

**Пищевая и энергетическая ценность блюд**

**Основное меню Вагона-Ресторана**

Перечень блюд собственного производства	Выход блюд	Пищевая ценность в 100 гр.			Калорийность	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	в Ккал	
К Яичница из 2-х яиц порц. (НА 100 гр.)	100/20	8,64	7,70	0,98	<b>107,80</b>	Завтрак
К Сырники со сметаной порц. (НА 100 гр.)	120/50	12,05	11,25	12,75	<b>200,45</b>	Завтрак
К Сырники с ягодным топпингом порц. (НА 100 гр.)	120/30	12,86	6,12	17,22	<b>175,43</b>	Завтрак
К Завтрак №1 Фитнес (НА 100 гр.)	240/120/50	8,78	10,56	37,02	<b>278,25</b>	Ком.завтрак
К Завтрак №2 Лайт (НА 100 гр.)	160/40/50	6,68	13,46	16,20	<b>212,67</b>	Ком.завтрак
К Завтрак №3 Гранд (НА 100 гр.)	2 шт./235/40	7,71	13,11	13,37	<b>202,27</b>	Ком.завтрак
К Икра черная порц. (НА 100 гр.)	50	26,80	13,80	8,00	<b>263,40</b>	Хол.Закуска
К Икра красная порц. (НА 100 гр.)	50	28,40	10,00	-	<b>203,60</b>	Хол.Закуска
К Мясное ассорти порц. (НА 100 гр.)	120/25/30	11,49	18,02	2,49	<b>218,14</b>	Хол.Закуска
К Сырное плато порц. (НА 100 гр.)	120/70/40	15,01	19,44	17,20	<b>303,77</b>	Хол.Закуска
К Рыбное плато (НА 100 гр.)	100/55	14,02	10,19	3,29	<b>160,95</b>	Хол.Закуска
К Семужка слабосоленая (НА 100 гр.)	100/55	14,44	6,97	3,29	<b>133,60</b>	Хол.Закуска
К Язык говяжий отварной порц. (НА 100 гр.)	120/25/30	11,81	13,04	3,49	<b>178,60</b>	Хол.Закуска
К Карпаччо из телятины порц. (НА 100 гр.)	100/40/35	12,76	28,15	0,64	<b>306,95</b>	Хол.Закуска
К Сельдь с картофелем порц. (НА 100 гр.)	80/100/40	7,61	4,24	8,07	<b>100,86</b>	Хол.Закуска
К Соленья (разносолы) порц. (НА 100 гр.)	230	1,42	4,34	3,98	<b>60,63</b>	Хол.Закуска
К Бутерброд с красной икрой порц. (НА 100 гр.)	20/15/40	12,47	21,30	27,84	<b>352,95</b>	Хол.Закуска
К Оливки / маслины порц. (НА 100 гр.)	100	1,62	26,11	17,64	<b>312,04</b>	Хол.Закуска
К Салат Капрезе порц. (НА 100 гр.)	260	9,67	20,03	2,01	<b>226,96</b>	Салаты
К Салат "Гранд Экспресс" порц. (НА 100 гр.)	220	7,25	5,57	5,28	<b>100,25</b>	Салаты
К Салат Цезарь с курицей порц. (НА 100 гр.)	270	12,26	8,97	7,43	<b>159,51</b>	Салаты
К Салат Греческий порц. (НА 100 гр.)	250	5,05	13,16	3,68	<b>153,35</b>	Салаты
К Блины со сметаной порц. (НА 100 гр.)	140/50	4,28	23,00	15,49	<b>286,06</b>	Гор.Закуска
К Блины с красной икрой порц. (НА 100 гр.)	100/30/35	9,24	22,23	13,58	<b>291,32</b>	Гор.Закуска
К Блины с семгой с/с порц. (НА 100 гр.)	100/50/35	9,48	19,82	12,11	<b>264,76</b>	Гор.Закуска
К Тигровые креветки гриль порц. (НА 100 гр.)	250/100	49,17	0,91	0,87	<b>208,39</b>	Гор.Закуска
К Жульен из шампиньонов порц. (НА 100 гр.)	170	4,91	13,57	2,59	<b>152,11</b>	Гор.Закуска
К Сырные палочки порц. (НА 100 гр.)	150/40	12,94	26,15	18,88	<b>362,61</b>	Гор.Закуска
К Кольца кальмара порц. (НА 100 гр.)	150/50/40	10,53	8,51	6,81	<b>145,99</b>	Гор.Закуска
К Крылья куриные порц. (НА 100 гр.)	200/40/40	14,71	9,74	4,01	<b>162,49</b>	Гор.Закуска
К Пивная тарелка порц. (НА 100 гр.)	370/40/60	9,87	10,81	17,22	<b>205,65</b>	Гор.Закуска

К	Колбаски по-баварски порц (НА 100 гр.)	1шт/150/60	7,03	11,52	6,50	<b>157,77</b>	Гор.Закуска
К	Колбаски Мюнхенские (НА 100 гр.)	3шт/150/60	5,29	11,12	6,84	<b>148,58</b>	Гор.Закуска
К	Колбаски говяжьи (НА 100 гр.)	3шт/150/60	5,33	30,54	6,00	<b>320,14</b>	Гор.Закуска
К	Ассорти из колбасок (НА 100 гр.)	5 шт/80	9,79	32,30	3,02	<b>341,93</b>	Гор.Закуска
К	Суп карельский порц. (НА 100 гр.)	270	6,51	12,20	6,15	<b>160,39</b>	Супы
К	Солянка сборная мясная порц. (НА 100 гр.)	250/20	3,02	5,81	2,96	<b>76,23</b>	Супы
К	Суп-пюре из спаржи порц. (НА 100 гр.)	250	1,46	0,17	6,46	<b>33,22</b>	Супы
К	Суп-пюре из спаржи с креветками порц. (НА 100 гр.)	250/40	10,70	0,31	5,57	<b>67,87</b>	Супы
К	Бефстроганов с картофельным пюре порц. (НА 100 гр.)	160/160	4,96	7,70	8,40	<b>122,74</b>	Гор.блюда
К	Стейк из семги в сливочно икорном соусе порц. (НА 100 гр.)	1/100/60	12,96	6,47	1,48	<b>116,01</b>	Гор.блюда
К	Филе Миньон порц (НА 100 гр.)	150/120	12,66	9,09	5,33	<b>153,80</b>	Гор.блюда
К	Дорадо на гриле (НА 100 гр.)	1 шт./100	12,28	4,03	0,76	<b>88,37</b>	Гор.блюда
К	Куриное филе под апельсиновым соусом (НА 100 гр.)	150/50/50	14,57	1,23	3,33	<b>82,67</b>	Гор.блюда
К	Фетучини с соусом "Песто" (НА 100 гр.)	250	4,76	15,48	19,46	<b>236,24</b>	Гор.блюда
К	Паста Нери Ди Марено порц. (НА 100 гр.)	300	12,53	6,37	17,80	<b>190,10</b>	Гор.блюда
К	Паста Тальятелле Карбонаре порц. (НА 100 гр.)	365	6,31	18,72	18,09	<b>266,08</b>	Гор.блюда
К	Гранд бургер из мраморной говядины (НА 100 гр.)	450/80/50	6,66	4,73	14,87	<b>128,71</b>	Гор.блюда
К	Картофельное пюре порц (НА 100 гр.)	200	2,05	2,68	14,79	<b>91,45</b>	Гарниры
К	Овощи гриль порц. (НА 100 гр.)	250	2,18	4,70	3,20	<b>63,78</b>	Гарниры
К	Картофель жареный с луком и грибами (НА 100 гр.)	250	2,66	4,57	10,46	<b>93,63</b>	Гарниры
К	Картофель фри порц. (НА 100 гр.)	150/40	2,75	1,89	14,86	<b>87,42</b>	Гарниры
К	Сыр Гауда порц (НА 100 гр.)	50	22,00	28,00	-	<b>340,00</b>	Допы
К	Сыр Пармезан порц. (НА 100 гр.)	50	33,00	28,00	-	<b>384,00</b>	Допы
К	Бальзамик порц (НА 100 гр.)	50	0,70	0,10	23,00	<b>95,70</b>	Допы
К	бекон 50 (НА 100 гр.)	50	10,00	52,70	33,80	<b>649,50</b>	Допы
К	Соус Наршараб порц. (НА 100 гр.)	30	0,30	-	14,50	<b>59,20</b>	Допы
К	Сметана порц. (НА 100 гр.)	50	2,80	20,00	3,40	<b>204,80</b>	Допы
К	Соус соевый порц. (НА 100 гр.)	50	8,40	-	9,70	<b>72,40</b>	Допы
К	Огурцы свежие порц (НА 100 гр.)	50	0,70	0,10	1,90	<b>11,30</b>	Допы
К	Ветчина порц (НА 100 гр.)	50	22,60	20,90	-	<b>278,50</b>	Допы
К	Апельсин порц. (НА 100 гр.)	190	0,90	0,20	10,30	<b>46,60</b>	Допы
К	Горчица порц. (НА 100 гр.)	50	7,50	9,50	20,00	<b>195,50</b>	Допы
К	Кетчуп порц. (НА 100 гр.)	50	0,83	-	13,50	<b>57,32</b>	Допы
К	Лимон порц. (НА 100 гр.)	30	0,90	0,10	3,00	<b>16,50</b>	Допы
К	Майонез порц (НА 100 гр.)	50	3,10	67,00	3,70	<b>630,20</b>	Допы
К	Масло оливковое порц. (НА 100 гр.)	30	-	99,80	-	<b>898,20</b>	Допы
К	Масло сливочное порц. (НА 100 гр.)	50	0,50	82,50	0,80	<b>747,70</b>	Допы
К	Помидор свежий порц (НА 100 гр.)	50	1,10	0,20	3,80	<b>21,40</b>	Допы
К	Хрен порц. (НА 100 гр.)	50	2,50	14,70	7,60	<b>172,70</b>	Допы
К	Яблоко порц. (НА 100 гр.)	190	0,40	0,40	9,80	<b>44,40</b>	Допы
К	Соусы в ассортименте порц. (НА 100 гр.)	50	0,83	-	13,50	<b>57,32</b>	Допы
К	Мед порц. (НА 100 гр.)	50	0,80	-	80,30	<b>324,40</b>	Допы

К	Свежевыжатый сок сельдереевый (НА 100 гр.)	200	0,90	0,10	2,10	<b>12,90</b>	Соки свеж.
К	Свежевыжатый сок апельсиновый (НА 100 гр.)	200	0,90	0,20	10,30	<b>46,60</b>	Соки свеж.
К	Свежевыжатый сок грейпфрутовый (НА 100 гр.)	200	0,70	0,20	6,50	<b>30,60</b>	Соки свеж.
К	Свежевыжатый сок морковный (НА 100 гр.)	200	1,30	0,10	9,30	<b>43,30</b>	Соки свеж.
К	Свежевыжатый сок яблочный (НА 100 гр.)	200	0,40	0,40	9,80	<b>44,40</b>	Соки свеж.
К	Панакота с клубничным соусом (НА 100 гр.)	90/70	2,45	15,48	16,93	<b>216,84</b>	Десерты
К	Яблочный штрудель с мороженым (НА 100 гр.)	1/105	52,81	10,25	21,14	<b>388,01</b>	Десерты
К	Шоколадный Фондан (НА 100 гр.)	100/50	6,80	26,73	29,18	<b>384,45</b>	Десерты
К	Клубничный смузи с мороженым ( 100 гр.)	250	1,15	3,26	21,93	<b>121,62</b>	Десерты

Расчет пищевой и энергетической ценности сделан (если не указано другое) на 100 г готового блюда.

Все данные рассчитаны с помощью справочника химического состава продуктов, на основе реальных рецептур.

Компания не несет ответственности за точность информации, полученной из других источников вне компании.

Информация о блюдах, приведенная в таблице, отражает меню ресторанов компании на настоящий момент и может отличаться от других печатных материалов.

Рецептура и состав блюд периодически меняется и может влиять на пищевую и энергетическую ценность каждого блюда меню. Кроме того, влияние могут оказывать и сезонные различия.

Блюда, представленные в таблице, не содержат пищевых добавок, биологически активных добавок, консервантов, антиокислителей, а также компонентов, полученных с применением генно-инженерно-модифицированных организмов.

Вся информация является верной на момент публикации, но может меняться без предварительного уведомления.