

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Ресторан Барон Мюнхгаузен

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда			
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА										
1	Бифштекс из мраморной говядины под шпинатной подушкой, 390 г	0,3990	24,49	8,76	4,52	273,46	97,70	34,94	18,02	1 091,11
2	Бифштекс из ягненка под шпинатной подушкой, 390 г	0,4190	20,45	13,22	4,29	254,06	85,68	55,39	17,95	1 064,49
3	Домашние колбаски с картофельным чампом и перечным соусом, 300 г	0,3446	20,46	10,54	8,60	260,68	70,50	36,33	29,63	898,33
4	Дорадо с пюре из батата с тайской заправкой, 240 г	0,3460	9,96	10,42	8,19	164,13	34,47	36,06	28,33	567,85
5	Запеченная капуста с томленным бараном и сливочным соусом, 390 г	0,5470	29,50	7,14	2,59	304,45	161,38	39,06	14,19	1 665,36
6	Мидии в сливочном соусе и соусом том ям, 600 г	0,4200	15,69	24,32	10,88	282,00	65,89	102,15	45,68	1 184,40
7	Пельмени ручной лепки с сельдереем, 200 г	0,1880	22,09	12,51	19,84	328,21	41,53	23,52	37,30	617,03
8	Раaviоли с карбонарой, 235 г	0,2321	32,94	11,35	11,30	387,06	76,45	26,34	26,22	898,31
9	Ризотто с креветками, 300 г	0,2910	13,73	9,65	18,37	235,59	39,94	28,07	53,45	685,58
10	Семга с запеченным корнем сельдерея, 280 г	0,2866	11,20	11,17	7,66	176,12	32,11	32,02	21,95	504,84
11	Стейк из мрам. гов с карамелизированной морковью и голландским соусом, 455 г	0,4250	17,52	8,66	7,76	223,37	74,46	36,82	32,97	949,32
12	Стейк из свиной шеи, 345 г	0,4270	26,39	7,42	9,10	303,59	112,69	31,69	38,84	1 296,33
13	Томленые свиные ребра в глазури и соусом BBQ, 450 г	0,5000	21,48	11,91	10,83	284,28	107,40	59,57	54,14	1 421,42
14	Томленые телячьи щечки в соусе демигласс, 300 г	0,3130	14,81	7,32	8,23	195,47	46,35	22,92	25,74	611,81
15	Утиная ножка конфи с кускусом и пюре из батата, 400 г	0,3990	11,97	11,91	13,62	209,83	47,76	47,52	54,33	837,22
16	Черные спагетти с семгой, 320 г	0,3620	13,46	8,31	24,81	253,59	48,72	30,08	89,80	917,98
17	Щучья котлета с картофельным пюре и слив. соусом, 400 г	0,4556	16,63	5,92	10,98	217,32	75,78	26,98	50,03	990,12
ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ										
1	Баклажаны с томатами и соусом свит-чили, 170 г	0,1940	0,15	0,75	20,59	86,71	0,29	1,45	39,95	168,21
2	Куриные крылья с острой заправкой, 400 г	0,4370	15,49	10,73	6,57	208,63	67,70	46,88	28,73	911,71
3	Гренки из бородинского хлеба с пармезаном, 200 г	0,2260	20,09	7,19	28,10	321,93	45,40	16,24	63,50	727,56
4	Жаренный сулугуни с вареньем, 240/50 г	0,3300	16,04	15,90	11,56	254,22	52,94	52,48	38,13	838,92
5	Жареные креветки в чесночном соусе, 250 г	0,2907	12,28	15,99	2,21	183,32	35,69	46,48	6,43	532,82
6	Копченые куриные ножки с морковным пюре, 350 г	0,6600	4,11	6,41	8,45	96,39	27,11	42,31	55,74	636,14
7	Креветки в панировке из миндаля с тайским соусом, 160 г	0,1850	8,93	12,22	20,33	210,53	16,51	22,60	37,61	389,48
8	Хрустящие тако из говядины, 310 г	0,3260	8,27	5,94	14,49	156,15	26,97	19,36	47,22	509,03

ДЕСЕРТЫ										
1	Наполеон, 200 г	0,2180	16,75	4,10	37,21	316,01	36,52	8,95	81,12	688,90
2	Медовик, 150 г	0,1600	15,03	4,33	40,17	313,27	24,05	6,92	64,28	501,23
3	Мороженое с топингом на выбор, 150г	0,1700	13,25	3,29	25,72	235,25	22,52	5,59	43,72	399,92
4	Тирамису 200 г	0,2160	13,47	6,73	11,91	195,81	29,10	14,54	25,72	422,94
5	Торт "Карамельный", 200 г	0,2020	16,84	4,86	52,20	379,77	34,02	9,81	105,44	767,14
ДЕТСКОЕ МЕНЮ										
1	Банановый тарт с нутеллой, 100 г	0,1355	6,38	4,40	28,77	190,07	8,64	5,97	38,98	257,54
2	Картофель фри 150 г	0,2000	0,13	1,69	21,12	92,36	0,25	3,37	42,25	184,71
3	Корн - дог с сосиской, 150 г	0,2200	2,58	4,22	21,32	125,37	5,68	9,28	46,90	275,81
4	Котлетки из индейки, 270 г	0,2750	29,20	7,23	8,38	325,27	80,31	19,87	23,05	894,48
5	Макароны с сыром, 180 г	0,1970	12,25	10,81	16,13	218,04	24,14	21,29	31,78	429,54
6	Мини бургер, 280 г	0,2872	17,91	7,66	17,67	262,50	51,44	22,00	50,76	754,03
7	Нагетсы, 100/30 г	0,1310	1,82	2,34	10,25	66,75	2,38	3,07	13,43	87,45
8	Овощной детский стаканчик, 150 г	0,1500	3,01	1,20	4,41	49,53	4,52	1,80	6,61	74,29
9	Орешки со сгущенкой, 180 г	0,1800	18,42	6,72	55,75	415,63	33,15	12,10	100,36	748,22
10	Паста Болоньезе, 220 г	0,2200	6,23	9,19	13,07	145,10	13,71	20,22	28,75	319,23
11	Паста КАРБОНАРА, 270 г	0,2710	13,70	8,94	11,56	205,28	37,12	24,21	31,33	556,30
12	Пельмени с курицей с бульоном и зеленью, 230 г	0,1998	4,74	7,40	19,73	151,14	9,46	14,79	39,41	301,89
13	Пицца Болоньезе, 190 г	0,1960	10,10	11,87	18,92	214,09	19,80	23,27	37,08	419,61
14	Пицца с сыром, томатами и бужениной, 250 г	0,2860	17,61	8,94	13,61	248,63	50,35	25,57	38,91	711,08
15	Равиоли-конфетки с курицей, 290 г	0,2700	10,94	8,68	17,62	203,67	29,54	23,43	47,58	549,90
16	Суп с фрикадельками, 250 г	0,2730	2,94	4,31	10,86	87,16	8,04	11,77	29,63	237,90
17	Сырники со сметаной, клубничным кули, 230 г	0,2600	19,27	7,77	17,92	276,16	50,09	20,21	46,59	718,01
18	Фруктовый салат, 175 г	0,1750	0,77	1,86	18,37	87,85	1,35	3,26	32,15	153,74
19	Эмпанады с картофелем и сыром, 240 г	0,2800	16,75	6,43	31,67	303,10	46,89	17,99	88,69	848,69
20	Эмпанады с мясом и сметаной, 260 г	0,3000	14,40	10,67	28,82	287,54	43,19	32,01	86,46	862,61
ЗАКУСКИ										
1	Фруктовое ассорти, 1 кг	1,0900	0,18	0,52	11,35	49,10	1,97	5,70	123,66	535,19
2	4 вида сыра с медом, 250 г	0,3150	17,49	10,82	18,67	275,37	55,09	34,07	58,82	867,42
3	Ассорти брускетт с угрем, с вялеными томатами, с семгой, с ростбифом 340 г	0,3780	11,45	9,38	17,00	208,52	43,26	35,47	64,24	788,22
4	Карпаччо из мраморной говядины и соусом вителло тоннато, 170 г	0,1720	20,06	19,11	0,57	259,29	34,51	32,87	0,98	445,97
5	Махан, 100 г	0,1007	44,00	20,00	0,00	476,00	44,31	20,14	0,00	479,33

6	Мясное плато (пастроми, буженина, ростбиф), 180 г	0,2521	19,36	13,39	2,26	236,86	48,81	33,74	5,71	597,09
7	Пастроми из семги с острым кунжутом, 100 г	0,1010	12,19	15,99	9,67	212,30	12,31	16,15	9,76	214,42
8	Плато из магаданских креветок с соусом айоле из печ.чесн, 300 г	0,3000	6,54	20,65	1,44	147,20	19,61	61,96	4,33	441,61
9	Роллы из цуккини с мягким сыром и понзу из водорослей, 310 г	0,3120	2,55	5,76	8,90	81,59	7,97	17,96	27,76	254,57
10	Севиче из дорадо с клубникой, 250 г	0,2822	2,52	11,57	3,57	83,24	7,12	32,64	10,08	234,92
11	Слабосоленая сельдь с картофелем бэби и укропом, 360 г	0,3600	5,18	6,90	13,43	127,95	18,65	24,85	48,34	460,61
12	Тар-тар из говядины с муссом из запеченного картофеля, 270 г	0,2729	17,66	13,81	10,47	256,05	48,19	37,69	28,56	698,73
13	Томленая груша в вине с мягким сыром и свеклой, 250 г	0,2500	4,46	1,99	15,92	111,78	11,16	4,97	39,79	279,44

ХЛЕБ

1	Булочка пшеничная/ржаная 1 шт.	0,0450	9,40	8,00	55,50	338,60	4,23	3,60	24,98	152,37
2	Наш хлеб, 200 г	0,2750	25,94	5,67	34,97	396,03	71,34	15,59	96,18	1 089,09

ЛЕТНЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

1	Авокадо боул с креветками, 210 г	0,2100	6,10	6,19	8,52	113,74	12,80	13,01	17,90	238,85
2	Авокадо боул с угрем, 210 г	0,2120	10,08	5,74	9,42	151,34	21,37	12,17	19,96	320,85
3	Люля-кебаб из курицы, 350 г	0,3810	6,00	10,97	13,29	151,03	22,86	41,78	50,64	575,41
4	Окрошка на квасе с языком	0,4044	3,36	3,71	5,70	67,85	13,59	14,99	23,03	274,41
5	Окрошка на квасе с ветчиной	0,4040	2,16	3,44	5,96	57,03	8,72	13,89	24,09	230,39
6	Окрошка на кефире с ветчиной	0,4020	2,21	4,77	7,55	69,20	8,88	19,19	30,36	278,17
7	Окрошка на кефире с языком	0,4040	3,67	5,02	7,26	82,17	14,84	20,29	29,31	331,95
8	Салат с манго и красной рыбой, 310 г	0,3200	4,70	5,22	16,55	129,32	15,03	16,71	52,94	413,84
9	Салат черный Цезарь с креветками	0,2090	16,23	8,63	2,29	189,78	33,92	18,04	4,79	396,64
10	Салат черный Цезарь с курицей	0,2490	17,20	10,76	1,92	205,50	42,83	26,78	4,79	511,70
11	Шашлык из свиной шеи, 250 г	0,3670	16,79	7,78	8,57	216,53	61,63	28,56	31,43	794,66
12	Шашлык куриный, 350 г	0,3526	5,76	8,96	7,16	116,32	20,30	31,60	25,25	410,16

САЛАТЫ

1	Салат из ростбифа со шпинатом, 250 г	0,2720	17,78	6,92	6,66	214,37	48,36	18,83	18,12	583,07
2	Салат с карпаччо из мраморной говядины, 210 г	0,2150	20,76	8,46	8,80	255,91	44,64	18,19	18,93	550,20
3	Ле Марс с теплыми морепродуктами, 280 г	0,2910	11,87	9,07	3,91	158,76	34,54	26,39	11,39	461,98
4	Листья салата с куриной грудкой, 300 г	0,3110	14,12	9,94	5,52	188,89	43,90	30,92	17,18	587,45
5	Поке с креветками и пряным рисом, 300 г	0,3620	11,33	7,32	19,15	207,80	41,00	26,50	69,32	752,23
6	Салат из разных томатов с цитрусовой заправкой, 250 г	0,2990	5,61	2,00	5,93	82,23	16,78	5,97	17,72	245,84
7	Салат из свежих цуккини с чукой и мягким сыром, 300 г	0,3330	6,76	1,81	6,78	95,23	22,51	6,04	22,58	317,08
8	Салат с морепродуктами, 250 г	0,3350	7,39	10,74	6,53	135,58	24,76	35,97	21,87	454,18

СУПЫ										
1	Борщ с томленой говядиной и копченым салом, 350 г	0,4000	13,51	5,04	6,89	169,32	54,04	20,17	27,56	677,26
2	Грибной велюте, 300 г	0,2960	7,32	5,91	2,33	98,84	21,67	17,49	6,88	292,56
3	Марсельский суп, 250 г	0,4293	1,66	5,10	4,20	52,12	7,11	21,90	18,04	223,74
4	Суп из томленого барана, 300 г	1,0000	2,55	2,49	2,22	41,76	25,48	24,89	22,19	417,61
БУРГЕРЫ										
1	Бургер из ягненка, 515 г	0,5522	23,37	10,49	10,50	294,31	129,08	57,90	57,99	1 625,30
2	Бургер с сочной котлетой, 350 г	0,4232	30,73	7,42	11,36	351,69	130,07	31,39	48,08	1 488,53
3	Чикен бургер, 320 г	0,3622	10,03	9,94	15,69	192,79	36,33	36,00	56,85	698,36