

**сеть магазинов
"СУШИТОЧКА"**

Составлен на основании
тех. карты и справочника
пищевой ценности
продукта

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ПРОДУКЦИИ

Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево- ды, г.	Калорий- ность, ккал.
		Содержание в 100 г. блюда			
ролл Азия	0,1900	7,19	5,16	31,69	212,12
ролл Аллоха	0,2050	7,52	4,70	29,52	204,55
ролл Аляска фрэш	0,1900	8,67	8,85	28,48	227,33
ролл Богема	0,2400	5,54	3,73	23,96	160,59
ролл Бонито	0,1950	5,48	5,32	27,82	181,87
ролл Bravo	0,1700	7,71	7,72	31,52	226,35
ролл Вайт Фиш	0,1950	6,79	5,83	30,45	206,21
ролл Голд	0,2000	5,02	5,79	27,18	177,03
ролл Гонконг	0,1900	6,47	4,33	30,64	198,07
ролл Гренландия	0,2100	5,32	4,36	28,17	177,99
ролл Детройт	0,1700	6,87	5,86	31,80	212,45
ролл Инь-Янь	0,2300	2,73	7,48	36,61	200,91
ролл Калифорния ЛАЙТ	0,1950	5,15	6,04	27,01	178,51
ролл Калифорния ОПТИМА	0,1950	5,30	6,36	27,92	184,85
ролл Калифорния с Креветкой	0,2050	2,04	9,28	25,08	155,83
ролл Калифорния с Лососем	0,2000	5,93	9,23	26,17	194,97
ролл Калифорния ТОМАГО	0,1950	5,87	6,42	27,23	187,38
ролл Канада	0,2050	8,13	9,71	26,29	217,16
ролл Канада ЛАЙТ	0,1950	7,63	6,33	28,28	207,04
ролл Киото	0,1750	3,84	3,92	31,97	178,10
ролл Кларий	0,2000	6,83	5,43	28,22	196,02
ролл Кракен	0,2200	6,45	6,22	29,43	200,62
ролл Криспи	0,1950	4,02	4,78	29,87	174,76
ролл Лента угря	0,2000	6,50	7,55	28,30	201,88
ролл Мидори	0,1900	7,01	5,47	29,12	201,44
ролл Мистер Крабс	0,2000	9,46	5,38	28,65	221,24
ролл Монако	0,2100	4,49	5,29	27,24	170,56
ролл Овощной	0,2100	1,98	2,81	26,82	136,35
ролл Огненный окунь	0,2100	5,87	6,32	25,49	180,11
ролл Рио	0,2000	5,99	4,70	28,91	188,35
ролл с Авокадо	0,1600	2,84	3,66	35,00	180,16
ролл с Креветкой	0,1600	0,35	8,76	34,66	176,78
ролл с Лососем	0,1600	3,87	10,78	34,96	217,79
ролл с Огурцом	0,1600	0,69	3,68	35,32	162,24
ролл с Огурцом и Сыром	0,1700	3,42	3,89	33,30	179,53
Ролл с унаги кларием	0,1650	4,30	6,43	33,74	199,41
ролл с Чукой	0,1600	2,02	3,97	38,09	186,35
ролл Сабай	0,2000	8,44	6,31	27,36	210,66
ролл Санасара	0,2300	4,67	7,33	25,44	173,07
ролл Снэк	0,2000	4,55	5,69	29,88	183,17
ролл Спайси Фиш	0,2100	13,20	6,87	27,23	255,16
ролл СЫРНАЯ Калифорния с креветкой	0,2000	3,77	8,60	26,12	172,77
ролл Тамагочи	0,1700	4,20	4,64	35,05	196,49
ролл Токио	0,1850	7,00	6,43	29,19	205,47
ролл Тритон	0,2200	4,08	7,71	24,31	164,81
ролл Унаги Дакота	0,2100	6,43	5,86	26,90	188,94
ролл Филадельфия 3/4	0,2100	10,56	11,21	25,29	241,03
ролл Филадельфия в кунжуте	0,1900	11,61	9,40	28,50	256,03
ролл Филадельфия в Угре	0,2400	11,54	8,37	24,08	233,69
ролл Филадельфия КЛАССИК	0,2700	11,92	16,24	21,52	258,35
ролл Филадельфия КЛАССИК с АВОКАДО	0,2600	11,34	16,44	20,64	250,35

Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево- ды, г.	Калорий- ность, ккал.
		Содержание в 100 г. блюда			
ролл Филадельфия КЛАССИК с ОГУРЦОМ	0,2600	10,23	16,34	20,72	240,32
ролл Филадельфия ЛАЙТ	0,2000	10,09	9,77	26,48	235,76
ролл Филадельфия ЛАЙТ с АВОКАДО	0,2000	8,74	9,37	26,36	221,53
ролл Филадельфия ЛАЙТ с ОГУРЦОМ	0,2000	7,30	9,25	26,46	208,49
ролл Филадельфия НАОБОРОТ	0,1900	6,63	7,84	27,91	202,69
ролл Филадельфия с Унаги Кларием	0,2400	10,13	8,25	24,15	220,69
ролл Фиш Гриль	0,2000	8,68	6,65	27,95	216,51
ролл Фишка	0,2200	7,36	8,08	26,19	203,29
ролл Фокус	0,1900	6,60	5,46	31,29	206,35
ролл Хайвэй	0,2100	4,27	3,96	27,58	164,56
ролл Хитрая рыбка	0,1700	6,28	6,14	32,37	210,58
ролл Цезарь в ОГУРЦЕ	0,2200	6,18	5,24	27,10	184,93
ролл Черная мамба	0,1800	14,34	6,97	17,71	227,75
ролл Янагибо	0,1900	5,81	6,48	30,16	198,85
Тортилья с курицей	0,2000	8,84	7,12	16,36	173,44
Гункан с икрой масаго	0,0306	2,03	10,42	28,33	173,24
Гункан с крабом	0,0356	8,43	5,66	28,01	210,56
Гункан с креветкой	0,0356	8,05	11,27	25,12	217,98
Гункан с лососем	0,0356	13,27	14,27	25,56	278,72
Гункан с угрем	0,0356	13,54	8,71	25,95	260,56
Гункан с чукой	0,0356	6,46	4,07	30,45	196,17
СУШИ с креветкой	0,0350	0,60	14,28	24,01	158,56
СУШИ с лососем	0,0300	6,76	15,40	28,54	236,62
СУШИ с угрем	0,0390	8,86	8,96	27,27	224,68
ГОРЯЧИЕ РОЛЛЫ					
Горячая тортилья	0,2100	10,57	6,65	17,75	192,73
горячий ролл 4 сыра	0,2200	11,36	10,31	30,96	267,27
горячий ролл Бонжур	0,2090	9,13	4,78	32,75	232,34
горячий ролл Вау	0,2100	7,83	5,53	34,37	230,07
горячий ролл Жаркий мексиканец	0,2200	16,04	7,62	21,57	261,12
горячий ролл Жемчужина	0,2200	8,36	5,68	33,75	232,88
горячий ролл Инь-Янь Темпурный	0,1800	8,98	8,48	37,37	264,20
горячий ролл Марокко	0,2000	7,71	4,80	37,16	237,24
горячий ролл Олимпия	0,2200	7,97	5,84	32,54	225,22
горячий ролл Рыжий лосось	0,2200	8,32	7,75	33,35	239,26
горячий ролл Сенсей	0,2000	8,32	6,58	33,92	236,89
горячий ролл Тайская креветка	0,2200	6,22	7,49	34,06	222,17
горячий ролл Тоши	0,2300	10,44	5,18	33,90	250,25
горячий ролл Тринити	0,2300	6,91	4,74	31,36	206,58
горячий ролл Филадельфия Фри	0,2100	5,59	7,49	33,74	215,24
горячий ролл Фудзияма	0,2200	8,99	5,88	31,76	231,48
горячий ролл Чак Норрис	0,2370	5,05	5,90	33,28	202,15
горячий ролл Эби Хот	0,2100	5,78	7,99	36,57	230,26
Рисовые палочки с копченой курицей	0,1400	7,58	7,57	42,21	267,37
ролл Горячая филадельфия	0,1900	10,12	16,44	30,96	280,64
ролл горячий Овощ	0,2100	6,40	3,93	32,75	204,26
ролл Горячий Чикен	0,2400	6,08	5,61	30,24	198,08
Запеченные роллы					
запеченный ролл Аризона	0,2400	8,56	7,49	23,75	201,98
запеченный ролл Бавария	0,2000	10,20	4,18	33,08	240,79
запеченный ролл Биткоин	0,1800	8,14	4,20	32,58	220,39
запеченный ролл Блэк	0,2100	11,05	8,46	26,82	240,54
запеченный ролл Домино	0,2000	7,52	4,11	30,31	205,40

Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.
		Содержание в 100 г. блюда			
запеченый ролл Зачекинься	0,2100	8,54	5,06	29,67	215,76
запеченый ролл Микадо	0,2200	7,94	6,15	26,61	202,43
запеченый ролл Оригами	0,2000	7,29	5,90	26,45	194,98
запеченый ролл Пикантный	0,2200	9,13	4,08	27,58	208,80
запеченый ролл Рыбный день	0,1850	9,23	8,69	32,84	249,14
запеченый ролл с Угрем	0,2100	10,83	5,11	26,72	224,74
запеченый ролл с Унаги Кларием	0,2200	8,99	5,64	24,91	203,06
запеченый ролл Самурай	0,1950	9,59	5,15	28,29	220,10
запеченый ролл Сахара	0,2200	9,40	6,65	27,97	223,03
запеченый ролл Снежный Дракон	0,2300	8,16	4,72	28,04	204,49
запеченый ролл Солнце Пустыни	0,2350	8,13	5,31	24,15	191,03
запеченый ролл Тайфун	0,2000	8,71	5,00	29,80	217,53
запеченый ролл Трамп	0,2200	10,29	7,47	26,34	227,87
запеченый ролл Феникс	0,2000	7,64	7,38	26,38	203,74
запеченый ролл Филадельфия Гриль	0,2800	9,79	14,50	19,52	224,21
запеченый ролл Хайп	0,2000	9,20	6,22	26,68	214,41
ПИЦЦА					
буррито Сливочный с Ветчиной	0,1815	14,56	7,54	17,68	231,94
буррито Сливочный с Курицей	0,1945	12,86	7,87	16,18	211,93
буррито Черный	0,1945	12,87	7,97	16,06	211,97
пицца 4 Сыра большая	0,5640	15,38	9,91	28,76	293,10
пицца 4 Сыра маленькая	0,4100	14,89	9,70	29,38	290,32
пицца Ветчина и Грибы большая	0,6190	6,85	8,11	27,08	202,42
пицца Ветчина и Грибы маленькая	0,4430	6,94	8,41	27,93	207,78
пицца Греческая большая	0,7190	6,09	6,38	24,51	178,36
пицца Греческая маленькая	0,4980	5,78	6,36	25,96	181,32
пицца Дабл Чиз большая	0,6035	14,79	9,47	26,99	278,96
пицца Дабл Чиз маленькая	0,4345	14,30	9,45	27,83	277,79
пицца Двойная Классика большая	0,6735	8,69	9,11	24,97	214,55
пицца Двойная Классика маленькая	0,4685	8,33	9,05	26,39	216,76
пицца Детская Большая	0,5910	8,01	8,86	28,67	222,25
пицца Детская Маленькая	0,4200	8,95	9,06	29,61	235,23
пицца Маргарита Большая	0,6530	7,28	7,22	25,88	197,91
пицца Маргарита маленькая	0,4660	7,38	7,76	26,70	204,20
пицца Маэстро большая	0,6770	6,28	7,51	25,30	187,74
пицца Маэстро маленькая	0,4850	6,47	8,00	25,98	194,11
пицца Мясная большая	0,7295	8,29	9,32	23,53	205,98
пицца Мясная маленькая	0,5210	8,72	9,79	24,27	214,72
пицца Охотничья большая	0,6390	9,39	9,11	25,91	224,55
пицца Охотничья маленькая	0,4720	9,43	9,45	25,96	226,50
пицца Охотничья с Грибами большая	0,7100	9,28	9,08	23,35	213,21
пицца Охотничья с Грибами маленькая	0,5025	8,88	9,04	24,39	213,65
пицца Панамера большая	0,7630	6,69	7,67	22,84	182,25
пицца Панамера маленькая	0,5690	6,76	8,02	22,69	183,65
пицца Пепперони большая	0,6940	10,02	10,89	24,12	230,24
пицца Пепперони маленькая	0,4710	9,28	10,33	26,09	229,16
пицца с Острижкой большая	0,7100	8,99	7,33	23,62	204,68
пицца с Острижкой маленькая	0,5230	8,72	7,56	23,75	203,75
пицца Сальваторе большая	0,6990	8,45	7,49	24,74	205,00
пицца Сальваторе маленькая	0,4880	8,03	7,47	26,08	206,43
пицца Сливочная Карбонара большая	0,6430	14,27	9,09	25,44	266,57
пицца Сливочная Карбонара маленькая	0,4590	13,77	9,24	26,44	266,62

Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.
		Содержание в 100 г. блюда			
пицца Тоскана большая	0,7030	10,17	8,33	24,06	221,13
пицца Тоскана маленькая	0,5140	9,91	8,58	24,41	221,13
пицца Чикен Ранч большая	0,7440	8,94	7,90	22,08	200,31
пицца Чикен Ранч маленькая	0,5260	8,38	8,05	23,06	199,86
Сырные Дольки	0,4280	12,77	7,55	28,24	258,05
Бизнес-ланчи					
Бизнес-ланч № 1	0,3129	7,67	8,23	12,68	152,63
Бизнес-ланч № 2	0,4415	2,96	3,95	13,51	96,48
Бизнес-ланч № 3	0,5045	1,72	4,20	14,51	90,30
Бизнес-ланч № 4	0,5038	5,43	3,72	9,54	101,88
Бизнес-ланч № 5	0,5580	6,70	5,08	8,30	113,79
ВОК					
Бекон (ВОК)	0,0501	40,95	26,91	0,00	476,19
Грибы Шитаке (ВОК)	0,0501	0,16	3,54	13,37	69,04
Дополнительные овощи (ВОК)	0,0800	0,15	1,53	6,60	33,86
Креветка Тигровая (ВОК)	0,0510	1,00	30,91	0,00	132,64
Кунжут (ВОК)	0,0050	40,06	18,52	9,36	472,06
Куриная грудка (ВОК)	0,0505	2,68	28,39	0,00	137,70
Лосось (ВОК)	0,0501	18,20	46,80	2,08	359,32
Лук зеленый (ВОК)	0,0050	0,00	1,24	3,92	20,64
Луковые чипсы (ВОК)	0,0100	8,91	3,04	14,62	150,83
Морской окунь (ВОК)	0,0510	2,40	19,80	0,70	103,60
Моцарелла (ВОК)	0,0200	16,80	16,20	2,00	224,00
Перчик Хлопенью (ВОК)	0,0100	10,80	0,86	3,83	115,96
Рис с овощами	0,2800	3,29	2,33	30,39	160,53
Свинина (ВОК)	0,0505	6,43	22,60	0,00	148,27
СОБА с овощами	0,2800	3,35	3,34	16,22	108,36
Соус Карри острый (ВОК)	0,0300	2,07	6,27	9,35	81,11
Соус Кисло-Сладкий (ВОК)	0,0700	2,07	6,27	9,35	81,11
Соус Классический (ВОК)	0,0700	2,07	6,27	9,35	81,11
Соус Сливочный (ВОК)	0,0750	14,76	2,48	2,85	154,12
Соус Терияки (ВОК)	0,0750	0,31	1,15	20,27	88,44
Соус Устричный (ВОК)	0,0500	0,00	3,15	21,30	97,80
Сыр Пармезан (ВОК)	0,0100	22,40	36,30	0,00	346,80
Угорь (ВОК)	0,0501	18,20	46,80	2,08	359,32
УДОН с овощами	0,2800	3,43	2,88	20,10	122,82
ФУНЧОЗА с овощами	0,2800	3,23	0,65	14,02	87,71
Чеснок (ВОК)	0,0100	0,35	5,85	30,00	146,55
Шампиньоны (ВОК)	0,0501	0,91	5,03	0,13	28,84
ЯИЧНАЯ лапша с овощами	0,2800	3,64	2,47	17,36	112,09
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА					
Картофель фри	0,1000	28,22	4,28	32,26	400,07
Креветка Темпура + соус сладкий чили	0,1592	12,75	17,01	30,51	304,85
Наггетсы куриные	0,1262	22,70	13,00	16,67	322,95
Сырные палочки + соус сладкий чили	0,2020	19,54	12,51	22,17	314,56
ВОК аля Карбонара	0,3220	6,33	6,87	16,48	150,29
Детская паста	0,1953	13,59	8,26	15,13	215,91
паста Крабонара	0,3230	11,11	6,79	14,32	184,43
паста с Курицей в Сливочном соусе	0,3225	11,11	6,79	14,32	184,43
паста с Курицей и Грибами	0,3435	5,38	7,00	13,46	130,24
Рамен с курицей под сливочно-сырным соусом	0,4132	2,93	5,75	12,77	100,46
Рис с Курицей Карри по-тайски	0,3962	0,47	5,39	22,75	116,76
Удон Терияки с Курицей и Грибами	0,4192	0,69	5,85	17,02	97,67

Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево- ды, г.	Калорий- ность, ккал.
		Содержание в 100 г. блюда			
Хэпли Лун	0,1985	24,76	8,03	23,75	349,98
ДЕСЕРТЫ					
сладкий ролл Маракун	0,1730	13,25	3,76	19,51	212,32
сладкий ролл Первый Снег	0,1735	15,11	6,59	17,73	233,27
сладкий ролл Фруктовый	0,2350	12,06	4,61	12,72	177,88
сладкий ролл Фрустик	0,1950	10,24	4,66	19,21	187,59
сладкий ролл Шокобон	0,2080	11,16	3,86	25,03	216,00
Супы, салаты					
Мисо Суп	0,2860	0,44	1,10	2,15	16,93
Салат Цезарь	0,1700	13,11	9,26	3,48	168,89
Салат Чука	0,1430	11,61	3,22	14,48	175,26
Суп КимЧи	0,3000	0,77	2,76	7,70	48,76
Суп Мисо с Креветкой	0,2490	0,69	1,65	2,71	23,67
Суп Рамен	0,2600	0,61	1,85	4,25	29,92
Суп Тайский с курицей	0,2980	1,63	2,52	5,47	46,57
Суп Тайский с Окунем	0,2900	3,60	2,16	2,25	50,04
суп ТомЯм	0,2970	2,70	3,56	3,54	52,77
Суп-Лапша (с КимЧи)	0,2919	0,36	3,27	6,43	42,01
СЕТЫ					
АКЦИЯ! Бум сет	0,7300	5,58	6,12	29,83	193,95
АКЦИЯ! сет Бинго	0,5800	7,30	6,21	29,21	207,33
АКЦИЯ! сет Веселая Компания	2,4100	6,33	6,20	29,88	201,21
АКЦИЯ! сет Дабл	0,8300	8,64	6,48	28,11	216,12
АКЦИЯ! сет Жара	0,8590	8,73	6,26	32,24	232,60
АКЦИЯ! сет Запеченый	0,8750	8,71	4,84	28,54	211,88
АКЦИЯ! сет Запеченый ХИТ	0,8050	8,32	5,94	29,75	217,65
АКЦИЯ! сет Калифорнийский	0,9700	5,65	6,89	27,86	189,84
АКЦИЯ! сет Олимпийский	0,7200	7,37	6,89	30,58	216,18
АКЦИЯ! сет Полтора Килограмма	1,5700	6,81	5,88	30,64	207,34
сет Горячая Жемчужина	0,8900	8,02	6,39	31,88	225,25
сет Для Двоих	0,8700	9,30	8,83	28,79	234,13
сет Ждем Гостей	1,7870	7,32	6,88	30,26	214,45
сет Мегаполис	1,0350	6,26	5,49	26,98	186,18
сет На Трех	1,2050	7,15	6,24	30,31	210,56
сет Пандора	0,8100	7,58	5,93	27,71	202,79
сет Праздничный	2,0500	6,37	5,91	29,43	198,66
сет Премиум	1,0300	6,75	6,94	31,08	212,85
сет Сытый Барин	0,7600	7,17	7,50	30,11	214,99
сет Фаворит	0,8120	7,10	6,87	30,21	212,17
сет Филадельфия	0,6100	9,34	10,09	26,06	228,64
сет Филадельфия Бонжур	0,8090	9,03	7,80	30,46	234,31
сет Филамания	0,8050	8,40	11,83	27,68	233,69