

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании

№	Наименование блюда	Размер	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки,	Углев	калории	кДж	Жиры	Белки	Углев	калории	кДж
				,	г.	о-	-		,	,	о-	-	
				Содержание в 100 г. блюда					Содержание в 1 порц. блюда				
1	Авокадо тост с яйцом всмятку и виноградом		0,2620	14	6	11	200	820	37	16	30	510	2150
2	Бенедикт с ветчиной и томатами		0,3200	14	9	9	200	820	45	29	28	630	2630
3	Бенедикт с лососем и голландским соусом		0,2610	15	7,5	11	210	870	39	19	29	540	2260
4	Бриош с яйцом пашот и креветкой		0,1930	23	9,5	9,5	280	1170	44	18	18	540	2250
5	Каша рисовая с манго и ягодами		0,3050	5,5	5	59	310	1280	16	16	181	930	3900
6	Колбаса Мартодела 30гр		0,0300	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1
7	Колбаски куриные 80гр		0,0800	24	27	0	330	1370	19	22	0	260	1100
8	Крок-месье		0,2400	15	12	11	230	960	36	29	28	550	2300
9	Круассан с индейкой, томатами и кремом из песто		0,1870	23	8	20	320	1330	43	15	37	600	2490
10	Круассан с цветками, томатами, цукини и песто		0,1900	26	6	20	340	1400	49	11	38	640	2670
11	Куриный суп с пастой орзо и зелеными овощами		0,3500	2	6,5	8,5	75	320	6,5	23	30	270	1130
12	Омлет/скрембл с пармезаном и зерновым хлебом		0,2005	12	9,5	13	200	850	25	19	26	410	1700
13	Полезный фитнес завтрак с индейкой авокадо и яйцом		0,2340	15	10	2,5	180	760	34	24	5,5	430	1790
14	Пшено с халвой и сезонной ягодой		0,3990	5	6,5	35	210	880	19	27	141	840	3530
15	Сырники из тофу с кокосовой сгущенкой		0,2800	11	2,5	20	190	780	30	7	56	520	2190
16	Сырники со сметаной и джемом из хурмы и инжира		0,2650	13	6,5	9,5	180	740	33	17	26	470	1970
17	Томатный гаспаччо с виноградом и страчателлой		0,3110	3	2	4,5	55	230	10	6	14	170	710
18	Томаты с песто 70гр		0,0700	17	1	3,5	170	700	12	0,5	2,5	120	490
19	Тост Вителло Тонато		0,1430	28	6,5	26	380	1580	39	9	37	540	2260
20	Тыквенный суп с кокосовым молоком		0,3800	2	1,5	6,5	50	210	7,5	5,5	25	190	790