ванильным кремом и клубникой	0,1800	22,53	4,17	28,62	333,92	40,55	7,51	51,52	601,05
35	Слойка со свежими ягодами и маскарпоне	0,1650	21,76	3,21	24,96	307,00	35,90	5,30	41,18	506,55
36	Соленая карамель 50гр	0,0500	13,20	1,80	60,44	367,76	6,60	0,90	30,22	183,88
37	Соус Голландский 50гр	0,0500	37,71	5,70	0,87	365,63	18,85	2,85	0,43	182,81
38	Соус Ореховый 50гр	0,0500	37,50	23,40	10,50	473,10	18,75	11,70	5,25	236,55
39	Соус Цезарь 50гр	0,0500	96,59	4,81	2,27	897,58	48,29	2,40	1,13	448,79
40	Сырники классические со сметаной	0,1800	6,61	11,89	8,33	140,39	11,90	21,41	14,99	252,71
41	Сырники с изюмом и сметаной	0,2100	5,74	10,55	15,42	155,53	12,05	22,16	32,38	326,62
42	Томат 20гр	0,0200	0,00	0,60	4,20	19,20	0,00	0,12	0,84	3,84
43	Тосты с маскарпоне и джемами	0,2300	10,38	4,17	26,92	217,74	23,87	9,60	61,90	500,79
44	Тосты со сливочным маслом и джемами	0,2300	19,62	3,33	26,11	294,28	45,12	7,65	60,05	676,84
45	Тунец с/с 40гр	0,0400	1,38	21,53	0,09	98,93	0,55	8,61	0,04	39,57
46	Чеддер 20гр	0,0200	21,80	23,50	0,20	291,00	4,36	4,70	0,04	58,20
47	Яйцо бенедикт с беконом	0,2000	23,57	8,84	0,69	250,29	47,15	17,68	1,39	500,57
48	Яйцо бенедикт с лососем	0,2000	17,73	5,77	1,70	189,48	35,47	11,53	3,41	378,96

49	Яйцо пашот	0,1000	10,70	12,40	1,10	150,30	10,70	12,40	1,10	150,30
----	------------	--------	-------	-------	------	--------	-------	-------	------	--------

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Забыли сахар ЦО

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры,	Белки,	Углево-	калории-	Жиры,	Белки,	Углево-	калории-
			г.	г.	ды, г.	ность, ккал	г.	г.	ды, г.	ность, ккал
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда			
1	Бао бургер с курицей терияки	0,1700	3,97	8,89	29,33	188,56	6,74	15,11	49,86	320,56
2	Бао с креветками в соусе вассаби	0,1100	4,60	10,76	42,23	253,39	5,06	11,83	46,46	278,73
3	Бао с креветками в соусе чипотле	0,1100	8,04	11,31	42,30	286,78	8,84	12,44	46,52	315,45
4	Бао с форелью и сливочным сыром	0,1350	10,40	7,18	36,92	269,93	14,03	9,69	49,84	364,41
5	Большой зеленый салат с брокколи ореховым соусом и миндалем	0,2000	4,79	4,04	4,33	76,61	9,59	8,08	8,65	153,22
6	Гречневая лапша с креветками в устричном соусе	0,3300	1,58	5,49	7,67	66,88	5,22	18,11	25,31	220,69
7	Гречневая лапша с овощами в устричном соусе	0,2930	1,35	3,00	8,84	59,48	3,95	8,78	25,90	174,27
8	Детская Паста домашняя с сыром	0,1900	12,20	8,58	16,60	210,48	23,17	16,30	31,54	399,92
9	Детские котлетки из индейки с картофельным пюре	0,2900	6,26	8,26	9,72	128,28	18,15	23,97	28,20	372,00
10	Детский Куриный суп с домашней лапшой и яйцом	0,2700	4,02	6,52	4,38	79,81	10,86	17,61	11,82	215,48
11	Детский Тыквенный крем-суп	0,2240	1,15	1,20	7,45	44,87	2,56	2,68	16,68	100,50
12	Котлеты из индейки с картофельным пюре и томатным соусом	0,3300	8,92	7,52	9,30	147,54	29,43	24,80	30,70	486,89
13	Крем суп из тыквы	0,2700	0,99	1,30	8,39	47,67	2,68	3,50	22,64	128,71
14	Крем суп тыквенный с креветками	0,3033	1,01	4,42	7,49	56,73	3,06	13,41	22,72	172,07
15	Куриный бульон с пастой орзо и овощами	0,3200	3,69	6,12	3,61	72,13	11,82	19,57	11,55	230,80
16	Куриный суп с домашней лапшой и яйцом	0,3300	4,55	7,02	3,79	84,18	15,02	23,17	12,49	277,81
17	Паста с цыпленком и брокколи	0,3200	12,92	10,69	15,89	222,53	41,33	34,19	50,84	712,09
18	Паста с цыпленком шампиньонами и пармезаном	0,3000	11,53	12,25	16,48	218,66	34,58	36,74	49,45	655,98
19	Пикантный крем-суп из запеченных помидоров	0,3000	0,03	1,18	6,67	31,61	0,08	3,53	20,00	94,82
20	Рис с курицей	0,2700	5,79	6,86	16,04	143,75	15,64	18,53	43,31	388,13
21	Рис с морепродуктами	0,2550	1,01	8,48	15,58	105,29	2,56	21,63	39,73	268,50
22	Салат Нисуаз со свежим тунцом	0,2300	11,70	8,25	2,84	149,60	26,90	18,98	6,52	344,07
23	Салат с томатами и баклажанами	0,2050	0,24	1,38	8,78	42,78	0,49	2,82	17,99	87,70
24	Салат цезарь с креветками	0,2200	3,07	8,92	12,80	114,54	6,76	19,63	28,16	252,00
25	Салат цезарь с курицей	0,2200	3,51	9,54	12,94	121,43	7,71	20,98	28,46	267,15
26	Суп Том Ям классический	0,4580	0,63	4,13	11,24	67,19	2,90	18,92	51,49	307,72
27	Суп Том Ям на кокосовом молоке	0,4580	2,93	4,10	11,36	88,22	13,42	18,78	52,03	404,05
28	Суп чечевичный с пастернаком и индейкой	0,4000	1,12	3,31	2,82	34,61	4,48	13,25	11,29	138,45
29	Суп чечевичный с пастернаком.	0,3500	0,08	0,97	3,15	17,22	0,28	3,40	11,04	60,25
30	Шаверма с индейкой кешью и йогуртовым соусом	0,3000	2,74	5,11	2,50	55,07	8,21	15,32	7,50	165,20
31	Шаверма с креветками ледяным грибом и соусом чипотли	0,2800	5,34	4,46	1,63	72,44	14,95	12,50	4,56	202,83