

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Забыли сахар ЦО

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калори-ность, ккал	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калори-ность, ккал
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда			
1	Бао бургер с говядиной и японским омлетом	0,2800	6,37	8,46	17,25	160,15	17,83	23,69	48,30	448,42
2	Бао бургер со свиной грудинкой и яйцом	0,2500	19,02	7,28	18,30	273,48	47,55	18,19	45,75	683,71
3	Бао с тофу и коул слоу	0,1500	4,48	4,66	21,78	146,06	6,72	6,99	32,67	219,09
4	Бао с говядиной соусом из черного перца и луком карри	0,1900	5,09	8,13	20,32	159,61	9,67	15,45	38,60	303,26
5	Бао с жареным тофу и грибами	0,1700	7,19	5,34	27,60	196,48	12,23	9,07	46,91	334,01
6	Бао с креветками темпура и коу слоу	0,1500	2,78	8,25	24,09	154,38	4,17	12,38	36,14	231,57
7	Бао с курицей карааге в глазури хойсин	0,1450	6,69	10,40	24,34	199,21	9,71	15,08	35,29	288,85
8	Бао с курицей карааге коул слоу и соусом спайси	0,1900	8,05	8,02	19,26	181,61	15,30	15,25	36,60	345,05
9	Бао с лососем и сливочным сыром	0,1750	8,05	4,43	19,66	168,83	14,09	7,75	34,41	295,44
10	Бао с тунцом гуакомоле и чукой	0,1700	2,84	8,21	17,70	129,19	4,83	13,95	30,09	219,62
11	Бао с уткой и коу слоу	0,1500	7,41	9,55	21,41	190,56	11,11	14,33	32,12	285,84
12	Бао со свиной грудинкой Чар Су и капустой кимчи	0,1700	19,19	6,33	19,65	276,63	32,63	10,75	33,40	470,28
13	Вок с овощами	0,1650	5,51	3,70	4,77	83,45	9,09	6,10	7,87	137,69
14	Вок тайский с говядиной	0,3100	6,40	8,39	17,41	160,77	19,82	26,02	53,97	498,38
15	Вок тайский с курицей	0,3100	6,04	8,07	17,10	155,04	18,73	25,00	53,02	480,61
16	Говядина в красном карри на рисе	0,3500	6,47	4,99	13,80	133,37	22,65	17,47	48,28	466,79
17	Данбури с лососем и авокадо	0,2800	4,84	2,19	16,14	116,81	13,54	6,12	45,18	327,07
18	Димсамы с уткой в пряном бульоне	0,5650	3,12	5,47	5,04	70,11	17,63	30,88	28,48	396,11
19	Донбури с креветками темпура	0,2900	5,85	5,90	17,40	145,81	16,96	17,10	50,45	422,85
20	Донбури с курицей карааге	0,2700	4,94	7,02	16,39	138,06	13,33	18,95	44,25	372,77
21	Донбури с тунцом	0,2700	4,86	5,78	16,38	132,33	13,11	15,61	44,22	357,29
22	Зеленый салат с креветками и манго	0,1850	6,53	7,22	6,03	111,76	12,08	13,36	11,16	206,76
23	ККочи говядина	0,1800	15,33	10,98	4,76	200,93	27,59	19,77	8,56	361,67
24	Ккочи курица	0,2300	13,11	12,42	3,23	180,62	30,16	28,57	7,43	415,42
25	Ккочи с кальмаром	0,2000	4,02	10,60	6,25	103,53	8,04	21,19	12,49	207,06
26	Кофе Американо обед	0,1500	13,92	13,44	7,23	207,95	20,88	20,16	10,85	311,92
27	Кофе Капучино обед	0,1500	3,20	3,00	4,70	59,60	4,80	4,50	7,05	89,40
28	Кофе Эспрессо обед	0,0300	12,00	11,58	19,75	233,33	3,60	3,47	5,93	70,00
29	Лапша с морепродуктами	0,3000	5,95	8,28	21,69	173,43	17,85	24,84	65,07	520,28
30	Лапша сингапурская с курицей	0,3700	7,29	6,52	32,58	222,02	26,97	24,12	120,56	821,48
31	Лапша сингапурская с морепродуктами	0,3700	5,96	6,59	32,67	210,68	22,06	24,37	120,89	779,53
32	Молоко растительное	0,1300	1,90	3,30	2,70	41,10	2,47	4,29	3,51	53,43
33	Молоко растительное ланч	0,1500	1,90	3,30	2,70	41,10	2,85	4,95	4,05	61,65
36	Овощной карри на рисе	0,2300	2,58	2,31	16,39	98,01	5,93	5,32	37,71	225,43
37	Открытый ролл с крабом	0,1000	4,81	8,91	12,67	129,61	4,81	8,91	12,67	129,61
38	Открытый ролл с тунцом	0,1100	5,59	13,24	15,19	164,05	6,15	14,56	16,71	180,45
39	Рамен мини обед	0,3000	10,72	5,70	8,27	152,41	32,17	17,11	24,82	457,23
40	Рис с курицей карааге в глазури хойсин	0,2300	4,07	7,95	21,23	153,33	9,36	18,29	48,82	352,66
41	Рис с морепродуктами	0,3000	5,90	7,14	19,34	159,01	17,69	21,43	58,03	477,03
42	Ролл с лососем в дайконе	0,3200	1,70	2,71	14,81	85,40	5,44	8,68	47,40	273,28
43	Ролл с тунцом и авокадо	0,2700	3,94	7,05	15,68	126,33	10,62	19,04	42,33	341,10
44	Салат с говядиной в тайской заправке	0,2650	4,23	4,70	27,47	166,74	11,21	12,46	72,79	441,86
45	Салат с курицей карааге и карамелизованным соусом	0,2000	5,91	8,36	2,80	97,84	11,83	16,71	5,60	195,68
46	Спринг роллы с говядиной	0,1500	7,58	8,21	12,57	151,34	11,37	12,32	18,85	227,00
47	Суп Мисо обед с тофу и шиитаке	0,3000	1,11	1,70	1,72	23,68	3,34	5,10	5,15	71,03
48	Суп Том Кха	0,3800	4,12	7,21	3,63	80,44	15,65	27,41	13,78	305,65
49	Суп Том Кха с курицей	0,2700	6,11	4,46	1,60	79,20	16,49	12,05	4,32	213,85
50	Суп Том Ям с кокосовым молоком	0,5100	2,93	4,89	10,94	89,66	14,94	24,92	55,77	457,26

51	Тартар из тунца с гуакамоле томатами и луком карри	0,1900	9,54	10,19	2,68	137,30	18,12	19,36	5,10	260,87
52	Татаки из говядины	0,1400	29,27	12,55	5,22	334,52	40,98	17,56	7,31	468,33
53	Татаки из тунца	0,1460	9,86	15,40	2,27	159,44	14,40	22,49	3,31	232,78
54	Удон со свиной грудинкой ланч	0,3100	10,28	6,09	19,67	195,56	31,86	18,89	60,98	606,24
55	Утиная ножка конфи с бататом	0,3080	10,21	13,23	7,43	174,50	31,44	40,75	22,87	537,44
56	Форель с зеленью и соусом кимчи бер блан	0,2200	18,45	2,79	2,43	186,92	40,59	6,13	5,34	411,23
59	Широ мисо Рамен со свиной грудинкой	0,6000	9,67	5,40	9,88	148,10	58,00	32,39	59,28	888,62