

Ресторан «Plov Project»

24.04.2026

Составлен на основании  
тех. карты и справочника  
пищевой ценности  
продукта

## Пищевая и энергетическая ценность продукции компании

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	Состав
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда				
1	Обед.Гюзлама с цыпленком	0,1500	10	9,5	23	220	15	14	34	330	Мука пшеничная, масло растительное, дрожжи, сахар, соль, масло раст., филе бедра цыпленка, лук епч., чеснок, перец красный, хмели-сунели, сыр Сулугуни, масло слив., сметана, кинза, шпинат, укроп, петрушка, лук красный, зерна граната
2	Обед.Кутаб с бараниной	0,0800	22	14	41	420	18	11	32	330	Мука, масло сливочное, сахар, баранина, зира, перец, лук, кориандр, жир говяжий, масло растительное
3	Обед.Кутаб с грибной икрой	0,0800	25	7	39	400	20	5,5	31	320	Мука пшеничная, масло слив., сахар, соль, лук репч., шампиньоны, вешенки, морковь, чеснок, сахар, соль, перец черный, корица, масло трюфельное, бульон грибной сухой, укроп, петрушка
4	Обед.Кутаб с зеленью	0,0800	17	7	40	340	13	5,5	32	270	Мука, масло сливочное, сахар, шпинат, укроп, петрушка, кинза
5	Обед.Кутаб с луком и яйцом	0,1000	26	11	27	390	26	11	27	390	Мука пшеничная, масло слив., сахар, соль, яйцо куриное, лук зеленый, майонез, перец черный
6	Обед.Кутаб с сыром	0,0800	26	16	35	430	20	13	28	350	Мука пшеничная, масло сливочное, соль, сахар, Сулугуни, укроп, петрушка
											Мука пшеничная, молоко, сахар, соль, дрожжи, яйцо куриное, масло раст.,

7	Обед.Лахмаджун с баклажаном	0,1400	9	5,5	27	210	12	7,5	37	290	баклажаны, сельдерей, лук репчатый, перец болгарский, перец чили, базилик, томатная паста, сливки 33-38%, сыр Фета, сыр Креметта, лук маринованный (лук красный, соль, сахар, уксус винный, краситель пищевой), зёрна граната, укроп, петрушка, кинза
8	Обед.Лепешка тандырная	0,1300	9,5	9	54	330	12	12	70	430	Мука, дрожжи, масло растительное, молоко сухое, кунжут
9	Обед.Самса с говядиной	0,1000	14	15	28	300	14	15	28	300	Мука, яйцо куриное, соль, жир говяжий, говядина, лук, жир говяжий, зира, кориандр, кунжут
10	Обед.Самса с курицей	0,1000	12	12	24	250	12	12	24	250	Мука, яйцо куриное, соль, жир говяжий, филе куриное, лук, кориандр, зира, кунжут