



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											
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 греческий завтрак	0,4440	16	8	6	200	840	71	35	28	890	3730
Булка с маком	1,0000	2	0,5	5,5	45	190	22	7,5	53	440	1860
Булка с шоколадом	1,0000	2	0,5	6,5	45	180	18	6	63	440	1850
Бургер с креветкой	0,4320	7,5	13	17	190	800	33	56	75	820	3440
Взбитый творог, вишня	0,2250	19	4	17	250	1060	42	9	38	570	2380
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, куриные колбаски, пашот, дзадзики	0,2560	18	11	6	230	950	45	27	15	580	2420
Зеленая гречка, пармезан, яйцо пашот	0,3090	14	11	24	260	1100	42	34	74	810	3390
Зеленый боул	0,3100	11	3,5	5,5	140	590	35	12	18	440	1820
Лепешка бифштекс, крем из перцев, глазунья	0,3260	12	11	11	190	810	39	34	35	630	2650
Лепешка ветчина, яйцо пашот, трюфельный соус	0,2960	13	11	13	210	890	38	33	37	630	2630
Лепешка краб, авокадо, томат	0,2950	11	6	12	170	700	31	18	36	500	2070
Лепешка лосось, яйцо бенедикт	0,3010	16	9	11	230	950	49	27	33	680	2850
Овсянка, яблоки, корица, печенье	0,3870	4	3	11	95	390	16	11	43	360	1510
Омлет	0,1000	10	9	0,5	130	550	10	9	0,5	130	550
Омлет индейка, трюфель	0,2540	13	13	3	180	730	32	33	7	450	1870
Омлет краб, креветка, томат	0,2320	14	9	1	160	680	32	21	2,5	380	1590
Омлет креветка, страчателла	0,3360	14	9	10	200	850	47	31	35	680	2850
Пончик с брусничным джемом	1,0000	1	0,4	3,5	25	100	9	4,5	34	240	990
Пончик с карамельным кремом	1,0000	1	0,5	4	30	120	12	5	38	280	1180
Скрембл	0,1000	10	9	0,5	130	550	10	9	0,5	130	550
Сырники, вишня, сметана	0,2220	16	9,5	14	230	980	35	21	31	520	2180
Тост томленая щечка, пашот, пармезан	0,2160	10	10	14	190	790	22	23	30	410	1700
Френч тост, карамельный крем, ягоды	0,3152	21	4	22	300	1240	66	13	70	940	3910
Чиа пуддинг "Тирамису"	0,1540	12	4,5	13	180	740	18	7	20	270	1140
Шакшука	0,3470	5	6	10	110	450	17	20	34	370	1550

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					

AUSTRALIA FAVORITES

Бургер, яйцо, луковый джем	0,3955	17	13	16	270	1150	69	53	63	1080	4 5 3 0
Зеленый салат	0,2500	5,5	2	5	75	310	14	4,5	12	190	7 9 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	0,3600	15	7,5	21	250	1060	55	28	77	910	3 8 1 0
Стейк рибай на гриле 300 г.	0,3548	16	17	0,3	210	880	56	61	1	750	3 1 4 0
Тартар говядина	0,0882	13	14	2,5	180	760	11	12	2,5	160	6 7 0
Тартар лосось	0,1151	14	10	5,5	190	790	16	12	6,5	220	9 1 0
Утиная ножка, картофель, горошек	1,1820	11	23	2	200	820	126	273	23	2310	9 6 8 0
Яблочный татен, ванильное мороженое	0,1200	8,5	3	15	150	620	10	3,5	18	180	7 4 0

ГРЕЧЕСКОЕ МЕНЮ

Баклажан саганаки	0,2430	7	5	17	150	620	17	12	41	360	15 2 0
Бриошь	0,0650	25	8,5	40	420	1750	16	5,5	26	270	1 1 4 0
Греческая лазанья	0,3370	10	7,5	24	220	910	35	25	80	730	3 0 6 0
Греческие голубцы	0,3820	8,5	7,5	6,5	130	560	33	29	24	510	2 1 3 0
Греческий мильфей, вишня	0,2450	12	4,5	20	200	850	29	11	49	500	2 0 9 0
Греческий пирог с фетой и шпинатом	0,1600	11	7	9	160	670	17	11	14	260	1 0 8 0
Греческий салат	0,2890	9,5	3,5	4,5	120	490	27	11	13	340	1 4 3 0
Дзадзыки	0,0850	9,5	2,5	3	110	450	8	2	2,5	90	3 9 0
Домашняя паста, томаты, фета	0,3120	22	11	10	280	1190	69	35	31	880	3 7 0 0
Древнегреческий салат	0,1900	15	9,5	32	300	1240	28	19	60	570	2 3 6 0
Запеченный йогурт	0,1450	9	4	13	150	630	13	5,5	19	220	9 2 0
Запеченный ягненок, томаты, орзо	0,3200	20	20	23	350	1450	63	63	73	1110	4 6 4 0
Зеленый салат с осьминогом и кальмаром	0,3010	5,5	6,5	5	100	410	17	20	16	290	1 2 3 0
Кальмары фритто	0,0900	5,5	9,5	13	140	590	5	8,5	12	130	5 3 0
Карпаччо сибас, боттарга, лимон	0,0700	2	13	1	75	320	1,5	9	0,5	55	2 2 0
Картофель фри, фета	0,1900	15	7	15	230	950	28	14	29	430	1 8 0 0
Картофельное пюре	0,1650	5,5	2	17	130	540	9,5	3,5	29	210	9 0 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											
Кефтедес говядина	0,5610	13	8	6	180	740	74	46	34	990	4150
Козленок, картофель	0,4370	14	8,5	4,5	180	740	60	37	19	770	3220
Колбаски из баранины, картофель, баклажаны	0,3740	7	7	8,5	120	510	25	26	31	460	1920
Креветки саганаки	0,2000	47	13	1,5	480	2020	94	26	2,5	970	4040
Крем из баклажана	0,0790	12	5	6	150	620	9,5	4	4,5	120	490
Крем из перца	0,1100	7	3,5	7,5	110	440	7,5	3,5	8	120	490
Куриный бульон, орзо, индейка	0,4050	11	10	10	180	740	43	42	42	720	3010
Лосось гриль, руккола, лимон	0,1310	12	16	1,5	170	730	15	21	2	230	960
Оливки, томаты, фета	0,1320	20	5,5	4	220	920	26	7	5	290	1210
Осьминог на гриле, орзо, оливки	0,2550	7,5	11	30	230	970	19	27	77	590	2470
Паста артишок, боттарга	0,2740	17	6	20	260	1080	46	17	55	700	2950
Паста детская	0,2600	14	9,5	24	260	1090	36	25	63	680	2850
Перец рамиро, фета	0,1300	16	2,5	4	170	710	21	3,5	5	220	920
Пита	0,0710	18	6,5	29	310	1300	13	4,5	21	220	920
Сибас на гриле, томат, орегано	0,2800	6,5	11	1,5	110	450	18	32	4	300	1260
Стейк Мачете, фри, дзадзыки	0,3570	17	8	15	250	1030	61	28	53	870	3660
Суп с томленным ягненком	0,4400	12	12	4	180	730	55	52	18	770	3230
Тарамасалата	0,0850	56	3	1,5	520	2190	48	2,5	1,5	450	1870
Фава, томаты, осьминог	0,1450	12	13	21	240	1010	17	19	31	350	1470
Фета саганаки	0,1000	8,5	11	16	190	780	8,5	11	16	190	780
Филе Миньон, шпинат, фета	0,2000	25	15	1	290	1220	51	29	2	580	2440
Халуми, изюм	0,0800	18	14	21	300	1260	14	11	17	240	1010
Хлеб с маслом	0,0650	25	6	37	400	1660	16	4	24	260	1080
Цукини фрито	0,1100	2,5	1,5	4	45	180	2,5	1,5	4,5	50	200
Цыпленок, шпинат	0,6290	7,5	10	1	110	480	49	63	6,5	720	3000
Черная треска, чечевица	0,4590	8	12	12	160	690	36	54	54	750	3150
Чизкейк фета, красный апельсин	0,1950	16	6	6	190	790	31	12	11	370	1540
Шашлык артишок	0,1300	12	3	2,5	130	530	15	3,5	3	160	690
Шашлык кальмар	0,1100	8	6	5	120	490	9	7	5,5	130	540

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
Бекон 50 г	0,0500	37	14	0	390	1620	19	7	0	190	810
ДОП Зеленый салат 40 г	0,0400	0	1,5	1,5	10	45	0	0,5	0,5	4	20
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
Кленовый сироп 20 г	0,0200	0,1	0	67	260	1090	0	0	13	50	220
Краб 30 г	0,0300	0	18	0	75	300	0	5,5	0	20	90
Лосось слабосоленый 40 г	0,0400	10	20	0,5	170	720	4	8	0,2	70	290
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
Огурцы 50 г	0,0550	0,3	1	2	15	55	0,2	0,4	1	5	30
Орехи 30 г	0,0300	62	15	15	680	2840	19	4,5	4,5	200	850
Пармезан 20 г	0,0200	28	33	0	380	1610	5,5	6,5	0	75	320
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
Страчателла 40 г	0,0400	35	12	2,5	370	1560	14	5	1	150	620
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
Шампиньоны 50 г	0,0500	0,3	3	3	30	120	0,2	1,5	1,5	15	60
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