

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	Баскский чизкейк с вареньем из смородины	0,2250	19,73	5,01	17,88	269,06	44,39	11,27	40,22	605,39
2	Бенедикт на бриоше с ветчиной и томатами	0,2500	10,42	8,57	1,45	133,84	26,05	21,42	3,62	334,59
3	Бенедикт на бриоше с креветками и соусом Том Ям	0,2749	13,57	9,55	7,11	188,76	37,30	26,24	19,55	518,82
4	Бенедикт на бриоше с лососем и голландским соусом	0,2510	18,90	8,07	8,97	238,28	47,45	20,25	22,51	598,09
5	Глазунья с колбасками, микс салатом и бриошем.	0,2444	16,11	15,88	6,50	234,45	39,36	38,82	15,88	573,00
6	Горячий бутерброд с ветчиной и сыром	0,1900	8,10	10,73	18,79	190,99	15,40	20,38	35,69	362,87
7	Горячий бутерброд с креветками и томатами	0,1700	5,16	8,88	20,62	164,42	8,77	15,10	35,05	279,52
8	Зерновой хлеб с яйцами, авокадо и форелью гравлакс	0,2850	8,80	7,48	9,94	148,90	25,09	21,31	28,33	424,35
9	Зерновой хлеб с яйцом пашот, авокадо и муссом из тофу.	0,3100	9,07	6,86	7,65	139,65	28,12	21,26	23,72	432,93
10	Каша овсяная с бананом и корицей	0,3290	2,85	5,27	25,14	147,28	9,38	17,34	82,70	484,54
11	Каша рисовая с ганашем из белого шоколада и манго	0,3050	7,38	2,09	19,11	151,18	22,50	6,37	58,29	461,08
12	Куриный суп с пастой орзо и зелеными овощами	0,3500	1,83	6,44	8,67	76,95	6,42	22,55	30,34	269,33
13	Полезный фитнес завтрак	0,1884	10,67	14,31	2,85	164,61	20,09	26,96	5,36	310,09
14	Скрембл классический	0,1550	13,76	9,90	20,90	246,98	21,32	15,34	32,39	382,82
15	Скрембл с колбасками, микс салатом и бриошем.	0,2820	13,90	13,63	6,20	204,44	39,20	38,43	17,50	576,51
16	Сырники из тофу с кокосовой стружкой	0,2700	7,79	1,08	19,84	153,82	21,04	2,91	53,58	415,30
17	Сырники классические	0,2300	7,58	8,64	9,17	139,49	17,44	19,88	21,08	320,83
18	Сырники с изюмом и сметаной	0,2600	6,78	8,09	20,14	173,91	17,63	21,03	52,35	452,16
19	Сырники с фермерской земляникой и сметаной	0,2450	6,75	8,21	10,42	135,25	16,53	20,11	25,54	331,37
20	Сырники со сметаной и вишневым конфитюром.	0,2500	5,43	8,81	14,68	142,78	13,57	22,02	36,69	356,96
21	Сырники со сметаной и джемом из хурмы	0,2800	7,34	7,74	8,55	131,17	20,54	21,68	23,93	367,28
22	Тыквенный суп с кокосовым молоком	0,3800	1,97	1,39	6,52	49,39	7,50	5,29	24,76	187,68
23	Яичница глазунья классическая	0,1588	7,96	9,60	20,30	191,22	12,64	15,24	32,23	303,71