

Пищевая и энергетическая ценность продукции ресторана Сиеста: вино & паста

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
			Содержание в 1 порц. блюда			
Завтраки						
1	Круассан с бельгийской ветчиной	0,1500	27,27	10,35	34,58	425,14
2	Круассан с лососем и авокадо	0,1700	31,13	12,60	36,69	479,82
3	Круассан с маслом и малиновым вареньем	0,1600	42,83	4,58	66,24	668,75
4	Овсяная каша с ягодным муссом, малиной и миндалем	0,2500	21,02	18,76	91,26	657,30
5	Рисовая каша с кокосом и персиком	0,3400	18,87	5,28	90,73	555,16
6	Сырники с изюмом и малиновым муссом	0,1650	15,99	16,04	51,88	414,19
Закуски						
1	Брускетта с креветками и авокадо	0,1700	17,83	16,43	25,39	332,27
2	Брускетта с лососем и крем-чизом	0,1500	25,97	21,74	29,61	438,73
3	Брускетта с томатами и базиликом	0,1500	8,97	40,28	22,83	203,79
4	Вителло тоннато	0,2400	56,54	22,12	2,73	607,79
5	Тар-тар тунец	0,2200	50,06	29,32	29,35	691,85
6	Страчателла с трюфельной пастой и фокачча	0,1000	16,16	11,15	12,14	238,55
7	Сет намазок	0,2500	30,99	35,77	38,99	498,64
8	Сет итальянских колбас (коппа, прошутто, салями милано)	0,1600	61,29	19,75	0,78	633,78
9	Вяленые томаты	0,0500	7,05	2,55	8,75	108,65
10	Оливки гиганты	0,1000	20,50	1,10	1,10	193,30
11	Сыр горгонзола	0,0500	19,45	10,59	19,08	293,39
12	Сыр камамбер	0,0500	11,50	9,00	18,60	213,90
13	Сыр пармезан	0,0500	15,00	16,00	18,60	273,40
Салаты						
1	Большой зеленый салат с авокадо и моцареллой	0,2000	38,95	11,08	3,58	416,32
2	Большой зеленый салат с креветками и авокадо	0,2000	33,07	13,36	3,28	367,96
3	Буррата с соусом Помодоро	0,2900	28,76	19,40	8,14	368,92
4	Греческий	0,3000	56,60	12,73	10,81	603,37
5	Салат Нисуаз	0,2800	44,37	20,78	3,65	498,84
6	Страчателла с розовыми томатами	0,1600	22,91	12,85	2,94	269,29
7	Салат с печенью, брусничным соусом и апельсинами	0,2300	20,45	11,85	17,37	306,40
8	Томаты с хрустящими баклажанами	0,1850	58,32	4,28	31,56	667,36
9	Цезарь с креветками	0,2200	37,72	20,12	14,39	454,34
10	Цезарь с курицей	0,2200	39,43	20,71	14,39	472,03
Пицца						
1	Пицца Болоньезе	0,4500	58,28	69,45	123,44	1 300,23
2	Пицца Буффало	0,4400	42,47	54,67	104,09	1 023,50
3	Пицца Маргарита	0,3500	38,98	50,06	103,55	966,03

4	Пицца Пепперони	0,4200	45,45	52,30	104,28	1 033,82
5	Пицца с белыми грибами	0,4500	63,98	53,97	118,53	1 265,78
6	Пицца с ветчиной и грибами	0,4400	37,77	58,83	106,86	1 005,42
7	Пицца с грушей и горгонзоллой	0,4200	27,65	40,26	109,62	848,36
8	Пицца с морепродуктами и томатами черри	0,4500	40,73	71,87	105,97	1 078,63
9	Пицца Саями Милано	0,4450	61,90	57,10	103,21	1 198,34
10	Пицца Страчателла с томатами	0,4500	54,34	64,22	119,29	1 223,10
Супы						
1	Домашняя лапша с курицей	0,3500	15,38	20,53	19,11	296,95
2	Суп-пюре из белых грибов	0,4000	54,84	7,16	12,69	576,77
3	Тосканский суп	0,3500	25,06	19,93	36,23	450,34
4	Томатный суп с морепродуктами	0,5000	22,74	34,23	40,95	505,26
Паста и Ризотто						
1	Лазанья	0,4500	55,83	55,76	64,31	990,82
2	Паппарделле с баклажанами и страчателлой	0,3800	35,5	16,9	58,1	635,1
3	Паппарделле с белыми грибами	0,4000	58,79	22,91	59,02	861,24
4	Спагетти Болоньезе	0,3200	59,46	34,63	63,00	930,62
5	Спагетти Карбонара в сливочном соусе с чипсой из бекона	0,4000	80,89	35,02	53,76	1 095,64
6	Спагетти Помодоро с черри и базиликом	0,3200	22,86	16,71	59,73	511,41
7	Спагетти с морепродуктами	0,3900	33,48	44,29	59,48	711,31
8	Трюфельные тальятелле с креветками в сливочном соусе	0,3800	39,31	25,75	53,85	684,75
9	Черные спагетти с лососем в сливочно-томатном соусе	0,3700	36,60	21,86	57,53	656,18
10	Ризотто с белыми грибами	0,3800	60,81	19,52	78,10	941,97
11	Ризотто с курицей кенийской фасолью и эдомаме	0,4000	100,02	35,74	83,35	1 378,93
12	Трюфельное ризотто с гребешком и цветной капустой	0,3800	68,05	27,50	81,21	1 053,50
Горячие блюда						
1	Большая мамина котлета с песто из зеленого лука и вялеными томатами	0,2300	59,43	32,31	10,90	707,51
2	Гребешок с пюре из сельдерея	0,2800	50,02	20,99	15,76	598,13
3	Денвер со сливой и чесноком	0,3800	89,25	41,92	37,15	1 119,52
4	Лосось терьяки с хрустящим огурцом	0,2700	33,14	31,34	22,35	512,98
5	Пряная индейка с брокколи и цуккини	0,2600	4,00	30,40	14,87	217,13
6	Стейк Мачете	0,3500	72,44	40,19	48,64	971,32
7	Туец с луковым соусом и кенийской фасолью	0,2900	31,60	33,29	14,77	478,02
Гарниры						
1	Беби картофель со сметаной	0,2000	41,50	5,36	32,36	524,31
2	Брокколи и цуккини обжаренные с чесноком и чили	0,1200	20,55	0,98	3,55	202,70
3	Овощи гриль	0,1550	0,12	1,84	7,63	41,85
4	Пюре из сельдерея	0,1000	16,75	1,46	6,06	180,83
5	Фри	0,1550	44,81	2,83	23,87	510,09
Фокачча						
1	Пышная фокачча	0,1000	23,94	4,05	24,57	329,94
2	Тонкая фокачча с пармезаном	0,1600	22,89	21,45	92,29	660,93
3	Тонкая фокачча с солью и розмарином	0,1400	20,30	12,09	93,24	604,04