

Завтраки

Наименование блюда	Выход, г	КБЖУ, г/порцию
Круассаны		
С лососем и сливочным соусом	115	340 / 11.7 / 20.8 / 26.4
Классический	60	230 / 5 / 11.8 / 26
С шоколадом	80	342 / 6.4 / 19 / 36.5
С миндалем	80	334 / 6.9 / 17.6 / 37
Каши		
Рисовая	288	378 / 8.9 / 16.2 / 49.2
Овсяная	248	256 / 9.6 / 7.4 / 37.6
Сырники		
Сырники с личи, в кленовом сиропе	250	404 / 36.4 / 9.2 / 43.7
Со сметаной	190	435 / 17.8 / 31.2 / 20.7
Блины		
С лососем и сливочным сыром	215	475 / 15 / 32.3 / 31.1
Классические с nutella	180	498 / 7.4 / 30.9 / 47.6
Классические со сметаной	190	420 / 6.5 / 29.6 / 32.1
С домашней сгущенкой	190	470 / 8.2 / 25 / 53.2
Яйца		
Глазунья классическая	175	248 / 19.9 / 17.9 / 1.8
Омлет со страчателлой и томатами	230	407 / 22.5 / 33.6 / 3.7
Скрэмбл с беконом	185	473 / 28.7 / 39.3 / 1.2
Шакшука	310	362 / 22.8 / 19.4 / 24
На хлебе		
Яйца пашот с помидорами	162	267 / 12.1 / 16.3 / 17.9
Страчателла с помидорами	130	221 / 11 / 11.7 / 18
Тост с авокадо	160	341 / 12.3 / 24.9 / 17
Бенедикт с телятиной	194	601 / 16.2 / 52 / 16.6