ООО "СЕРВАНТЕС"

Ресторан «Ресторан Сервантес»

27.10.2026

Составлен на основании тех. карты и справочника пищевой ценности продукта

Пищевая и энергетическая ценность продукции компании Ресторан Сервантес

№	Наименование блюда	Размер	Выход блюда, кг.	Содержание в 100 г. блюда					Содержание в 1 порц. блюда				
				Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	кДж	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	кДж
1	Сало, 50 гр		0,0500	90	2	0	820	3420	45	1	0	410	1710
2	+1 яйцо к яичнице		0,0340	10	12	0,5	140	590	3,5	4	0,2	50	200
3	Авокадо 20 гр.		0,0267	20	2	7	220	900	5,5	0,5	2	60	240
4	Айоли 50 гр.		0,0500	61	2	4,5	570	2400	30	1	2,5	290	1200
5	Бекон 50 гр.		0,0520	37	13	0	380	1610	19	7	0	200	840
6	Бефстроганов с картофельным пюре, 250 гр		0,3627	9	5,5	5	120	520	33	20	19	450	1870
7	Блинчики с форелью и творожным сыром, 200 гр		0,2708	3	11	17	140	590	8	31	47	380	1590
8	Блинчики, 90 гр		0,0900	3	5,5	29	160	680	2,5	5	26	150	610
9	Болгарский перец 50 гр		0,0500	0,1	1,5	5	25	110	0,1	0,5	2,5	15	55
10	Борщ с говядиной, 250 гр		0,3710	17	3,5	4,5	190	780	63	14	17	690	2880
11	Валенсиана, 400 гр		0,4420	12	6	29	240	1020	51	26	128	1080	4510
12	Варенье из брусники 50 гр.		0,0500	0,5	0,5	58	240	1000	0,3	0,4	29	120	500
13	Варенье из облепихи 50 гр.		0,0500	5,5	1	55	270	1140	2,5	0,5	28	140	570
14	Варенье из смородины 50 гр.		0,0500	0,1	0,5	70	280	1190	0,1	0,3	35	140	590
15	Вафли, 200 гр		0,1650	7	2	18	140	600	12	3,5	29	240	990
16	Ветчина 50 гр.		0,0500	10	17	0	160	660	5	8,5	0	80	330
17	Винная тарелка, 450 гр		0,3766	27	15	16	360	1520	100	55	62	1370	5720
18	Вяленые томаты, 100 гр		0,1011	3	14	43	260	1070	3	14	43	260	1080
19	Говядина в горшочках по-карельски, 300 гр		0,1981	6,5	8,5	7	120	510	13	17	14	240	1010
20	Голубика 30 гр.		0,0300	0,5	1	7	35	150	0,2	0,3	2	10	45
21	Горчица 50 гр.		0,0500	13	10	5	180	740	6,5	5	2,5	90	370
22	Грецкий орех 30 гр.		0,0300	61	16	11	660	2750	18	5	3,5	200	820
23	Грибы 50 гр.		0,0500	1	4	1	30	120	0,5	2	0,5	15	60
24	Десерт ДР		0,0000	22	5,5	48	410	1720	0	0	0	1	1
25	Дор Блю 50 гр.		0,0500	36	20	0	400	1690	18	10	0	200	850
26	Зеленый салат с ростбифом, 210 гр		0,2400	3,5	3	5,5	65	280	9	7,5	13	160	670
27	Зелень 50 гр.		0,0500	0,5	3	6	40	170	0,3	1,5	3	20	85
28	Испанская мясная котлета, 320 гр		0,4458	11	8,5	3,5	150	620	50	37	16	660	2770
29	Испанская паста, 280 гр		0,2915	13	13	34	310	1290	38	39	100	900	3770
30	Испанская тарелка, 400 гр		0,2704	15	15	16	260	1070	39	41	44	690	2890
31	Испанский язык, 200 гр		0,2808	7,5	8	6,5	130	530	21	22	19	350	1480
32	Калитка с пюре, 110 гр		0,0900	12	4	23	220	910	11	3,5	21	200	820
33	Калитка с форелью, 110 гр		0,1435	12	7	15	200	820	17	10	21	280	1180
34	Карбонара, 330 гр		0,3458	17	15	28	330	1360	58	52	98	1130	4720
35	Карельская форель с брокколи		0,3060	5	11	2	95	400	15	32	6,5	290	1220
36	Картофель фри, 150 гр		0,2310	44	1	9	430	1810	101	2,5	21	1000	4180
37	Каша гречневая, 250 гр		0,1000	3	13	57	310	1280	3	13	57	310	1280
38	Каша овсяная, 250 гр		0,0700	6	12	62	350	1460	4	8,5	43	240	1030
39	Кетчуп 50 гр.		0,0500	0	1	12	60	250	0	0,5	6	30	130
40	Клубника 100		0,1000	2	1,5	15	85	350	2	1,5	15	85	350
41	Конфитюр из брусники		0,0500	0,5	0,5	58	240	1000	0,3	0,4	29	120	500
42	Креветки 50 гр.		0,0500	1,5	0,3	21	100	420	1	0,2	11	50	210
43	Креветки на гриле, 180 гр		0,1700	19	1	14	230	960	32	1,5	24	390	1630
44	Крема-каталана, 150 гр		0,1518	12	4,5	19	200	830	18	7	29	300	1260
45	Креп сюзетт, 180 гр		0,2350	4	2	33	180	730	9	4,5	78	410	1730

46	Куриная грудка, 350 гр		0,3480	5,5	12	3	110	460	19	42	11	380	1600
47	Куриное филе 50 гр		0,0500	2	24	0,4	120	480	1	12	0,2	60	240
48	Куриный суп, 250 гр		0,3260	2	7	5,5	70	280	6,5	23	18	220	930
49	Лохикейто, 250 гр		0,3430	15	6	8	190	790	51	20	28	650	2710

№	Наименование блюда	Размер	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал.	кДж	Жиры, г.	Белки, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал.	кДж
				Содержание в 100 г. блюда					Содержание в 1 порц. блюда				
50	Лук 50 гр.		0,0500	0,2	1,5	8	40	160	0,1	0,5	4	20	80
51	Майонез 50 гр		0,0510	67	2	4	630	2620	34	1	2	320	1340
52	Манчего 50 гр.		0,0500	40	25	1	460	1940	20	13	0,5	230	970
53	Маринера, 400 гр		0,5490	16	7	28	280	1190	88	37	155	1560	6530
54	Масло для хлеб тарелки		0,0500	72	1	1	660	2740	36	0,5	0,5	330	1370
55	Мед 50 гр.		0,0500	0	0,3	80	320	1340	0	0,2	40	160	670
56	Мидии, 270 гр		0,2900	2	11	3	75	300	5,5	31	9	210	880
57	Моцарелла в песто 50 гр.		0,0550	20	19	0,5	260	1090	11	10	0,3	140	600
58	Набор Пинчос Амигос, 450 гр		0,4169	9,5	11	14	180	760	39	46	57	760	3190
59	Набор Пинчос Вегетериано, 450 гр		0,4193	10	7,5	17	190	780	41	32	70	780	3260
60	Набор Пинчос Рыбный, 450 гр		0,4308	4	6,5	13	110	480	18	27	57	500	2070
61	Набор Пинчос Сервантес, 450 гр		0,4470	8	8,5	15	170	700	36	39	67	750	3130
62	Овощи гриль, 150 гр		0,1478	7	2	4	85	360	10	2,5	6	130	540
63	Овощи на пару, 150 гр		0,1378	0,2	1,5	4,5	25	110	0,2	2,5	6	35	150
64	Огурцы 50 гр.		0,0500	1	0,1	2,5	20	75	0,4	0,1	1,5	10	35
65	Оладьи с вешенками, 235 гр		0,2456	13	4,5	16	200	840	32	11	39	490	2050
66	Оладьи с форелью и яйцом пашот, 300 гр		0,2648	12	8	10	180	750	32	21	26	480	2000
67	Оливки маринованные, 100 гр		0,1000	24	1,5	19	300	1240	24	1,5	19	300	1240
68	Оливье с ростбифом, 200 гр		0,2750	8,5	2,5	5,5	110	450	23	6	15	290	1230
69	Омлет под сырной шапкой с креветками, 300 гр		0,3240	12	7,5	9	170	710	38	25	28	550	2310
70	Острая добавка 5 мл		0,0050	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1
71	Пармезан 50 гр.		0,0510	28	33	0	380	1610	14	17	0	200	820
72	Паста с креветками, 340 гр		0,3545	9,5	14	32	270	1120	34	49	114	950	3990
73	Паста с морепродуктами, 340 гр		0,3285	4	20	35	260	1080	13	67	115	850	3540
74	Пататас бравас, 150 гр		0,3036	33	1,5	11	350	1450	101	4	33	1050	4410
75	Паэлья Микс, 500 гр		0,6300	9,5	9,5	25	220	920	58	61	155	1390	5820
76	Пинчос с авокадо и форелью, 90 гр		0,0920	11	6	14	180	740	10	5,5	13	160	680
77	Пинчос с блючиз, 90 гр		0,0900	22	8	13	280	1170	20	7	12	250	1050
78	Пинчос с грушей и горгондзолой, 90 гр		0,1050	14	8	14	210	880	14	8,5	14	220	930
79	Пинчос с моцареллой, вялеными томатами 90 гр		0,0869	9,5	15	25	250	1040	8,5	13	22	220	900
80	Пинчос с паштетом и клюквой, 90 гр		0,0898	4	10	13	130	530	3,5	9	12	110	470
81	Пинчос с редисом и фетой, 90 гр		0,0700	12	10	15	200	850	8	7	10	140	590
82	Пинчос с севиче из дорадо, 90 гр		0,0638	3	10	17	140	570	2	6,5	11	85	370
83	Пинчос с тапенадой, 90 гр		0,0900	2,5	3	14	85	360	2	2,5	12	80	330
84	Пинчос с тунцом, 90 гр		0,0948	1	6	12	80	340	1	6	11	75	320
85	Пинчос с уткой и страчателлой, 90 гр		0,1021	11	19	12	220	940	11	19	12	230	960
86	Пинчос с форелью и каперсами, 90 гр		0,0903	2,5	8	11	100	420	2,5	7,5	10	90	380
87	Пинчос с чоризо, 90 гр		0,0910	17	12	12	250	1040	16	11	11	230	950
88	Пицца Маргарита, 400 гр		0,4055	2,5	4	6,5	65	260	10	15	26	260	1070
89	Пицца Реус, 400 гр		0,4160	1,5	3	5,5	45	190	5,5	12	23	190	810
90	Пицца четыре сыра		0,4500	11	11	3	160	660	51	50	13	710	2960
91	Пломбир 100		0,1000	2	1,5	15	85	350	2	1,5	15	85	350
92	Пюре картофельное, 150 гр		0,1500	6,5	1,5	10	100	440	9,5	2,5	15	160	650
93	Рис отварной, 150 гр		0,1500	0,4	0,1	80	320	1360	0,5	0,2	120	490	2030
94	Салат Манчего, 250 гр		0,2500	10	6	4,5	130	550	25	15	11	330	1380

95	Салат с баклажанами		0,2600	3,5	4,5	7,5	80	340	9	12	19	210	870
96	Салат с креветками и авокадо, 300 гр		0,2300	6	5	11	120	500	14	12	25	270	1140
97	Салат с тунцом, 200 гр		0,1750	11	13	2,5	160	670	19	23	4	280	1170
98	Салат с уткой и жареной тыквой, 300 гр		0,3020	4	6,5	5	85	350	13	19	15	250	1060
99	Сальчичон 50 гр.		0,0475	34	17	1	380	1580	16	8	0,5	180	750
100	Сгущ молоко 50 гр.		0,0500	9	7	56	330	1390	4,5	3,5	28	170	700
№	Наименование блюда	Размер	Выход блюда, кг.	Содержание в 100 г. блюда					Содержание в 1 порц. блюда				
				Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	кДж	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	кДж
101	Сливки взбитые 30 гр		0,0350	20	2,5	16	250	1070	7	1	5,5	90	370
102	Сметана 50 гр.		0,0500	20	3	3	200	850	10	1,5	1,5	100	430
103	Соленый огурец 50 гр		0,0500	0	3	1,5	15	70	0	1,5	0,5	10	35
104	Сосиски 60 гр		0,0600	23	11	2	260	1080	14	6,5	1	160	650
105	Соус Сацибели 50 гр		0,0500	1	1	4	30	120	0,5	0,5	2	15	60
106	Соус тартар 50 гр.		0,0500	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1
107	Соус Цезарь 50 гр		0,0500	58	5,5	4	560	2340	29	2,5	2	280	1170
108	Стейк из вырезки, 270 гр		0,2490	11	8,5	1	140	580	27	21	3	340	1430
109	Стейк свиной, 350 гр		0,3360	18	7	9,5	230	950	60	23	31	760	3180
110	Судак на подушке из овощей, 300 гр		0,2685	15	7,5	3	180	750	41	21	8	480	2010
111	Сыр 50 гр.		0,0500	20	26	0	280	1190	10	13	0	140	590
112	Сырники домашние, 150 гр		0,1400	5	19	16	180	770	7	27	22	260	1080
113	Сыровяленый свиной окорок, 50 гр		0,0500	10	20	0	170	710	5	10	0	85	360
114	Сытный завтрак, 230 гр		0,2300	19	11	10	260	1080	44	24	24	590	2480
115	Сэндвич с ветчиной и сыром, 190 гр		0,1924	9	9,5	18	190	800	17	19	35	370	1550
116	Сэндвич с ростбифом, 190 гр		0,1940	2,5	4	15	95	410	5	7,5	29	190	790
117	Творожный сыр 40 гр		0,0400	3	18	18	170	720	1	7	7	70	290
118	Тертый шоколад		0,0300	35	6	48	530	2220	11	2	14	160	670
119	Тертый шоколад 50 гр.		0,0300	35	6	48	530	2220	11	2	14	160	670
120	Томат 50 гр.		0,0500	0,2	6	4	40	170	0,1	3	2	20	85
121	Томатный соус 50 гр.		0,0500	0	0,2	5,5	25	95	0	0,1	3	10	50
122	Томатный суп с морепродуктами, 250 гр		0,3880	4	10	13	130	550	16	40	50	510	2130
123	Топпинг Карамель 50 гр.		0,0500	0,5	0,5	77	310	1320	0,3	0,3	39	160	660
124	Топпинг Карамель 50 гр.		0,0500	0,5	0,5	77	310	1320	0,3	0,3	39	160	660
125	Фитнес завтрак, 230 гр		0,1996	15	10	6,5	200	820	29	20	13	390	1640
126	Форель слабой соли, 100 гр		0,1008	3	10	0,1	65	280	3	10	0,1	65	280
127	Французский омлет, 150 гр		0,1568	12	9,5	7,5	170	720	18	15	12	270	1130
128	Фруктовая тарелка, 450 гр		0,3550	0,3	0,5	14	60	250	1	2	49	220	900
129	Фуэт 50 гр.		0,0500	32	24	0	380	1610	16	12	0	190	800
130	Хлеб натертый томатами с чесноком		0,0450	4	7	45	240	1030	2	3	20	110	460
131	Хлебная тарелка, 190 гр		0,1800	21	1,5	7	220	910	37	2,5	12	390	1640
132	Цезарь с креветками, 250 гр		0,2450	20	6	8	240	990	49	14	20	580	2420
133	Цезарь с курицей, 250 гр		0,3200	16	15	2,5	210	880	51	47	7,5	680	2820
134	Чеснок 30 гр.		0,0300	0,5	7	30	150	640	0,2	2	9	45	190
135	Чизкейк баскский, 200 гр		0,2162	8,5	8,5	22	200	850	19	18	48	440	1830
136	Чоризо 50 гр.		0,0500	45	24	0	500	2100	23	12	0	250	1050
137	Чуррос, 200 гр		0,1600	11	3,5	36	250	1060	18	5	57	410	1700
138	Шакшука, 250 гр		0,2638	5	7	11	120	500	13	18	30	310	1310
139	Шоколад 100		0,1000	2	1,5	15	85	350	2	1,5	15	85	350
140	Шоколадный соус		0,0500	10	1	48	290	1200	5	0,5	24	140	600
141	Шоколадный фондан, 110 гр		0,0991	1	1	7,5	40	180	1	1	7,5	40	180
142	Щечки с толченым картофелем		0,5020	22	9	5	250	1060	109	46	26	1270	5310
143	Яичница - глазунья, 150 гр		0,1248	9	11	8,5	160	670	11	14	11	200	830