

ДАРЫ МОРЯ ПО СЕБЕСТОИМОСТИ АТЛАНТИКА КУТУЗОВСКИЙ

Название блюда	Выход блюда	Цена Руб	Состав блюда	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	Калорийность (Ккал/кДж)
<u>Понедельник: ДЕНЬ ЛОСОСЯ</u>							
<u>Карпаччо из карельской форели со свежим хреном</u>	<u>130 гр</u>	<u>509</u>	Форель, масло трюфельное, масло виноградных косточек, соус соевый, сок лимона, корень хрена, лук сибулет, микрозелень	21,7	9,6	0,8	<u>Ккал. 182,4</u> <u>кДж 762,5</u>
<u>Сашими из карельской форели, мурманского лосося и дикой дальневосточной нерки</u>	<u>90 гр</u>	<u>482</u>	Нерка, форель, лосось, масло оливковое, соус соевый шисо	21,2	12,1	1,4	<u>Ккал. 213,4</u> <u>кДж 892,2</u>
<u>Тартар из дикой нерки с красной икрой</u>	<u>140 гр</u>	<u>570</u>	Авокадо, соус Терияки, кинза, перец чили, масло растительное, нерка, манго, майонез Японский, икра красная лососевая, микрозелень	14	25,2	5,6	<u>Ккал. 311,3</u> <u>кДж 1301,4</u>
<u>Вторник: ДЕНЬ ОСЬМИНОГА</u>							
<u>Осьминог целый, запеченный в пряных травах целиком</u>	<u>300-370 гр</u>	<u>1940</u>	Осьминог, лавровый лист, перец душистый, масло сливочное, тимьян, чеснок, масло растительное, масло оливковое, масло кунжутное, соль, перец чили, кинза, петрушка, перец розовый, соль сванская, лимон	60,1	29,5	2,1	<u>Ккал. 508,8</u> <u>кДж 2126,8</u>
<u>Среда: ДЕНЬ ДИКОГО САХАЛИНСКОГО ГРЕБЕШКА</u>							

Сахалинский гребешок на гриле	150 гр	775	Гребешок морской, масло растительное, соль, лимон	22,3	4,3	3,6	Ккал. 148,5 кДж 620,7
Дальневосточный живой гребешок	1 шт	440	Гребешок живой в ракушке, кунжут, соевый соус, соус рыбный Мирин, соус Мицукан, чеснок, сахар тростниковый	4	0,4	8,2	Ккал. 57,3 кДж 239,5
Четверг: ДЕНЬ МОРСКИХ ЕЖЕЙ							
Морской еж	1 шт	199	Еж морской, яйцо перепелиное, соус соевый, лимон	2,7	1,9	2,1	Ккал. 45,9 кДж 192,1
Пятница: ДЕНЬ УСТРИЦ							
Устрица Люмьер	1 шт	299	Устрица Люмьер, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	3	0,6	5,4	Ккал. 46,9 кДж 196
Устрица Джоли	1 шт	357	Устрица Джоли, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	1,2	1,1	8,7	Ккал. 45,6 кДж 190,6
Устрица Касабланка	1 шт	357	Устрица Касабланка, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	3	0,6	5,4	Ккал. 46,9 кДж 196
Устрица Белый Жемчуг	1 шт	357	Устрица Белый Жемчуг, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	4,6	1	5,9	Ккал. 58,6 кДж 244,9
Устрица Черный Жемчуг	1 шт	357	Устрица Черный Жемчуг, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	4,6	1	4,1	Ккал. 58,1 кДж 242,8
Устрица Фин де Клер	1 шт	357	Устрица Фин де Клер, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	4,7	1,1	7,7	Ккал. 56,6 кДж 236,5
Устрица Муроцу	1 шт	357	Устрица Муроцу, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	4,9	1,2	8,2	Ккал. 54,6 кДж 228,2
Устрица Моана	1 шт	357	Устрица Моана, уксус винный, сахарный песок, лук шалот, лимон	4,8	1,2	6,1	Ккал. 56,1 кДж 234,5
Суббота: ДЕНЬ КРАБА							

<u>Большая клешня камчатского краба 400 гр</u>	<u>400 гр</u>	<u>1950</u>	Клешня камчатского краба, соль, масло сливочное, лимон	46,6	11,8	0,5	<u>Ккал. 310,9</u> <u>кДж 1299,6</u>
<u>Краб волосатик целиком 750-850 гр</u>	<u>750-850 гр</u>	<u>1690</u>	Краб волосатик, соль, масло сливочное, лимон	60	6	3	<u>Ккал. 303</u> <u>кДж 1266,5</u>
<u>Клешня краба стригуна 400 гр</u>	<u>400 гр</u>	<u>1355</u>	Клешня краба стригуна, соль, масло сливочное, лимон	42,5	2,5	0	<u>Ккал. 200 кДж</u> <u>836</u>
<u>Воскресенье: ДЕНЬ КРЕВЕТОК</u>							
<u>Крупные красные лангустины на гриле 1 кг</u>	<u>1 кг</u>	<u>1395</u>	Лангустины, соль, масло растительное, масло оливковое, масло кунжутное, лимон, перец чили, кинза, петрушка	142,5	31,4	18,3	<u>Ккал. 975,7</u> <u>кДж 4078,3</u>
<u>Магаданские креветки на льду 1 кг</u>	<u>1 кг</u>	<u>2070</u>	Креветки магаданские, лимон	178,5	17	0	<u>Ккал. 867 кДж</u> <u>3624,1</u>
<u>Ассорти креветок трех видов 910 гр</u>	<u>910 гр</u>	<u>1850</u>	Креветки магаданские, лангустины, креветки тигровые, масло растительное, соль, лимон	127,9	19,4	11,3	<u>Ккал. 757,2</u> <u>кДж 3165,1</u>
<u>СОУСЫ</u>							
<u>Соус Икорный</u>	<u>50 гр</u>	<u>250</u>	Лук шалот, чеснок, вино белое сухое, бульон куриный, тимьян, соль, сливки, икра щуки, икра, красная лососевая, шпинат, масло растительное	3,9	15,4	2,2	<u>Ккал. 162,8</u> <u>кДж 680,5</u>
<u>Соус Блю-чиз</u>	<u>50 гр</u>	<u>250</u>	Сливки, сыр Дор-Блю, соль	2,8	16,2	1,5	<u>Ккал. 162,6</u> <u>кДж 679,9</u>
<u>Соус Сливочный</u>	<u>50 гр</u>	<u>150</u>	Лук шалот, чеснок, масло растительное, вино белое сухое, бульон куриный, тимьян, соль, сливки	1,5	15,9	2,7	<u>Ккал. 163,5</u> <u>кДж 683,6</u>
<u>Соус Кунжутный</u>	<u>50 гр</u>	<u>150</u>	Перец чили, соус Шрирачи, мед,	0,8	22,4	9,4	<u>Ккал. 244,1</u>

			соус соевый, масло трюфельное, масло кунжутное, майонез Хелманс, уксус рисовый Мицукан, чеснок				<u>кДж 1020,4</u>
<u>Соус Айоли</u>	<u>50 гр</u>	<u>150</u>	Сок лимона, соус Кимчи, майонез Хелманс, соус сладкий чили	0,5	27,4	4,7	<u>Ккал. 268,9</u> <u>кДж 1124</u>