

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ПРОДУКЦИИ КОМПАНИИ SARAY

СОДЕРЖАНИЕ В 1 ПОРЦ. БЛЮДА

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД	ЖИРЫ, ГР.	БЕЛКИ, ГР.	УГЛЕВО- ДЫ,ГР.	КАЛОРИЙ- НОСТЬ, ККАЛ.	КДЖ
ЗАВТРАКИ						
ЗАВТРАК SARAY	0,607	87	53	57	1220	5120
ЛЕПЁШКА ИЗ ПЕЧИ, АВОКАДО, СТРАЧАТЕЛЛА	0,23	37	14	38	540	2260
ЛЕПЁШКА ИЗ ПЕЧИ, ЛОСОСЬ, АВОКАДО, КРЕМ - ЧИЗ	0,25	45	19	38	630	2630
ЛЕПЁШКА ИЗ ПЕЧИ, КАМЧАТСКИЙ КРАБ, СКРЭМБЛ	0,19	22	20	34	410	1730
ЛЕПЁШКА ИЗ ПЕЧИ, КОПЧЕНЫЙ ЦЫПЛЕНОК, РУККОЛА, СТРАЧАТЕЛЛА	0,26	36	27	47	620	2600
ЛЕПЁШКА ИЗ ПЕЧИ, ТОМЛЕНАЯ ГОВЯДИНА, МАТБУХА, ТОМАТ	0,23	72	7	41	840	3510
ЛЕПЁШКА ИЗ ПЕЧИ, ПАРМЕЗАН (КЛАССИЧЕСКАЯ)	0,1279	71	12	47	870	3640
СЫРНИКИ СО ШПИНАТОМ	0,202	42	24	18	550	2300
АСАДО ОМЛЕТ С ГРИБАМИ	0,322	69	24	5	740	3090
СКРЭМБЛ, КОПЧЕНЫЕ КОЛБАСКИ, ЖАРЕНый КАРТОФЕЛЬ	0,2283	57	28	16	680	2860
СКРЭМБЛ, КРЕВЕТКИ, ЦУККИНИ	0,25	37	31	4,5	480	2000
ЯИЧНИЦА С ПОМИДОРАМИ, ЧАНАХ, ТРАВЫ, ПИТА	0,3984	57	33	24	740	3090
ЗЕЛЕНАЯ ГРЕЧКА, СМОРЧКИ, БЕАРНЕЗ	0,294	47	20	46	690	2870
КАРТОФЕЛЬНЫЙ ДРАНИК, ЛОСОСЬ, ДЗАДЗЫКИ	0,217	30	19	18	420	1750
БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ ОЛАДЬИ ИЗ ЦУКИНИ, ЛОСОСЬ, ПАШОТ	0,256	33	26	17	470	1970
БЛИНЫ ИЗ РЖАНОЙ МУКИ, КРАСНАЯ ИКРА, СМЕТАНА	0,26	47	31	21	630	2640
БЛИНЫ БОЛОНЬЕЗЕ	0,351	42	26	34	620	2590
ОВСЯНАЯ КАША, ЯГОДЫ	0,118	28	6,5	33	410	1700
ПШЁННАЯ КАША С МИНДАЛЁМ И СУМАХОМ	0,32	47	11	37	610	2550
ФЕРМЕРСКИЙ ТВОРОГ, МАНГО, ЯГОДЫ	0,27	23	18	29	390	1640
БЛИНЧИКИ ИЗ ПЕЧИ, ВИШНЯ, КАРАМЕЛЬ	0,1417	11	14	32	280	1170
ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ, ФИНИКОВЫЙ КРЕМ, ОБЛЕПИХА	0,185	21	7	75	520	2170
СЫРНИКИ ИЗ ПЕЧИ, ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА	0,1545	21	11	10	270	1130
ГРАНОЛА, ЙОГУРТ, ЯГОДЫ	0,245	52	19	67	810	3410
ЙОГУРТ, ВАРЕНЬЕ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ, ФИСТАШКА	0,175	4	6,5	37	200	850
ТВОРОГ, МАНГО, ЯГОДЫ	0,267	33	19	27	480	2030
КРУДО						
ТАРТАР ИЗ ГОВЯДИНЫ, РОМЕСКО	0,128	14	17	5	210	870
КАРПАЧО ИЗ ГОВЯДИНЫ, АРТИШОК	0,1375	13	19	2	200	840
ГРЕБЕШОК, ХАЛАПЕНЬО, СОЛЕНый ЛИМОН	0,1	8	9	4,5	120	520
КРУДО ГРЕБЕШОК	0,10	7,5	9	6	130	530

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД	ЖИРЫ, ГР.	БЕЛКИ, ГР.	УГЛЕВО- ДЫ,ГР.	КАЛОРИЙ- НОСТЬ, ККАЛ.	КДЖ
ЗАКУСКИ / САЛАТЫ						
ФОКАЧЧА	0,166	55	13	82	870	3650
ЛЕПЕШКА ИЗ ПЕЧИ, ПАРМЕЗАН	0,0885	67	12	20	730	3050
ОЛИВКИ, МАРИНОВАННЫЕ ПЕРЦЫ, ФЕТА	0,197	43	13	5,5	460	1920
ЗАПЕЧЕННЫЕ ПЕРЦЫ, КОЗИЙ СЫР, ИЗЮМ	0,1284	17	16	6,5	240	1020
САЛАТ С ТЕПЛЫМ ОСЬМИНОГОМ	0,13	16	17	1	220	910
ХУМУС, БАРАНИНА, МАРИНОВАННЫЕ ОВОЩИ	0,192	30	16	19	410	1720
МАНГАЛ-САЛАТ	0,3402	10	4	23	200	840
ТОМАТЫ, ОГУРЦЫ, ЛУК, ДОМАШНИЙ СЫР	0,5039	14	15	20	270	1150
ЗЕЛЕНый САЛАТ	0,2031	32	6	7,5	340	1420
АНДАЛУЗСКИЙ САЛАТ, КОПЧЕНАЯ ФОРЕЛЬ	0,32	22	15	15	320	1350
ЧАБАН САЛАТ	0,23	8,5	2	11	130	540
КРЕВЕТКИ, ЧИЛИ СОУС	0,1718	24	20	31	420	1760
ХАМОН IBERICO BELLOTTA CINCO JOTAS 5J	0,1005	7	17	22	220	920
СЕСИНА	0,055	4	0	0	35	150
КАЛЬМАРЫ ПО-ГАЛИСИЙСКИ	0,353	30	50	23	560	2350
ФОКАЧЧА, КАНТАБРИЙСКИЙ АНЧОУС, САРДИНЫ	0,176	5,5	11	34	230	940
ЗАПЕЧЕННЫЕ ПЕРЦЫ С ТРЕСКОЙ И КРАБОМ	0,13	20	15	11	290	1200
PIQUILLO PINTXO КРАБ	0,172	19	7	18	270	1120
МОНТАДИТО, КРАБ, АНЧОУС	0,15	18	15	37	370	1560
СПАРЖА, МОЦАРЕЛЛА, РОМЕСКО	0,22	16	12	8	230	920
СУПЫ						
КУРИНЫЙ СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	0,5000	39	68	12	680	2830
КАСУЭЛА С ГОВЯДИНОЙ, ОВОЩИ, ШЕРМУЛА	0,49	48	41	65	850	3550
ТАНДЫР						
ЦЕЛЫЙ ЦЫПЛЕНОК	1,2	78	115	6,5	1190	4980
ЛОПАТКА ЯГНЕНКА	1,45	348	204	20	3990	16670
СИБАС, КАРТОФЕЛЬ	0,55	53	58	37	860	3580
ТОМЛЕНый КОЗЛЕНОК	0,5000	18	34	44	470	1980
ОВОЩИ						
ЗАПЕЧЕННЫЙ В СОЛИ БАТАТ, СМЕТАНА, ХАЛАПЕНЬО	0,27	6	7	37	220	920
МЯТЫЙ ЖАРЕНый КАРТОФЕЛЬ	0,26	30	8	38	460	1900
КУКУРУЗА, ЧИЛИ, ПАРМЕЗАН	0,2669	24	10	39	410	1730
ШПИНАТ, ЧЕСНОК, ЛИМОН	0,335	15	12	4	200	830
КАРТОФЕЛЬ, СМОРЧКИ, КОПЧЕННАЯ СМЕТАНА	0,3678	48	14	49	680	2860
СМОРЧКИ В СМЕТАНЕ	0,295	28	15	5	340	1400

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД	ЖИРЫ, ГР.	БЕЛКИ, ГР.	УГЛЕВО- ДЫ,ГР.	КАЛОРИЙ- НОСТЬ, ККАЛ.	КДЖ
УГЛИ						
ГРЕБЕШОК, ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, КАРРИ	0,2672	64	19	19	730	3040
ШАШЛЫК ОСЕТРИНА, ЗЕЛЁНЫЙ СОУС	0,19	19	28	1,5	290	1210
ЯЗЫЧКИ ЯГНЕНКА, ШПИНАТ, ШЕРМУЛА	0,2415	16	7	6,5	200	820
ГОЛЕНЬ ЦЫПЛЕНКА, РАГУ ИЗ ФАСОЛИ С ЧОРИЗО	0,4541	173	54	24	1870	7820
КУРИНЫЕ КРЫЛЬЯ, ЧИЛИ, ОРЕГАНО	0,3491	67	64	5,5	880	3680
БАРАНИНА ЛЮЛЯ	0,385	69	28	14	780	3270
БАРАНИНА КОРЕЙКА 100ГР	0,125	30	16	1,5	350	1450
СТЕЙК Т-ВОН 100ГР	0,11	10	30	0,1	210	880
ШОРТЛОЙН КРОСС-ВАГЮ 100ГР	0,11	15	20	0,1	220	910
STRIPLOIN ON THE BONE 100ГР	0,11	15	21	0,1	210	900
СТЕЙК РИБАЙ 100ГР	0,105	15	18	0,1	210	880
СТЕЙК РИБАЙ АРГЕНТИНА 100ГР	0,105	15	18	0,1	210	880
ПЕЧЬ						
ХАЧАПУРИ	0,3757	46	49	91	970	4050
ХАЧАПУРИ, ТРЮФЕЛЬ	0,355	44	46	93	950	3980
ЗАПЕЧЕННЫЙ РИС С МОРЕПРОДУКТАМИ (ФИДЕО ЛОС МАРИСКОС)	0,906	132	128	121	2180	9120
ЛАХМАДЖУН, ГОВЯДИНА, ТОМАТЫ	0,2061	3,5	13	46	270	1140
ЧЕРНАЯ ТРЕСКА, ПРЯНАЯ ТЫКВА, ВОНГОЛЕ, БЕРБЛАН	0,34	65	32	14	770	3210
ЗАПЕЧЕНАЯ ТЕЛЯЧЬЯ ЩЕЧКА, БАТАТ	0,249	36	22	13	460	1930
ЛАЗАНЬЯ, ПЕКориНО	0,351	32	31	27	520	2160
БИФШТЕКС, ПЕЧЕНый ПЕРЕЦ, СМОРЧКИ	0,361	27	43	5,5	440	1830
ДЕТСКОЕ МЕНЮ						
ДЕТСКИЙ ОВОЩНОЙ САЛАТ	0,19	15	2,5	6	170	710
ДЕТСКИЙ КУРИНЫЙ СУП	0,31	26	45	10	450	1900
ДЕТСКИЙ КУРИНЫЙ ШАШЛЫК	0,15	23	16	4	290	1200
ДЕТСКИЙ РИС ШАФРАН	0,15	0,4	4,5	54	240	990
ЛЕПЁШКА МАРГАРИТА	0,291	16	28	72	550	2280
ФРЕГОЛА С СЫРОМ	0,1965	18	21	17	310	1290
ЛАЗАНЬЯ ДЕТСКАЯ	0,1047	13	15	7,5	200	850

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД	ЖИРЫ, ГР.	БЕЛКИ, ГР.	УГЛЕВО- ДЫ,ГР.	КАЛОРИЙ- НОСТЬ, ККАЛ.	КДЖ
ДЕСЕРТЫ						
КРЕМ КАРАМЕЛЬ	0,73	25	7,5	36	390	1650
ГОРЬКИЙ ШОКОЛАД, АНЧО ЧИЛИ, СОЛЬ	0,135	39	6	27	480	2030
ТАРТ МАНГО	0,26	61	10	83	920	3870
ЧИЗКЕЙК ИЗ КОЗЬЕГО СЫРА	0,2191	47	20	30	620	2600
ШАФРАНОВЫЙ ТРЕЛИЧЕ	0,1482	27	7,5	35	420	1740
КАРАМЕЛЬНЫЙ ТРЕЛИЧЕ	0,15	28	5,5	34	410	1710
МИЛЬФЕЙ, ПРЯНАЯ ГРУША	0,21	45	7,5	32	570	2370
ПЕЧЕНЬЕ АЛЬФАХОРЕС, ЛИМОННОЕ	0,06	7	2,5	24	170	710
КОНФЕТА ТРЮФЕЛЬ 1ШТ	0,012	4	1,5	3	55	230
КОНФЕТА ХАЛВА 1ШТ	0,008	5	1	9	85	360
КОНФЕТЫ АРАХИС, ХАЛВА	0,042	19	4,5	23	280	1170
МОРОЖЕНОЕ ПЛОМБИР	0,05	14	2,5	8,5	170	690
МОРОЖЕНОЕ ШОКОЛАДНОЕ	0,05	9	2,5	9,5	130	530
СОРБЕТ ЛИМОН-РОЗМАРИН	0,05	0	0,1	15	60	250
СОРБЕТ МАНГО-ЧИЛИ	0,05	0,1	0,2	13	55	220
СОРБЕТ ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА, МАЛИНА	0,06	0,1	0,5	20	80	340
ЯГОДНЫЙ СОРБЕТ	0,06	0,1	0,5	20	80	340
SPECIAL						
ТОМАТЫ, ОГУРЦЫ, ЛУК	0,4289	1	4	16	90	370
ФОКАЧЧА РЖАНАЯ	0,166	55	13	82	870	3650
ХУМУС, МАРИНОВАННЫЕ ОВОЩИ	0,177	22	11	20	320	1330
ЧАБАН САЛАТ	0,218	0,5	2	12	60	250
ШПИНАТ, ЧЕСНОК, ЛИМОН	0,335	15	12	4	200	830
МЕЗЕ ИЗ СВЕКЛЫ	0,122	4	2,5	12	95	410
СУП ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ	0,5421	22	24	52	500	2080