

29.03.2024

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Plov Project

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал.	Жиры, г.	Белки, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал.	Состав блюда
Содержание в 100 г. блюда						Содержание в 1 порц					
ЗАКУСКИ											
1	Ростбиф	0,1	52	25	5	590	53	25	5,5	600	Говяжья вырезка, масло растительное, соус соевый, перец красный молотый, паприка, кориандр, лук красный, укроп, петрушка.
2	Казы	0,1	32	0	0	290	65	0,1	0,1	590	Колбаса казы из конины сыровяленная, укроп, петрушка.
3	Копченая утиная грудка	0,1	29	22	11	400	30	22	11	400	Утиная грудка, соль, сахар, укроп, петрушка.
4	Рулет из цыпленка	0,1	19	19	3,5	260	20	20	3,5	280	Курица, орех грецкий, чернослив, соль, перец черный молотый, укроп, петрушка.
5	Марлин холодного копчения	0,1	4,5	21	0,1	120	4,5	21	0,1	130	Филе марлина холодного копчения, укроп, петрушка.
6	Копченый лосось	0,1	18	21	0,1	240	18	21	0,1	250	Филе семги холодного копчения, укроп, петрушка.
7	Тартар из телятины	0,225	12	12	9,5	200	29	27	22	460	Говядина толстый край, соль, перец черный горошком. Заправка: томаты вяленые в масле, базилик, лук красный, масло оливковое, розмарин, соус Ворчестер. Яйцо перепелиное; чабатта: смесь чабатта, мука для лепешек, дрожжи сухие, масло растительное.

8	Сельдь с картофелем	0,22	7	7,5	8	120	16	16	18	280	Филе сельди слабой соли, Картофель отварной, Масло сливочное, Лук сумах:, Лук красный, Лимон, Соль , Сумахи, Джонджоли маринованные, Соль, Укроп/Петрушка, Базилик.
9	Мухамарра	0,17	11	4,5	29	230	22	9	58	460	Перец сладкий цветной, лук репчатый, чеснок, паста лапиза, орех грецкий, зира, кориандр молотый, наршараб гранатовый, соль, перец черный молотый, масло растительное. Тосты из тандырной лепешки: мука для лепешек, дрожжи сухие, соль, сахар, масло растительное, сухое молоко, вода, кунжут.
10	Хумус	0,215	25	4,5	17	310	53	9,5	38	670	Нут, сода пищевая, чеснок свежий, лимон, зира, кориандр молотый, соль, перец черный горошком, тахина: кунжут, масло растительное. Лепешка: мука, соль, масло сливочное. Украшение: паприка копченая, масло оливковое, кинза.
11	Паштет из куриной печени	0,18	20	9,5	22	300	36	18	40	550	Паштет из куриной печени: печень куриная, яйцо куриное, сливки 33%, масло сливочное, луковая карамель: лук красный, тимьян, чеснок, вино, сахар, соль, молоко. Хлеб для паштета: мука для лепешек, мука ржаная, соль, дрожжи сухие, сахар, паста заварная, семечки подсолнечника, семечки тыквы, изюм, чернослив. Микс зелени: шпинат, мангольд, корн, руккола, микрозелень. Бальзамический крем.
12	Сырная тарелка	0,25	27	19	11	310	69	50	28	790	Сыры: имеретинский, пармезан, бри, сырные мешочки. Рулет из сырного блинчика с базиликом: сырныe блины, сыр креметте, базилик. Рулет из сырного блинчика с курагой: сырныe блины, сыр креметте, курага. Подается с цветочным медом, грецким орехом и гриссини: тесто слоеное бездрожжевое, сметана, яйцо куриное, кунжут. Украшение: микрозелень.

13	Пивные закуски	280/40	3,5	2	2,5	50	81	44	58	1140	Палочки из Моцареллы во фритюре: сыр моцарелла, кляр для сулугуни: яйцо куриное, мука пшеничная, соль, вода газированная, сухари панировачные. Бастурма из говядины вяленая: перец черный горошком, чеснок, говядина толстый край, соль морская, паприка молотая, перец красный молотый, сыр сулугуни-косичка копченая. Гренки из бородинского хлеба: хлеб бородинский, чесночная паста. Пепперони сырокопченая, паприка копченая,картофель фри. Соус Тартар: майонез, лук красный, укроп, петрушка, кетчуп, огурцы маринованные, перец сладкий печеный, масло растительное, ворчестер. Украшение: микрозелень.
14	Ассорти из баклажан	0,25	12	4	19	200	37	12	59	620	Рулетики из баклажан с сырной начинкой: баклажаны, масло растительное, соль. Начинка для рулетиков: сыр фета, орех грецкий жареный, сливки 33%, соль, лимон. Хрустящие баклажаны во фритюре: соль, крахмал кукурузный, соус чили сладкий, орех кешью жареный. Баклажаны маринованные: масло растительное, перец чили, чеснок, сахар, соус соевый. Икра из баклажан: баклажаны, перец сладкий, масло растительное, лук репчатый, томаты в собственном соку, кориандр молотый, чесночная паста, зира, соль, сахар. Украшение: кинза, перец чили, соус унаги, кунжут. Тосты из тандырной лепешки: мука для лепешек, дрожжи сухие, соль, сахар, масло растительное, сухое молоко, вода, кунжут.
15	Ассорти морепродуктов	0,19	23	13	0,5	260	51	30	1,5	590	Кальмар отварной: кальмар, соль, лимон, перец черный горошком, лук репчатый, масло растительное, чеснок; мидии в створках, филе марлина холодного копчения, рыба масляная холодного копчения; семга слабосоленая: филе семги, сахар, соль морская, апельсины; семга подкопченая. Подается с лимоном, укропом, петрушкой, микрозеленью и маслом растительным нерафинированным.

16	Мясной подбор	220/60	16	16	3	220	49	48	9	670	Язык говяжий отварной: язык говяжий, лук репчатый, морковь, укроп, петрушка, перец черный горошком, лавровый лист, соль. Ростбиф: вырезка говяжья, масло растительное, соус соевый, перец красный молотый, паприка молотая, кориандр, лук красный. Казы из конины отварная: конина, перец черный молотый, аджика, соль, чеснок, черева говяжьи, масло растительное. Рулет куриный: курица, орех грецкий, чернослив, соль, перец черный молотый, желатин говяжий. Грудка утиная копченая: грудка утиная, соль, сахар. Соусы: хрен сливочный, горчица дижонская. Украшение: укроп, петрушка, базилик, масло растительное нерафинированное.
17	Соленья и Маринады	0,305	0,3	6,5	9,5	65	1	20	30	210	Джонджоли маринованные; черемша маринованная; капуста по-грузински: капуста белокачанная, свекла, соль, перец черный горошком, лавровый лист, сельдерей, чеснок, перец чили; черри маринованные: томаты черри, чеснок, перец черный горошком, перец черный душистый, лавровый лист, стебли укропа, соль, сахар, перец чили кайенский; огурцы слабосоленые: огурцы, соль, сахар, уксус 9%, тархун, чеснок, лавровый лист, перец черный горошком, гвоздика; перец чили маринованный. Украшение: укроп, петрушка, лук зеленый.
18	Свежие сезонные овощи	0,26	6	1,5	4	80	16	3,5	11	200	Огурцы, томаты, перец сладкий, сельдерей стебель, редька/дайкон, редис, лук красный, романо, айсберг, укроп, петрушка, кинза, лук зеленый. Заправка ореховая: орех грецкий, кинза, чеснок, горчица зернистая, соль, масло растительное, масло оливковое.