



Ассортиментный перечень и калорийность блюд ЦБП г.Тюмень

Наименование группы блюд "Салаты"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Салат "Грузинский"	80	5,3	9,09	7,1	99,35
Салат "Греческий"	60	1,15	7,12	3,44	83,58
Салат "Капрезе"	80	2,03	7,82	10,11	82,02
Салат "Мясной"	80	7,13	18,8	7,11	219
Наименование группы блюд "Закуски мясные"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Ассорти "Мясное" (мясо с/в, рулет куриный, язык отварной, рулетик из баклажан, перец розовый)	20/30/30/30/1	10,79	23,21	1,79	259,29
Ассорти "Мясное" (рулет мясной, буженина, карпаччо с/к, сушеный помидор в масле)	25/30/20/10	11,29	22,13	2,01	260,81
Ассорти "Мясное" (рулет куриный, мясо с/в, язык отв., маслина, помидор, перец розовый)	30/20/30/10/10/1	13,21	21,98	3,16	271,62
Ассорти "Мясное" (колбаса в/к, сыр, крекер)	30/30/10	9,76	24,16	12,33	272,16
Ассорти "Мясное" (колбаса с/к, колбаса в/к, крекер)	30/30/10	10,77	22,13	11,12	272,88
Наименование группы блюд "Закуски рыбные"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Ассорти "Рыбное" (профитроль с рыбой с/с, рыба с/с, лимон, маслина)	40/40/10/10	12,55	11,33	13,23	211,23
Ассорти "Рыбное" (сельдь с/с с картофелем, рыба с/с, креветки, лимон, перец розовый)	50/40/20/10/1	11,63	12,34	10,11	195,35
Ассорти "Рыбное" (рыба с/с, шашлычек из креветок, лимон, сушеный помидор в масле)	50/30/10/10	13,44	12,52	9,11	189,21

Ассорти "Рыбное" (рыба с/с, икра лососевая в тарталетке, лимон, маслины)	50/24/10/10	12,45	11,65	12,21	199,13
Наименование группы блюд "Закуски сырные"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Сыр в ассортименте	50	23	29	0	360
Ассорти из 3-х видов сыра с фруктами	8/8/8/15	24,88	30,21	10,81	378,62
Наименование группы блюд "Горячие блюда с гарниром"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Жаркое мясное с грибами	200	20,9	45,11	35,12	425,17
Голубцы фаршированные	150	21,82	42,13	33,17	332,12
Мясо тушеное с овощами, картофель фри	100/75	17,5	39,4	34,12	453,21
Плов из свинины	200	22,8	19,6	54,3	489,11
Рыба запеченая с сыром, картофель фри	100/75	24,65	25,18	25,18	402,56
Рыба по-Итальянски, картофель фри	100/75	25,72	26,15	16,31	405,71
Рыба припущенная, рис припущенный	100/75	22,15	24,16	23,14	399,76
Котлета куриная фаршированная, макароны отварные	120/75	23,33	21,86	11,12	385,66
Бедро куриное жареное, макароны отварные	100/75	22,3	17,7	1,17	333,11
Птица "Оригинальная", макароны отварные	100/75	23,35	19,32	8,16	379,65
Наименование группы блюд "Торты и десерты"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Пирожное Бисквитное в шоколадной крошке	120	45,21	25,72	46,11	356
Десерт "Северное Сияние"	150	44,38	26,75	45,62	337
Десерт "Панна Котта"	165	45,5	25,33	44,89	324
Пирожное "Белочка"	100	42,12	21,23	38,96	299
Пирожное "Медовик"	150	45,26	26,17	45,12	367
Пирожное "Трубочка"	100	35,26	17,28	45,82	318
Пирожное "Заварное"	100	35,17	21,13	48,26	321
Пирожное "Корзиночка"	100	36,12	21,12	47,24	322

Пирожное "Наполеон"	100	35,26	17,28	45,82	318
Пирожное "Рафаэлло"	100	41,13	25,78	48,31	326
Наименование группы блюд "Выпечка"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Хлеб белый	25	7,64	3,29	48,21	266
Хлеб 8 злаков	25	13,7	5,2	42	269
Булочка "Летная"	30	7,64	3,29	48,21	266
Булочка "8 злаков"	60	13,7	5,2	42	269
Багет с кунжутом	50	7,5	2,9	51,4	262
Наименование группы блюд "Порционные продукты"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Мини-рулет "Малец удалец"	35	4	19	62	350
Конфета "Рафаэлло"	15	8,2	48,4	37,4	618
Круассан "7 дней"	65	6	20	49	410
Карамель Малютка	4,13	0	0,1	97	390
Сыр "Хохланд"	17,5	27	9	5,3	300
Паштет	48	6,4	22,6	2,7	241
Масло сливочное	10	0,7	82	0,7	744
Масло оливковое	10	0	99,8	0	898
Горчица	10	9,6	10,9	11	181
Майонез	10	0,5	50,5	1,3	462
Кетчуп	10	0,9	0	13,6	58
Жевательная резинка	2,6	0	0	72	175
Наименование группы блюд "Напитки"	Выход в г.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ ккал на 100г
Пепси-кола 0,33л	по нормам	0	0	10,8	43
Сок "Фруктовый сад" 0,2л	по нормам	0	0	11,2	45
Сок "Я" в ассортименте 1л	по нормам	0	0	12	46,7
Морс "Северная ягода" 1л	по нормам	0	0	11,6	46,4
Вода питьевая газированная 1,5л	по нормам	0	0	0	0

Вода питьевая негазированная 1,5л	по нормам	0	0	0	0
Сливки 10г	по нормам	3	10	4,7	120
Молоко 1л	по нормам	2,9	3,2	4,7	59
Чай с шиповником 2г	по нормам	0	0	0	0
Чай зеленый 2г	по нормам	0	0	0	0
Чай черный 2г	по нормам	0	0	0	0
Кофе "Черная карта" 2г	по нормам	0	0	0	0
Кофе "Нескафе" 2г	по нормам	0	0	0	0