



ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРОДУКЦИИ РЕСТОРАНА CUTTA CUTTA

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж
		г.	г.	г.	ккал.		г.	г.	г.	ккал.	
Содержание в 100 г. блюда						Содержание в 1 порц. блюда					
ЗАВТРАКИ											
Cutta Cutta бургер	0,3390	14	9	20	240	1000	46	30	69	810	3380
Авокадо тост	0,1600	24	3	16	290	1220	38	5	25	470	1960
Апельсин 200 мл	0,2000	0,2	1	8	40	160	0,4	2	16	75	320
Большой австралийский завтрак	0,4120	15	11	9,5	210	890	61	43	39	870	3650
Бриошь	0,0688	23	7,5	36	380	1580	16	5	25	260	1090
Бриошь с яйцом пашот и крабом	0,2447	18	9	13	250	1060	44	22	32	620	2590
Бургер с креветкой	0,3720	8,5	11	20	200	840	32	40	74	740	3120
Бутерброд с красной икрой	0,1397	34	7	19	410	1710	47	10	27	570	2390
Глазунья	0,1200	24	8,5	0,5	260	1070	29	10	0,5	310	1280
Грейпфрут 200 мл	0,2000	0,2	0,5	6,5	30	130	0,4	1,5	13	60	260
Драник с бататом, лосось	0,2810	16	7,5	7	200	850	45	21	20	570	2380
Зеленая гречка	0,1600	21	10	51	440	1830	34	17	81	700	2920
Зеленая гречка, пармезан, яйцо пашот	0,3070	13	11	24	260	1080	40	34	74	800	3330
Зеленый боул	0,2500	8	3	5,5	110	440	20	8	14	260	1100
Индейка, шпинат, киноа	0,3040	11	8,5	5	150	620	32	25	15	450	1880
Краб тост	0,1250	16	9,5	18	250	1040	19	12	22	310	1300
Ленивые вареники, ягоды	0,2200	14	8,5	15	220	910	30	19	32	480	2010
Овсяная	0,1000	3	2,5	21	120	500	3	2,5	21	120	500
Овсянка, яблоки, корица, печенье	0,3870	4	3	11	95	390	16	11	43	360	1510
Омлет	0,1500	7,5	6,5	0,5	95	390	11	9,5	1	140	590
Омлет, краб, томаты	0,2000	10	9,5	1	130	550	20	19	2,5	260	1090
Роти, мортаделла, скрембл	0,2821	13	6,5	2,5	150	620	35	18	7	420	1760
Скрембл	0,1250	9	7,5	0,5	110	470	11	9,5	1	140	590
Скрэмбл тост, козий бри, трюфель	0,2350	16	8	14	240	990	39	19	33	560	2330
Сырники	0,1964	14	10	13	220	920	28	20	25	430	1800
Тартин	0,0800	2,5	7,5	48	240	1020	2	6	38	190	810
Шакшука	0,3640	4,5	5,5	9,5	100	420	17	20	34	370	1540

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж
		г.	г.	г.	ккал.		г.	г.	г.	ккал.	
Содержание в 100 г. блюда						Содержание в 1 порц. блюда					
МЕНЮ											
Австралийский пирог	0,5420	11	8,5	11	170	720	57	45	58	930	3 8 9 0
Батат фри, масло из трав	0,2500	39	3,5	16	430	1810	98	8,5	41	1080	4 5 3 0
Бриошь	0,0650	25	8,5	40	420	1750	16	5,5	26	270	114 0
Брискет, картофельное пюре, горчица	0,3370	26	15	11	330	1400	87	50	36	1130	4 7 1 0
Брокколи, сливовый кетчуп, семечки	0,1810	11	4	17	190	790	20	7,5	32	340	14 3 0
Бульон с томленной ножкой индейки	0,4000	10	10	12	180	740	40	39	49	710	2 9 8 0
Бургер с говядиной Dry aged	0,3800	17	12	18	270	1130	64	45	69	1030	4 3 1 0
Вагонвилс	0,025	25	4	12	300	1240	6,5	1	3	75	3 1 0
Зеленый салат	0,1800	7,5	2	6	100	420	13	4	11	180	7 5 0
Картофель из печи, масло Dry aged	0,3900	15	2	14	190	810	57	7	54	760	3 1 7 0
Куриный паштет, фисташка, инжирный джем	0,1882	33	7,5	24	420	1760	62	14	45	790	3 3 1 0
Лингвини, грибы белые	0,3590	15	7,5	21	250	1060	54	28	77	910	3 7 9 0
Паппарделле, утиное рагу, пармезан	0,2800	12	18	18	250	1040	33	51	50	700	2 9 2 0
Похлебка с говядиной	0,3130	13	12	4,5	180	770	41	36	14	570	2 4 0 0
Стейк-салат, томаты, перец, ялтинский лук	0,3370	8	3,5	5,5	110	460	28	12	19	370	1 5 6 0
Страчателла, печеные сливы	0,1700	16	6	76	470	1980	27	10	129	800	3 3 6 0
Тартар говядина	0,0882	13	14	2,5	180	760	11	12	2,5	160	6 7 0
Тартар лосось	0,1131	13	10	5,5	180	760	15	12	6	210	8 6 0
Угольная рыба, томаты, каперсы, оливки	0,9770	3,5	7	5	75	320	33	67	47	760	3 1 6 0
Филе миньон, масло с костным мозгом	0,2800	16	9,5	11	220	920	43	26	30	620	2 5 8 0
Фиш & чипс	0,3216	14	8	13	210	880	46	25	41	670	2 8 2 0
Хлеб, сливочное масло Dry aged	0,0710	28	5,5	34	410	1700	20	4	24	290	1 2 1 0
Шу, банановый ганаш, шоколад	0,1	36	3,5	17	410	1700	36	3,5	17	410	1 7 0 0
Яблочный татен, ванильное мороженое	0,28	8	2	17	150	620	22	2	47	410	1 7 3 0

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж
		г.	г.	г.	ккал.		г.	г.	г.	ккал.	
Содержание в 100 г. блюда						Содержание в 1 порц. блюда					
ГРЕЧЕСКОЕ МЕНЮ											
Артишоки, овощи	0,3500	7	2,5	7,5	100	420	24	8,5	26	350	1470
Баклажан саганаки	0,2250	8,5	2,5	7	110	470	19	5,5	16	250	1060
Галактобуреко	0,0000	12	5,5	19	210	890	16	6,5	24	260	1110
Греческая лазанья	0,3320	9,5	7	24	210	880	31	24	80	690	2910
Греческий салат	0,2790	10	3,5	4,5	120	510	27	10	13	340	1420
Дзадзыки	0,0800	5	3	3	70	300	4	2	2,5	55	240
Древнегреческий салат	0,2340	8,5	11	34	250	1060	20	25	79	600	2490
Запеченный йогурт	0,0000	13	4,5	18	200	860	19	6,5	26	300	1240
Кальмары фритто	0,0900	5,5	9,5	13	140	590	5	8,5	12	130	530
Картофель фри, фета	0,1500	13	7	18	230	940	20	11	28	340	1410
Кефтедес говядина	0,4960	11	8,5	3	150	620	56	41	14	730	3060
Козленок, картофель	0,6620	25	23	6,5	340	1430	165	152	43	2260	9470
Креветки саганаки	0,1400	67	16	1,5	670	2810	94	22	2	940	3940
Крем из баклажана	0,0690	12	3,5	6	140	600	8	2,5	4	100	420
Крем из перца	0,1100	7	3,5	7,5	110	440	7,5	3,5	8	120	490
Крудо сибас	0,0610	6,5	12	1,5	120	480	4	7,5	1	70	300
Лопатка ягненка 100 г.	0,1660	24	23	20	390	1620	39	39	34	640	2700
Оливки, томаты, фета	0,1200	14	6	4,5	170	710	17	7	5	200	850
Орзо, осьминог	0,2500	6	11	31	220	930	15	27	77	550	2320
Паста, томаты, фета	0,3070	12	9	19	220	920	37	28	57	680	2830
Перец рамиро, фета	0,1150	8,5	2,5	4,5	100	430	9,5	3	5	120	490
Пита	0,0710	5,5	7,5	33	210	890	4	5	24	150	630
Рисовый пудинг	0,0000	13	3	22	220	900	128	31	219	2160	9020
Рыба меч	0,1260	6,5	16	1,5	130	530	8	20	1,5	160	670
Салат морепродукты	0,3010	5,5	6,5	5	100	410	17	20	16	290	1230
Сибас целый 100 г.	0,1486	6,5	14	20	190	800	9,5	20	29	280	1190
Спанокопита	0,2600	11	7	9	160	680	29	19	23	420	1780
Тапенад	0,0550	15	3	2,5	160	660	8	2	1,5	85	360
Тарамасалата	0,0800	55	3,5	1,5	510	2150	44	2,5	1,5	410	1720
Фава	0,1330	9	12	23	220	930	12	16	31	300	1240
Фаршированный томат	0,2300	0,2	0,5	4	20	90	0,5	1,5	9,5	50	200
Фасоль, томаты	0,3550	5	10	16	150	630	18	35	57	530	2230
Фета саганаки	0,1000	8,5	11	16	190	780	8,5	11	16	190	780
Халуми, изюм	0,0800	18	14	21	300	1260	14	11	17	240	1010
Цуккини фритто	0,1100	2,5	1,5	4	45	180	2,5	1,5	4,5	50	200
Цыпленок, шпинат	0,4000	6,5	9,5	1,5	100	430	26	38	5	410	1700
Черная треска, чечевица	0,4840	6,5	12	13	160	670	31	59	65	780	3250
Шашлык артишок	0,1600	12	2,5	1,5	120	520	19	4	2,5	200	830
Шашлык кальмар	0,1100	8	6	5	120	480	8,5	7	5,5	130	530
Шашлык тунец	0,1651	21	4	7,5	230	970	34	6,5	12	380	1600

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж
		г.	г.	г.	ккал.		г.	г.	г.	ккал.	
Содержание в 100 г. блюда						Содержание в 1 порц. блюда					
ДОПЫ											
Авокадо 50 г.	0,0500	20	2	6	210	890	10	1	3	110	440
Австралийский песто 30 г.	0,0300	48	4	6,5	480	1990	14	1	2	140	600
Англез корица 30 г.	0,0300	16	5	4	180	740	4,5	1,5	1	55	220
Бекон 50 г.	0,0500	37	14	0	390	1620	19	7	0	190	810
Горчичный демиглас 50 г.	0,0500	28	5,5	1,5	280	1170	14	2,5	0,5	140	580
ДОП Зеленый салат 40 г.	0,0400	0	1,5	1,5	10	45	0	0,5	0,5	4	20
Драники 1 шт	0,1200	2	3	14	90	380	2,5	3,5	17	110	450
Икра красная 20 г.	0,0300	1,5	7,5	2	50	220	0,4	2,5	0,5	15	65
Икра черная 10 г.	0,0100	2	12	3,5	75	320	0,2	1	0,3	10	30
Индейка 70 г.	0,0700	7	24	4	180	730	5	17	3	120	510
Кетчуп 50 г.	0,0500	0,1	1	27	100	420	0,1	0,5	14	50	210
Киноа 60 г.	0,0650	7	4,5	22	170	710	4,5	3	14	110	460
Кленовый сироп 20 г.	0,0200	0,1	0	67	260	1090	0	0	13	50	220
Клубника свежая 30 г.	0,0300	0,4	1	7,5	35	150	0,1	0,2	2,5	10	45
Краб 30 г.	0,0300	0	18	0	75	300	0	5,5	0	20	90
Креветка 45 г.	0,0450	2,5	28	1,5	140	570	1	12	0,5	60	260
Лосось слабосоленый 40 г.	0,0400	10	20	0,5	170	720	4	8	0,2	70	290
Манго 30 г.	0,0300	0,3	0,5	12	50	210	0,1	0,2	3,5	15	65
Масло сливочное 50 г.	0,0500	100	0,5	1	910	3790	50	0,3	0,4	450	1890
Масло сливочное 50 г.	0,0500	100	0,5	1	910	3790	50	0,3	0,4	450	1890
Мед 30 г.	0,0300	0	0	80	320	1340	0	0	24	95	400
Мортаделла 40 г.	0,0400	38	24	2	450	1880	15	9,5	1	180	750
Огурец малосоленый 50 г.	0,0300	0,4	1	5,5	30	120	0,1	0,3	1,5	10	35
Огурцы свежие 30 г.	0,0300	0,3	1	2	15	55	0,1	0,2	0,5	4	15
Огурцы 50 г.	0,0550	0,3	1	2	15	55	0,2	0,4	1	5	30
Орех кедровый 20 г.	0,0200	61	12	19	670	2810	12	2,5	4	130	560
Орехи 30 г.	0,0300	62	15	15	680	2840	19	4,5	4,5	200	850
Орзо 120 г.	0,1200	6	7	84	420	1750	7	8,5	101	500	2100
Пармезан 20 г.	0,0200	28	33	0	380	1610	5,5	6,5	0	75	320
Пастроми 30 г.	0,0300	6,5	18	1	140	570	2	5,5	0,3	40	170
Перец чили свежий 20 г.	0,0200	0,3	0	30	120	510	0,1	0	6	25	100
Печенье 2 шт	0,0800	25	4,5	41	410	1700	20	3,5	33	330	1360

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	к Д ж
		г.	г.	г.	ккал.		г.	г.	г.	ккал.	
Содержание в 100 г. блюда						Содержание в 1 порц. блюда					
ДОПЫ											
Свежие ягоды 50 г.	0,0500	0,3	0,5	9	40	170	0,2	0,3	4,5	20	85
Сгущенка 30 г.	0,0300	8,5	7	56	330	1370	2,5	2	17	100	410
Сметана 50 г.	0,0500	30	2,5	3	290	1220	15	1	1,5	150	610
Соленая карамель 30 г.	0,0300	37	1	35	480	1990	11	0,3	10	140	600
Сосиски куриные 80 г.	0,0800	38	24	2	450	1880	31	19	1,5	360	1500
Соус винегрет 50 г.	0,0500	23	1,5	34	350	1470	12	0,5	17	180	730
Соус на крокеты 50 г.	0,0500	11	2,5	19	180	740	5,5	1	9,5	90	370
Соус перечный 50 г.	0,0500	14	4,5	2,5	150	640	7	2,5	1	75	320
Соус соевый 40 г.	0,0300	0	8	8,5	65	270	0	2,5	2,5	20	80
Соус томатный 50 г.	0,0500	0,1	1	23	95	400	0	0,4	12	50	200
Соус тонато 50 г.	0,0500	46	3,5	2	440	1840	23	2	1	220	920
Соус трюфельный демиглас 50 г.	0,0500	4,5	1,5	9,5	85	360	2,5	1	4,5	45	180
Соус чимичури 50 г.	0,0500	57	1	3	530	2200	28	0,4	1,5	260	1100
Страчателла 40 г.	0,0400	35	12	2,5	370	1560	14	5	1	150	620
Сыр пармезан 20 г.	0,0200	28	33	0	380	1610	5,5	6,5	0	75	320
Сыр пекорино 20 г.	0,0200	33	26	0	400	1670	6,5	5	0	80	330
Сыр страчателла 60 г.	0,0400	35	12	2,5	370	1560	14	5	1	150	620
Сыры	0,1350	22	18	18	340	1420	30	24	24	460	1920
Томаты 50 г.	0,0500	0,2	0,5	4	20	90	0,1	0,3	2	10	45
Трюфель 1 г.	0,0010	44	11	6,5	470	1950	0,4	0,1	0,1	5	20
Трюфель 1 г.	0,0010	44	11	6,5	470	1950	0,4	0,1	0,1	5	20
Тунец 50 г.	0,0500	10	20	0,5	170	720	5	10	0,3	85	360
Хлеб	0,0700	30	5,5	34	430	1810	21	4	24	300	1270
Шампиньоны 50 г.	0,0500	0,3	3	3	30	120	0,2	1,5	1,5	15	60
Шарик мороженого	0,0500	17	4,5	14	230	950	8,5	2,5	7	110	470
Шарик сорбета	0,0000	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1
Шпинат 50 г.	0,0500	0,3	3	2	20	95	0,2	1,5	1	10	45
Ягодное варенье 30 г.	0,0300	0,4	1	17	75	320	0,1	0,3	5	25	95
Яйцо пашот	0,0400	9	10	0,5	130	530	3,5	4	0,2	50	210