

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Ресторан Flor

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры,	Белки,	Углево-	калори-	Жиры,	Белки,	Углево-	калори-
			г.	г.	ды, г.	ность, ккал	г.	г.	ды, г.	ность, ккал
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда			
1	Авокадо Тост с лососем на ржаном хлебе	0,2350	13,11	6,57	14,59	202,54	30,81	15,45	34,29	475,97
2	Булочка с шоколадом	0,2480	21,99	4,67	26,45	319,73	54,54	11,58	65,59	792,93
3	Булочка, корица, заварной крем	0,2380	19,21	4,05	29,52	303,37	45,72	9,64	70,25	722,02
4	Бульон, морские гады	0,3460	7,89	11,27	2,63	125,29	27,31	39,00	9,08	433,49
5	Глазунья из двух яиц	0,1190	18,95	8,79	2,37	211,97	22,55	10,46	2,82	252,25
6	Гребешок, мандарин, масло сливочное	0,1280	11,29	7,96	11,74	176,31	14,44	10,19	15,03	225,67
7	Гребешок, пастернак, яблоко, кофе	0,1801	18,88	7,86	6,27	222,61	34,01	14,16	11,29	400,92
8	Гречневая каша с авокадо, пармезаном и яйцом пашот	0,2950	13,63	9,38	28,75	268,97	40,20	27,68	84,81	793,45
9	Желтая свекла, козий сыр, малиновый винегрет	0,1421	16,93	5,19	6,14	199,22	24,06	7,38	8,72	283,09
10	Каммобер, вишня, грецкий орех, сыр	0,2220	17,86	15,58	14,72	280,62	39,65	34,59	32,68	622,98
11	Креветка, зелёное яблоко, спаржа	0,1231	7,89	19,96	2,72	155,39	9,71	24,58	3,35	191,29
12	Малосольные овощи, фета	0,1420	20,25	4,50	6,04	219,85	28,76	6,38	8,57	312,19
14	Морской волк, перец, кокос, масло бергамота	0,0940	14,90	14,66	3,80	204,37	14,01	13,78	3,57	192,11
15	Ньокки, икра, угольное масло	0,1620	6,55	5,06	9,03	113,75	10,61	8,19	14,63	184,28
16	Овсяная каша с орехами и ягодами	0,2071	9,43	7,37	32,84	242,88	19,52	15,26	68,02	502,99
17	Оливки: чупадедос, изумрудные гигантские, каламата	0,1030	13,30	0,78	6,12	137,40	13,70	0,80	6,30	141,52
18	Омлет из трёх яиц	0,1640	17,13	9,74	1,96	198,59	28,10	15,98	3,22	325,68
19	Осьминог, картофель, томатный бер-блан	0,2220	8,86	9,02	2,17	123,47	19,67	20,02	4,83	274,10
20	Паста, креветка, бермонте	0,2390	12,46	6,87	17,40	208,04	29,77	16,41	41,58	497,22
21	Паштет, хурма, трюфель, бриошь	0,2071	27,02	7,67	17,32	340,56	55,96	15,89	35,87	705,29
22	Перцы с страчателлой и стружкой хамона и анчоус	0,1180	29,33	7,86	5,11	309,75	34,61	9,27	6,03	365,51
23	Пиканья, ромейн, демиглас	0,3160	15,32	21,93	4,60	248,99	48,42	69,30	14,52	786,81
24	Половина авокадо	0,1000	25,00	2,00	6,50	259,00	25,00	2,00	6,50	259,00
25	Скрэмбл из трёх яиц	0,1640	17,13	9,74	1,96	198,59	28,10	15,98	3,22	325,68
26	Сырники, соленая карамель, хурма, сметана	0,2800	12,20	12,27	10,40	199,90	34,17	34,36	29,13	559,73
27	Сыры	0,0950	15,61	12,52	30,29	314,27	14,83	11,90	28,77	298,56
28	Сэндвич на хлебе из вяленых	0,3920	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
29	Тартар из быка, трюфельное масло, фуагра	0,1000	16,96	20,07	1,95	237,64	16,96	20,07	1,95	237,64
30	Тартин, масло, снег иберико	0,2120	28,54	4,44	28,27	384,97	60,50	9,41	59,94	816,13
31	Франсизинья с морепродуктами	0,5290	12,99	12,08	18,44	236,85	68,72	63,88	97,56	1 252,94
32	Хамон	0,0300	16,10	34,80	1,30	241,00	4,83	10,44	0,39	72,30
33	Цыпленок, шпинат, пири-пири	0,4200	16,66	14,86	1,34	214,35	69,95	62,40	5,61	900,27
34	Яйцо Бенедикт	0,2720	25,00	8,12	17,18	324,59	68,00	22,10	46,73	882,90