

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				
	<b>МАНТЫ</b>										
1	Манты с бараниной	0,33	16	11	20	260	46	31	59	780	Баранина, жир говяжий, лук репчатый, соль, перец черный молотый, зира, кориандр, масло растительное. Тесто: мука пшеничная макфа, соль, яйцо куриное. Смазывается сливочным маслом. Украшение: укроп, петрушка. Соус: сметана.
2	Манты с говядиной	0,3	15	11	20	260	45	33	58	770	Говядина, жир говяжий, лук репчатый, соль, перец черный молотый, зира, кориандр, масло растительное. Тесто: мука пшеничная макфа, соль, яйцо куриное. Смазывается сливочным маслом. Украшение: укроп, петрушка. Соус: сметана.
3	Манты с рыбой и морепродуктами	0,235	7,5	10	24	210	18	24	57	480	Креветки тигровые, судак филе, морской гребешок; соус бешамель: мука для лепешек, масло сливочное, масло растительное, молоко, сливки, соль, лук репчатый, сахар. Тесто: мука пшеничная макфа, соль, яйцо куриное. Смазывается сливочным маслом. Украшение: укроп, петрушка. Соус: соус соевый, перец чили, перец красный молотый, масло кунжутное, кунжут.

4	Манты с тыквой	0,33	8,5	4	22	180	26	12	65	540	Тыква, лук репчатый, соль, перец черный молотый, масло растительное, масло сливочное, сахар, зира. Тесто: мука пшеничная макфа, соль, яйцо куриное. Смазывается сливочным маслом. Украшение: укроп, петрушка. Соус: сметана.
5	Манты со шпинатом	0,32	16	7	19	250	47	21	58	740	Шпинат, лук репчатый, сливки, перец черный молотый, масло растительное, соль, масло сливочное, кинза, укроп, петрушка, тархун, мята, сыр сулугуни, моцарелла. Тесто: мука пшеничная макфа, соль, яйцо куриное.