

ТАБЛИЦА КАЛОРИЙНОСТИ

В связи с поступлением на предприятие сырья различной сортности от различных поставщиков возможны отклонения пищевой и энергетической ценности блюд

ИТАЛЬЯНСКИЙ СТОЛ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Зеленые сицилийские оливки	80	1	12	3	120
Тарелка с итальянскими мясными деликатесами	120/14	20	39	13	490
Сырная тарелка	120/20/10	33	38	19	550
Карпаччо из лосося слабой соли	80/45/10/20	21	17	32	363
Карпаччо из лосося слабой соли без глютена	80/45/10/20	21	17	16	300
ДОМАШНЯЯ ПАСТА И РИЗОТТО	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Спагетти Карбонара	290	34	88	54	1150
Спагетти Карбонара б/г	290	26	70	62	980
Спагетти Болоньезе	330	40	49	56	830
Спагетти Болоньезе б/г	330	33	46	67	820
Спагетти с морепродуктами	450	25	46	73	810
Ризотто с белыми грибами	350	33	51	63	840
ПИЦЦА ИЗ ПЕЧИ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Маргарита	350	47	29	119	930
Маргарита б/г	350	40	28	90	770
Вегетариана	430	45	27	135	960
Вегетариана б/г	430	38	26	106	810
Пепперони	400	53	41	122	1070
Пепперони б/г	400	45	40	93	910
Ветчина и грибы	425	49	37	119	1000
Ветчина и грибы б/г	425	41	36	90	850
Четыре сыра	350	58	51	116	1160
Четыре сыра б/г	350	50	50	87	1000
Копченая утиная грудка с инжиром	420	63	55	130	1270
Копченая утиная грудка с инжиром б/г	420	55	54	101	1110
РЫБА	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Филе камбалы со шпинатом и томатами	100/100/30	24	20	7	310
Судак с рисом венеро	120/100/30	36	29	40	570
Филе подкопченной форели с цукини	130/90/30	32	36	9	490
Филе трески с пюре из моркови и печеной морковью	100/100	21	8	13	210
Котлеты из щуки с морковным пюре и зеленым горошком	100/85	6	29	30	403
Шашлык из лосося	130/40/30	33	37	9	502
НА ФЕРМЕ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Домашний утиный паштет, бриошь, чатни	120/60/25	20	44	40	630
Домашний утиный паштет, хлеб б/г, чатни	120/60/25	18	39	25	530
Слоеный пирог с риемом из утки и капусты	210/30	20	38	45	600
Утка из коптильни	60	12	6	2	110
Индейка из коптильни	60	13	2	3	75
Домашний ростбиф	60	12	17	1	210
Сельдь «по-русски» с картофелем и луком	120/100/30	24	32	50	590
Соленья	470	10	5	21	160
Икра из баклажанов с восточной лепешкой	250/120	15	31	105	760
Садовая тарелка	500	6	1	19	100
Бефстроганов с картофельным пюре	200/150/20	19	79	27	900
Томленая говядина с пюре из цветной капусты	270/130	31	73	17	850
ИЗ КОПТИЛЬНИ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Свиная грудинка с соусом BBQ и картофелем по-деревенски	150/100/50/30/30	26	106	31	1180
МЯСО	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Бургер Бенца с картофелем фри	320/100/30	30	49	94	940
Бургер Бенца б/г с картофелем по-деревенски	320/100/30	30	72	69	1050
Утиная ножка конфи с соусом из шампиньонов, капустой и зирой	200/120/40	92	53	17	920
Скерт стейк с картофельным gratin	150/100/30	23	49	30	650
Стейк Стриплойн	230/40	44	23	1	390
Шашлык из курицы	230/40/40	54	21	27	520
Шашлык из свинины	230/40/40	44	76	16	920
Люля-кебаб	140/60/40	22	60	27	740
Острый шашлык из Скерт стейка	170/40/30	18	19	21	330
Свинные ребра BBQ с маринованной красной капустой	270/50	43	64	29	870
Тартар из говядины с соусом ранч и картофелем пай	120	11	28	2	310

ВОСТОЧНЫЙ СТОЛ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Баклажаны с грецким орехом	170	9	50	23	580
Долма	180/40/6	21	26	15	380
Узбекский плов с бараниной и восточным салатом ачик-чук	350/100	37	70	90	1000
Хачапури по-мегрельски	390	60	67	83	1180
ЛЕПИМ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Пельмени домашние со сметаной, бульоном и сливочным маслом	320/40	27	37	43	620
Пельмени домашние б/г со сметаной и сливочным маслом	320/40	30	37	48	640
Вареники с картофелем и грибами	220/40	10	31	52	520
Вареники с творогом	220/40	22	21	47	460
САЛАТЫ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Цезарь с курицей	175	19	29	8	370
Цезарь с курицей б/г	175	19	29	8	370
Цезарь с креветками	175	18	25	8	320
Цезарь с креветками б/г	175	18	25	8	320
Зеленый салат с авокадо, брокколи и цитрусовой заправкой	170	4	20	16	260
Сицилийский цитрусовый салат с креветками и авокадо	215	13	17	8	250
Оливье с копченым цыпленком	230	18	26	11	350
Салат из свежих овощей без заправки	230	3	0	10	50
Салат из свежих овощей с оливковым маслом	230/25	2	15	10	187
Салат из свежих овощей со сметаной	230/25	3	8	11	134
Салат с копченой индейкой и кенийской фасолью	190	14	14	7	210
Киноа с тыквой, листьями салата, козьим сыром и орехом пекан	225	19	39	37	570
Грузинский салат с брынзой и заправкой из грецкого ореха	235	10	26	9	340
СУПЫ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Домашняя лапша с курицей	350	29	16	15	330
Домашняя лапша с курицей б/г	350	29	17	15	320
Грибной крем-суп б/г	250	11	27	5	310
Украинский борщ	350/40	25	28	13	400
Украинский борщ с бородинским хлебом и салом	350/40/20/5	28	50	33	690
Украинский борщ с хлебом б/г и салом	350/40/20/5	29	53	26	690
Солянка с копченым мясом	350	31	48	13	610
Марсельская уха с морепродуктами	340/80/20	22	18	14	300
Марсельская уха с морепродуктами б/г	340/40/20	22	18	14	300
Харчо	330	15	11	34	294
ХЛЕБ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Восточная лепешка из тандыра с кахетинским маслом	120/20	12	23	76	556
Ржаная лепешка из тандыра с маслом со сванской солью	100/20	67	18	36	330
Гриссини	50	7	8	34	230
Бородинский хлеб с анчоусным маслом	200/30	12	30	122	807
Домашний хлеб на закваске со сливочным маслом	240/20	18	20	117	710
Хлебная корзина б/г со сливочным маслом	170/20	25	27	46	480
Фокачча	180	13	13	114	670
ГАРНИРЫ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Овощи на мангале	200	2	10	17	160
Кукуруза на мангале	300	10	6	47	280
Капуста шпигц на гриле с трюфельным соусом	180/40/30	5	32	7	331
Картофель по-деревенски	150	4	19	18	260
Картофельное пюре	150	4	19	21	270
Картофель фри	100/30	4	22	45	390
Гречка с пармезаном	190	14	26	51	500
МЕНЮ ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Салат из свежих томатов и огурцов с оливковым маслом	200/20	2	15	8	173
Салат из свежих томатов и огурцов со сметаной	200/20	3	8	9	120
Суп с фрикадельками	300	29	23	28	440

Домашние макароны с сыром от мамы Евы	120	11	16	34	330
Домашние макароны с сыром от мамы Евы б/г	120	10	17	26	300
Куриные котлеты с картофельным пюре	120/110/40	25	38	34	580
Куриные котлеты с макаронами	120/110/40	35	20	71	600
Куриные котлеты с картофелем фри	120/110/40	22	39	43	620
Куриные котлеты б/г с картофельным пюре	120/110/40	22	25	30	440
Куриные котлеты б/г с макаронами	120/110/40	25	16	68	510
Наггетсы из индейки с картофелем фри	110/100/30	24	52	67	826
Сырники с домашним вареньем и сметаной	150/30/30	21	31	51	570
Сырники б/г с домашним вареньем и сметаной	150/30/30	27	37	42	600
Блинчики с Нутеллой от папы Алекса	100/20	6	24	30	360
Молочный коктейль от слономышки Уни ванильный	220	8	17	24	280
Молочный коктейль от слономышки Уни клубничный	220	7	14	43	330
Молочный коктейль от слономышки Уни шоколадный	220	7	14	43	330
ДЕСЕРТЫ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Наш фирменный медовик	150	9	40	87	749
Чизкейк Сан-Себастьян с тартаром из сезонных ягод	120/15	7	29	20	370
Наполеон с брусничным джемом	130	6	35	41	500
Лимонный тарт с воздушной меренгой	100	4	14	47	334
Шоколадный десерт с гречневым попкорном	110	6	30	34	430
Мороженое в ассортименте	70	2,5	11	14	160
Сорбет в ассортименте	70	3	2	10	65
ЗАВТРАКИ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Овсяная каша на молоке с компоте из яблок, изюма и корицы	200/30	10	8	50	310
Овсяная каша на кокосовом молоке с компоте из яблок, изюма и корицы	200/30	8	25	46	440
Овсяная каша на воде с компоте из яблок, изюма и корицы	200/30	5	3	41	205
Пшеничная каша на кокосовом молоке с печеной тыквой и тыквенными семечками	250/20/5	8	19	34	340
Рисовая каша на кокосовом молоке с домашним вареньем из сезонных ягод	250/60	5	23	41	390
Зеленая греча с авокадо, соусом песто и яйцом пашот	160/40/45	43	35	65	740
Вареники с творогом	220/15/15	22	20	52	470
Сырники со сметаной и домашним вареньем из сезонных ягод	150/30/30	21	31	43	540
Сырники б/г со сметаной и домашним вареньем из сезонных ягод	150/30/30	21	32	42	540
Ржаной тост с половиной авокадо, сливочным сыром и лососем с/с	190	14	26	47	490
Тост б/г с половиной авокадо, сливочным сыром и лососем с/с	190	16	29	27	440
Сендвич на булочке бриошь с тунцом и гуакамоле	140	51	18	42	530
Тост на домашнем хлебе тартин с мортаделлой, авокадо и яйцом пашот	200	14	25	44	450
Драники со сметаной	170/30	8	8	26	200
Драники с лососем с/с, красной икрой и сметаной	240	16	19	28	350
Healthy-завтрак яйцо, лосось с/с, авокадо, томат, рукола	250	22	20	53	480
Healthy-завтрак б/г яйцо, лосось с/с, авокадо, томат, рукола	250	17	21	23	340
Большой английский завтрак 2 яйца, бекон, венская сосиска, томат, фасоль, зеленый салат, домашний хлеб тартин	325	30	43	63	760
Большой английский завтрак б/г 2 яйца, бекон, венская сосиска, томат, фасоль, зеленый салат, хлеб б/г	325	25	43	24	580
Скрамбл из двух яиц с половиной авокадо и креветками	225	25	29	38	520
Скрамбл из двух яиц с половиной авокадо и креветками б/г	225	24	32	20	460
Шакшука с домашним хлебом тартин	230/60	18	17	49	420
Шакшука б/г	230	16	20	27	350
Омлет из двух яиц с сыром рикотта, мортаделлой и хлебом тартин	190	22	32	39	530
Омлет из двух яиц с сыром рикотта, мортаделлой и хлебом б/г	190	22	43	21	560

Омлет из двух яиц с домашним хлебом тартин и зеленым салатом	100/15/10	15	10	37	300
Омлет из двух яиц с хлебом б/г и зеленым салатом	100/15/10	13	12	15	220
Яичница из двух яиц подаем с домашним хлебом тартин и зеленым салатом	100/15/10	15	16	36	350
Яичница из двух яиц с хлебом б/г и зеленым салатом	100/15/10	13	18	15	270
Скрамбл из двух яиц с домашним хлебом тартин и зеленым салатом	100/15/10	15	18	37	370
Скрамбл из двух яиц с хлебом б/г и зеленым салатом	100/15/10	14	20	19	310
ДОБАВКИ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Бекон	30	6	26	0	260
Лосось с/с	25	6	3	2	50
Прошутто Котто	30	5	8	0	85
Половинка авокадо	60	2	10	1	100
Томаты	50	1	0	3	15
ЛАВКА/ДЕСЕРТЫ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Мини-круассан	25	2	2	11	69
Печенье «Бабочки» б/г	100	8	18	69	470
Печенье арахисовое б/г	50	10	23	17	310
Печенье лимонное б/г	40	3	11	14	160
Печенье с маком и лимоном б/г	50	2	10	29	214
Печенье овсяное б/г	55	3	7	33	209
Сочень б/г	80	9	7	35	240
Орешки с вареной сгущенкой	190	14	40	102	820
Орешек с вареной сгущенкой 1 шт	25	2	5	13	100
Муссовое мини-пирожное шоколад	30	3	13	14	190
Макарун	25	3	6	15	120
Эклер б/г с черничным кремом	60	3	6	16	130
Шоколадный кекс с начинкой из бельгийского шоколада	120	7	22	56	450
Шоколадный десерт с гречневым попкорном	110	6	30	34	430
Эклер б/г с кремом из вареной сгущенки	60	4	9	46	281
Домашний трюфель эрл грей-кардамон	20	1	6	8	92
Домашний трюфель кофе	20	1	6	4	79
Тёмный хлеб б/г	430	33	30	127	912
Темный хлеб б/г бездрожжевой на закваске	540	47	47	197	1405
Хлеб Бородино	660	43	5	317	1484
Хлеб Тартин	620	55	3	288	1401

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ	ВЫХОД, Г	БЕЛКИ, Г	ЖИРЫ, Г	УГЛЕВОДЫ, Г	ККАЛ
Буррата с узбекскими томатами	210	17	23	4	290
Салат с домашним ростбифом, руколой, вялеными томатами и печёным картофелем	170	10	22	10	270
Окрошка на домашнем квасе	310	7	2	17	121
Окрошка на йогурте	310	17	7	16	190
Холодный гаспачо с овощным тартаром	300	28	20	42	460
Фирменная шаверма	300	28	20	42	460
Соте из мидий с соусом биск	420	61	83	76	1300
Соте из мидий с соусом биск без глютена	420	59	80	55	1180
Меренга с сезонными ягодами, сливочным кремом и шариком ягодного мороженого	120	3	9	31	210
Черёмуховый торт со сметанным кремом и смородиной	120	4	19	38	341

Генеральный директор ООО «БЕНУА» Гамм В. Н.