

16.03.2026

Составлен на основании  
тех. карты и справочника  
пищевой ценности  
продукта

## Ресторан «ВЕРШИНА СЧАСТЬЯ»

№	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 блюда
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда				
<b>Рыба и морепродукты</b>											
1	Дорадо на гриле	0,33	17	18	1	230	22	60	3,5	759	Дорадо, соль пищевая, укроп/петрушка, лимоны. Соус базиликовый: базилик, масло растительное, лимон, чеснок.
2	Креветки на гриле	0,22	19	12	1,5	230	42	27	3,5	506	Креветки, Маринад для креветок:, чеснок, перец чили свежий, масло растительное, лимоны, соль пищевая, перец черный молотый, чеснок. Смазывается маслом сливочным, Подается: с лимоном, Соус Песто без орехов:, базилик, масло растительное, сыр пармезан, лимон, соль пищевая, чеснок, укроп/петрушка,
3	Стейк из лосося	0,23	14	18	13	250	32	41	30	575	Филе лосося, соль пищевая, перец черный молотый, смазывают маслом сливочным. Соус Наршараб Подается:, зерна граната лимон.
4	Креветки на кефь с соусом Чкмерули	0,23	24	9	1	250	54	21	2	575	Креветки, масло растительное, соль, перец молотый, укроп, петрушка, кинза, Соус пряный из чеснока: чеснок, соль, кинза, сливки, молоко. Чили масло: масло растительное, чили хлопья, бадьян, корица, перец чили свежий, чеснок, лук репчатый, масло кунжутное, томатная паста, лемонграсс. Украшаем кинзой

5	Котлеты из щуки с картофелем	0,27	28	8	8,5	320	75	21	2,5	864	Котлетки из щуки :; щука филе, лук репчатый, соль пищевая, перец черный молотый, сливки , яйцо куриное, масло растительное,Гарнир:;картофель. Соус пряный из чеснока: чеснок,кинза,сливки,молоко.Масло из кинзы и петрушки:соль пищевая, укроп/петрушка, кинза , масло растительное, соль пищевая.Масло Чили: масло растительное, перец чили хлопья, бадьян, корица, чили свежий, чеснок,лук репчатый, масло кунжутное, томатная паста, лемонграс. Кинза
6	Лосось и судак с картофелем на кецы	0,32	9,5	10	7,5	160	30	33	24	500	Лосось,судак, картофель отварной, Рыбный бульон: лук репчатый, кости рыбные. Соус Бешамель: мука, масло сливочное, масло растительное, молоко, сливки. Шпинат свежий сыр сулугуни. Лук зеленый