

Мансарда

видовой ресторан

ТАБЛИЦА
КАЛОРИЙНОСТИ БЛЮД

ТАБЛИЦА КАЛОРИЙНОСТИ БЛЮД

	Выход блюд, г	Пищевая ценность на порцию			Энергетическая ценность на порцию, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
АПЕРИТИВЫ					
Ассорти итальянских аперитивов	310	59,06	97,11	15,63	1172,75
Овечий сыр с трюфелем	40	8,80	8,00	0,00	112,00
Итальянский козий сыр	40	10,00	14,00	0,70	176,80
Салами тоскано с трюфелем (100гр)	40	6,40	17,60	0,00	184,00
Чоризо (100гр)	40	6,00	18,40	0,10	196,00
Маринованные оливки (100гр)	100	1,06	17,30	4,05	176,14
Оливки чупадетос	100	1,40	14,00	3,70	149,00
Маринованные пепперончини с сыром (100гр)	100	4,36	17,82	3,69	192,50
Испанский хамон (36мес)	50	34,8	16,1	1,3	240,00
Паштет из печени кролика с бриошью	100/30/80	23,4	45,08	60,11	739,76
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Буррата с трюфелем и томатами	200/235/1	36,13	77,13	17,49	908,57
Мурманский морской ёж 1шт	1шт/5/20	4,87	1,38	1,01	35,90
Устрица свежая	1шт /10/10/10	7,6	1,6	19,5	122,6
Черная икра астраханского осетра 25грс оладьями	25/20/40	14,50	37,21	17,55	463,65
Красная дальневосточная икра кеты 25гр с оладьями	50/20/40	23,95	44,51	14,10	552,75
Битые огурцы с кальмарами и адамаме	175	20,26	14,81	16,98	282,25
Белые грибы маринованные со сметаной	80/8/30	3,2	9,42	3,19	110,3
Белые грибы маринованные с маслом	80/8/10	2,51	10,32	2,26	111,92
Грузди соленные со сметаной	80/8/30	1,92	9,5	2,79	104,3
Грузди соленные с маслом	80/8/10	1,23	10,4	1,86	105,92
Томат с крабом и страчателлой	235	12,35	15,22	6,56	212,64
Вителло тоннато	150	26,41	19,59	1,90	268,09
RAW BAR					
Ассорти крудо	150	25,06	20,85	3,54	302,07
Средиземноморское крудо из дорадо с маринованным виноградом	130	22,24	14,77	12,64	272,43
ТАРТАР					
Тартар из лосося с авокадо и красной икрой	180	21,57	26,00	10,08	360,64
Тартар из тунца с авокадо и томатами	155	20,42	21,14	5,56	294,20
Тартар из говядины с кампотским перцем и картофельными чипсами	110/25	19,66	34,17	25,30	487,37

	Выход блюд, г	Пищевая ценность на порцию			Энергетическая ценность на порцию, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
СЕВИЧЕ					
Севиче из сибаса с кремом из батата и соусом тайгер милк	180	13,95	6,37	13,87	168,59
Севиче из тунца с томатами и кимчи	170	21,48	7,55	11,49	199,79
КАРПАЧЧО					
Карпаччо из лосося в азиатском стиле с выдержанным соевым соусом	170	21,33	18,05	1,45	253,56
Карпаччо из тунца с дрессингом из лайма и оливковым маслом	210	30,19	15,16	4,78	276,28
Карпаччо из говядины с тапенадом из оливок	95/30	18,09	19,03	1,97	251,57
Карпаччо из сахалинского гребешка с черным трюфелем	110	12,28	3,13	1,56	83,51
САЛАТЫ					
Запеченая свекла с вишней и козым сыром	210	5,10	24,28	26,28	344,04
Домашний итальянский салат со спелыми томатами и авокадо	290	3,36	29,13	12,71	326,46
Деревенский греческий салат из свежих овощей с Фетой	250/50	9,79	28,9	22,55	389,44
Оливье с перепелкой	280	27,05	30,02	23,45	472,16
Салат с хрустящими баклажанами	280	12,35	77,08	43,26	816,22
Теплый салат с морепродуктами, сельдереем и томатами черри	260	30,94	9,68	3,68	225,58
Салат с тунцом и яйцом пашот	205	10,88	27,41	28,58	404,54
Цезарь с креветками	220	36,70	83,90	16,10	767,90
Цезарь с цыпленком	250	36,28	90,73	18,49	891,70
Стейк-салат из говядины в азиатском стиле	160	25,43	32,01	30,38	511,32
Азиатский салат с морепродуктами	155/70	14,70	50,10	8,60	543,90
Овощной салат с узбекскими томатами и ялтинским луком	230	2,33	9,60	11,48	141,64
Зеленый салат с кремом из авокадо и маринованным редисом	250	8,75	18,69	22,74	294,17
Салат с томатами, авокадо и фалангой краба	250	15,50	8,00	10,00	173,90
Теплый салат с осьминогом и печеным перцем	285	18,30	41,59	25,10	547,91
ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ					
Дим сам со свиной и креветкой	180	18,4	18,07	29,01	352,3
Спринг-роллы с креветкой	165/5	6,00	25,90	54,03	474,11
Креветка в темпуре с соусом васаби	115	16,60	26,18	33,33	435,70
Язычки ягненка с лаймовым йогуртом	160	26,54	16,72	11,52	302,71

ТАБЛИЦА КАЛОРИЙНОСТИ БЛЮД

	Выход блюд, г	Пищевая ценность на порцию			Энергетическая ценность на порцию, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Запеченный батат с трюфельной страчателлой и соусом унаги	150	11,66	17,96	30,08	328,59
Оладушки из кабачков со слабосоленным лососем	95 / 60 / 35	27,45	33,95	43,19	588,08
Дальневосточный гребешок с цветной капустой и щучьей икрой	170	20,48	34,02	11,41	433,71
Неаполитанская пармиджана из баклажанов	320	20,58	22,05	12,00	328,80
Клешни краба в темпуре со сметаной и двумя видами икры	210	33,57	33,05	15,71	494,53
Запеченные фаланги дальневосточного краба с тимьяном и домашним маслом 2 шт	75 / 25 / 35	12,78	39,14	0,00	454,72
НА КОМПАНИЮ					
Ассорти морепродуктов на гриле	850 / 70 / 50	311,4	278	29,5	3865,00
Целый мурманский краб, 100г	100	12,24	23,22	17,47	327,87
РОЛЛЫ И НИГИРИ					
Ролл филадельфия с лососем	235 / 50 / 30	16,59	16,24	78,16	525,17
Ролл филадельфия с угрем	200 / 50 / 30	19,34	24,59	64,85	558,05
Ролл калифорния с угрем	240 / 50 / 30	26,87	14,05	84,23	570,87
Ролл калифорния с лососем	240 / 50 / 30	26,87	8,89	83,03	519,63
Ролл калифорния с крабом	215 / 50 / 30	17,30	7,30	88,98	490,80
Ролл с острым тунцом	175 / 50 / 30	26,71	14,40	80,94	560,20
Запеченный ролл с угрем	275 / 50 / 30	22,3	22,77	65,82	557,42
Ролл с креветкой темпура	190 / 75	18,59	3,62	51,07	311,19
Суши с лососем	30 / 50 / 30	4,60	1,50	8,10	79,15
Суши с креветкой	30 / 50 / 30	9,90	0,43	16,47	109,35
Суши с угрем	30 / 50 / 30	4,60	3,70	10,65	104,80
Суши с тунцом	30 / 50 / 30	5,41	0,87	10,10	76,37
Суши с крабом	30 / 50 / 30	10,08	1,08	16,47	115,90
САШИМИ					
Сашими досось	50 / 75 / 20	16,70	4,34	6,20	128,17
Сашими гребешок	50 / 75 / 20	14,67	1,29	6,20	95,12
Сашими угорь	50 / 75 / 24	16,97	11,99	10,54	218,00
Сашими тунец	50 / 75 / 20	17,57	0,79	6,20	102,22
Сашими краб	50 / 75 / 50	14,31	2,12	7,10	104,75
Сашими ролл	154 / 75	22,32	3,52	6,55	147,22
СУПЫ					
Бульон из фермерского цыпленка	300	42,2	21,86	13,02	417,62
Борщ с говядиной и пампушкой	380 / 40 / 28	25,08	25,95	29,36	451,31
Суточные щи с говядиной	350 / 30	12,53	18,31	18,22	287,81
Скандинавский сливочный суп с лососем	350	20,51	37,20	16,26	481,92

	Выход блюд, г	Пищевая ценность на порцию			Энергетическая ценность на порцию, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
СУПЫ					
Том ям с креветками	400 / 30	25,72	29,52	34,27	505,60
Суп с вонтонами из креветок, пакчой и ягодами	360	45,77	31,59	41,87	634,88
Окрошка на квасе с говядиной	350	13,90	16,80	18,50	287,95
Холодный борщ	350	14,00	14,00	16,25	256,20
Гаспачо	350	2,80	10,50	16,10	164,50
Гаспачо с крабом	350	22,50	80,50	108,50	1281,00
ПИЦЦА					
Маргарита	240	24,49	27,21	46,59	521,36
С чоризо	240	28,55	43,64	45,12	687,42
С мортаделлой и бурратой	350	53,28	77,08	53,61	1121,26
С артишоками и тунцом	300	36,63	27,43	50,09	593,78
С хамоном	240	32,28	35,74	45,64	633,30
ПЕЧЬ					
Римская фокачча	180	13,91	11,33	89,54	568,72
Римская фокачча со страчателлой и томатами	390	30,33	63,19	100,10	1090,48
Римская фокачча с кантабрийским анчоусом	390	34,11	64,27	100,10	1115,26
Римская фокачча со страчателлой и черным трюфелем	360	41,20	49,00	92,80	977,50
Хлебная корзина	160 / 20	18,22	31,35	110,24	795,99
ПАСТА И РИЗОТТО					
Спагетти с помидорини и базиликом	370	13,68	16,00	62,48	48,63
Тальюлини с черной икрой	235 / 25	31,95	60,5	58,5	905,8
Тальюлини с черным трюфелем, сливочным соусом и пармезаном	300	31,41	65,28	69,45	990,95
Спагетти с сибасом и вонголе	370	36,95	28,00	44,43	577,48
Спагетти с артишоками, креветками и солеными лимонами	360	27,88	42,60	55,50	716,87
Спагетти с морепродуктами	550	37,38	30,08	62,51	670,28
Канделле с томленой говядиной и соусом качо пепе	245	50,26	59,95	48,22	933,43
Ризотто с белыми грибами	300	11,26	58,61	28,53	686,71
Ризотто с морепродуктами	335	27,02	57,4	33,15	757,28
Сливочное ризотто с тартаром из говядины	160 / 40	31,40	63,13	50,24	894,70
Казарече с лососем	340	38,11	66,42	47,92	941,96
Равиоли с кроликом и шалфеем	190	36,56	72,37	46,41	983,24
Равиоли с телятиной, пармезаном и черным трюфелем	150	14,23	46,55	27,46	585,69
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА					
Стейк из тунца со свеклой и лесной брусничкой	235	33,64	13,65	38,08	409,74

	Выход блюд, г	Пищевая ценность на порцию			Энергетическая ценность на порцию, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА					
Палтус со спаржей и соусом шампань	95 / 60 / 80	24,53	47,37	6,41	490,69
Лосось мисо с авокадо и соусом васаби	220	32,31	55,7	11,54	676,65
Пирог с томленой говядиной, белыми грибам и трюфельным соусом	500	78,37	120,18	103,31	1808,36
Крабкейк из камчатского краба с жареными кабачками	120 / 60 / 150 / 55	32,49	55,75	38,68	786,44
Сибас по- сицилийски	800	84,39	74,2	72,39	1294,93
Средиземноморская дорадо с базиликом и брокколи	110 / 25 / 50 / 30	69,03	39,66	10,40	674,60
Филе цыпленка в лимонном соусе с каперсами и картофелем	365 / 40	56,16	69,74	56,25	1077,33
Осьминог на гриле с томатным соусом наполи, оливками каламата и каперсами	290	26,19	27,54	23,16	445,34
Чёрная треска с сельдереем и томатами	245	25,06	23,6	29,04	428,76
Креветки с картофельным пюре и томатами	270	23,54	29,3	27,3	467,09
Краб с белыми грибами и соусом берблан	355	33,33	70,11	35,48	906,25
Котлеты из индейки с картофельным пюре и грибным соусом	170 / 170 / 50	30,88	68,32	43,15	911,00
Сибас со спаржей и соусом берблан	480	63,87	81,17	20,10	1066,37
Утиная ножка конфи с картофельными нюкками и трюфелем	300	63,35	73,47	65,51	1176,69
Телячьи щеки с картофельным гратеном и огурцами по-норвежски	255	70,22	66,1	61,49	1245,08
Бефстроганов с картофельным пюре	410	36,15	106,50	33,20	1243,30
Филе россини с фуа-гра и черным трюфелем	50 / 130 / 20 / 50 / 1	39,05	20,64	10,55	384,2
Стейк из вырезки с соусом шалот	130 / 60 / 80	40,69	41,45	21,14	620,34
Стриплойн с черным перцем и жареным ромейном	250 / 85 / 60 / 35	65,6	88,19	35,21	1180,82
ГРИЛЬ					
Кальмар	105 / 35 / 50	22,22	18,67	7,10	276,33
Филе лосося	95 / 40	24,8	24	2,9	327
Сибас	1шт / 40 / 60	77,6	34,3	10,8	662
Аргентинские креветки на гриле	140 / 60	0,72	8,96	6,55	109,72
Филе миньон	250	42,3	39,79	0	446,32
Рибай стейк	300 / 60	42,86	30,97	2,18	458,9
МЯСО СУХОГО ВЫЗРЕВАНИЯ					
Рибай, 100 гр	100 / 10	18,89	9,42	1,52	166,40
Тибон, 100 гр	100 / 10	33,89	11,29	1,52	243,26
ГАРНИРЫ					
Картофель фри с пармезаном	95 / 35	4,00	13,60	42,46	309,12

	Выход блюд, г	Пищевая ценность на порцию			Энергетическая ценность на порцию, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ГАРНИРЫ					
Овощи гриль	135	2,60	7,60	10,30	120,20
Запеченный картофель	160	4,00	10,00	33,00	236,00
Брокколи на пару/ на гриле	100	2,65	0,33	3,68	28,24
Картофельное пюре	150	7,74	36,80	55,36	583,47
Картофельное пюре с черным трюфелем	180	2,97	73,76	18,65	750,36
Жареные кабачки	220	4,70	24,90	16,40	308,50
Спаржа	80	2,20	10,00	3,80	115,00
Шпинат	85	4,30	16,00	4,30	179,20
ДЕСЕРТЫ					
Наполеон	180	6,20	18,70	42,60	362,80
Крем-брюле с ягодами	135	4,93	30,81	23,84	392,33
Вишня и шоколад	65/40	4,4	21,3	43,3	382,70
Медовик со сметанным кремом и свежей клубникой	150	4,64	27,64	49,78	466,38
Тирамису	185	24,49	36,89	44,31	607,21
Панна-котта со свежими ягодами	174	3,13	29,31	22,7	367,11
Тарталетка с голубикой	225	8,19	33,59	58,82	570,49
Миндальный торт с манго	160/40/2	12,13	39,37	44,01	578,85
Тарталетка с малиной	205	8,66	36,90	59,83	606,06
Итальянская сырная тарелка	100/20	45,10	40,72	48,83	742,00
Ассорти из ягод	400	3,00	1,75	26,15	132,35
Ассорти из сорбетов	900	5,02	1,93	164,01	693,48
Конфета фундучная	14	1,06	5,10	11,31	95,35
Конфета кофейная	20	1,39	5,77	11,82	104,74
Конфета трюфель	15	1,46	7,36	20,54	154,28
МОРОЖЕНОЕ, 1 ШАРИК					
Ваниль	50/1	1,76	5,53	16,84	124,80
Клубничное	50/1	1,70	5,74	15,58	123,50
Йогуртовое	50/1	1,70	5,74	15,58	123,50
Фисташковое	50/1	1,70	5,74	15,58	123,50
Шоколадное	50/1	2,31	6,32	18,45	139,75
СОРБЕТ, 1 ШАРИК					
Апельсин	90/100	0,98	0,27	32,21	135,18
Груша	60/100	0,58	0,32	28,70	120,00
Лайм	90/60	0,88	0,32	24,50	104,40
Мандарин	60/50	0,66	0,24	21,30	90,00
Маракуйя	50/50	1,35	0,30	20,70	90,90
Яблоко	90/100	0,57	0,48	36,60	153,00

