

LORO

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРОДУКЦИИ КОМПАНИИ LORO

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж
Torta della nonna	0,2400	13	2,5	20	210	860	31	6	49	500	2070
Авокадо	0,0900	20	2	6	210	890	18	2	5,5	190	800
Авокадо тост с яйцом пашот	0,2593	13	5,5	12	190	780	33	14	32	480	2030
Английский завтрак	0,6614	16	7,5	9	210	890	106	51	60	1410	5890
Антипасто	0,1600	19	16	9,5	280	1160	31	26	15	440	1850
Артишоки, кальмары	0,3130	11	0,5	3	120	490	36	1,5	9	360	1520
Артишоки, пармезан, мята	0,0954	14	4	2	150	620	13	4	2	140	590
Ассорти сыров	0,0880	32	21	1	380	1580	28	19	1	330	1390
Баклажан пармиджано	0,2900	9	9	4,5	140	570	26	26	13	400	1650
Бекон	0,0450	37	23	0	430	1790	17	10	0	190	800
Бенедикт с лососем	0,2880	14	8,5	7	190	810	42	25	20	560	2330
Биштекс, картофельное пюре	0,7240	15	14	1,5	200	840	109	105	12	1450	6060
Бриошь с фуагра	0,3680	19	8	13	260	1080	70	29	49	950	3970
Бриошь, хурма	0,3220	8	6	16	160	680	27	19	50	520	2180
Брускетта, авокадо, щучья икра	0,2400	9	6,5	12	150	640	21	15	29	370	1540
Брускетта, черная икра, черная икра, трюфель	0,2380	9	9,5	19	200	830	22	23	46	470	1960
Бургер LORO	0,4874	26	12	10	320	1330	125	58	48	1550	6500
Бургер LORO с трюфелем	0,4884	26	12	10	320	1340	126	58	49	1560	6530
Бургер WAGYU	0,4894	27	12	10	330	1390	134	58	49	1630	6820
Буррата, запеченные томаты, каперсы	0,2892	10	9	3	140	600	30	26	8,5	410	1730
Вителло тоннато	0,1540	27	17	2,5	320	1350	41	26	4	500	2070
Вителло тоннато КЛАССИКА	0,1900	24	16	2,5	290	1210	45	31	4,5	550	2300
Голубой сыр, клюквенный джем	0,0700	20	11	19	300	1260	14	8	13	210	880
Груша, прошутто, рикотта	0,1824	13	7	8	170	730	23	13	15	320	1330
Детская паста	0,2500	26	12	12	320	1350	64	29	29	810	3370
Джем клубничный	0,0500	0,1	1	50	200	850	0,1	0,5	25	100	430
Желе из мандаринов	0,1300	0,1	1,5	23	100	430	0,1	2	30	130	560
Желток перепелиный 1 шт	0,0500	3	3	0,1	40	170	1,5	1,5	0,1	20	85
Запеченный батат, хрен	0,2850	7,5	2	12	120	480	21	5	33	330	1370
Зеленые оладьи	0,1500	5,5	5	5,5	95	390	8,5	7,5	8,5	140	580
Зеленый салат	0,0203	20	1	1	190	780	4	0,2	0,2	40	160
Зеленый салат, авокадо, яйцом-пашот, козий сыр	0,2389	13	6	3,5	160	650	31	14	8	370	1560
Земляника 30гр	0,0300	0	0,2	7	30	120	0	0,1	2	10	35
Икра Боттарга 1гр	0,0010	2	17	0	85	360	0	0,2	0	1	4
Икра красная 30г	0,0300	12	31	0	240	990	3,5	9,5	0	70	300
Икра черная 30 гр	0,0300	15	38	1,5	290	1210	4,5	11	0,5	85	360
Каламарата маринара	0,4010	11	5,5	14	180	740	44	23	55	710	2970
Каламарата со сморчками	0,2700	18	7	6,5	220	930	50	19	18	600	2500
Каламарата, тартар из вырезки, трюфель	0,2940	14	12	29	290	1210	41	37	85	850	3570
Кальмары на гриле	0,0900	12	11	2	150	640	10	10	2	140	570
Каннелони со сморчками	0,2650	13	7,5	8	180	740	34	20	21	470	1950
Каппеллачи с уткой	0,2300	13	18	37	330	1390	29	41	85	760	3200
Капучино ди Лоро	0,2080	19	7,5	4,5	220	900	39	16	9	450	1880
Карпаччо из апельсина, анчоусы	0,1450	4	2	11	95	390	6	3	16	130	560
Карпаччо из артишоков	0,1220	6,5	4	0,1	75	320	8	5	0,1	95	390

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж
Карпаччо из говядины, каперсы	0,1120	25	18	0,1	300	1240	28	20	0,1	330	1390
Карпаччо из креветок	0,1724	6	9	19	170	700	11	16	32	290	1200
Карпаччо из осьминога	0,0900	11	13	1,5	160	680	10	12	1	150	610
Карпаччо из сибаса	0,1660	10	11	1	140	580	16	19	1,5	230	960
Картофель мини запеченый	0,2477	5	2	15	110	460	12	4,5	37	270	1150
Картофель фри, пармезан, трюфель	0,2332	17	4,5	9,5	210	870	39	10	23	480	2020
Картофельное пюре, трюфельное масло	0,2401	27	2	6	280	1160	65	5	15	670	2790
Картофельный кодлер, краб	0,2150	9,5	6,5	8,5	150	610	20	14	19	310	1310
Каччукко	0,2850	1	5,5	5,5	55	220	3	16	16	150	630
Каша "Тирамису"	0,2450	11	7	18	190	810	26	17	44	480	1990
Каша овсяная, вода	0,2710	6,5	1,5	8,5	100	410	18	3,5	22	270	1110
Каша овсяная, кокосовое молоко	0,2710	8	2	10	120	500	22	5	27	330	1360
Каша овсяная, миндальное молоко	0,2910	7,5	1,5	9,5	110	480	22	5	28	330	1390
Каша овсяная, молоко	0,2510	9,5	4	13	150	640	24	9,5	32	380	1610
Каша с голубикой	0,3050	3	3,5	19	120	490	9	11	58	360	1510
Кетчуп 30 гр	0,0300	0,1	1	25	100	440	0	0,3	7,5	30	130
Козленок, тушеный с артишоками	0,6420	12	11	4	170	700	77	68	27	1070	4480
Колбаски куриные	0,0542	22	12	2	250	1060	12	6,5	1	140	580
Конфета карамель	2,0220	38	6	53	580	2420	771	117	1071	11700	48930
Конфета фисташка	2,0190	38	6	53	580	2420	773	118	1067	11690	48930
Конфеты трюфель Candies truffle	2,0260	38	6	53	580	2420	774	119	1070	11720	49050
Краб авокадо грейпфрут	0,1853	18	4	6,5	210	870	34	7,5	12	390	1610
Краб камчатский	0,0450	19	8,5	8	240	1000	8,5	4	3,5	110	450
Краб клешня 1 шт	0,1625	1	6	10	75	310	1,5	10	16	120	500
Креветки доп	0,0617	31	12	0	320	1350	19	7	0	200	830
Крем-брюле	0,1850	22	3,5	25	310	1310	41	7	46	580	2430
Крок-мадам, трюфель	0,1900	18	16	25	330	1390	35	31	47	630	2640
Кростини с анчоусами	0,1150	38	7	22	450	1900	43	8	25	520	2180
Круассан с Черным трюфелем	0,1260	20	5,5	33	340	1400	26	6,5	42	420	1770
Круассан, масло, джем	0,1550	27	3,5	33	390	1630	42	5	52	610	2530
Круассан, мортаделла, трюфель	0,1950	20	14	13	290	1230	40	27	26	570	2390
Крудо из сибаса, капоната	0,1700	8,5	6,5	2,5	110	470	15	11	4,5	190	810
Куриный бульон, польпетте	0,3090	8	9	2,5	120	490	24	28	7,5	360	1500
Лазанья Wagyu	0,4054	13	13	13	220	930	53	52	54	900	3760
Лопатка теленка	0,3350	11	26	6	230	950	38	86	20	760	3180
Лосось малосольный	0,0400	10	20	0,5	170	720	4	8	0,2	70	290
Лосось, зеленый горошек, брокколи	0,2300	9,5	12	3	140	600	22	28	6,5	330	1390
Масло (комплимент)	0,0270	71	1	1,5	640	2690	19	0,2	0,3	170	730
Мед	0,0300	0	0,5	80	320	1340	0	0,2	24	95	400
Мед 30 гр	0,0350	0	0,5	80	320	1340	0	0,2	28	110	470
Микс салат 30 гр	0,0300	0	1,5	1,5	10	45	0	0,5	0,4	3	15
Мороженое 50 гр	0,0500	25	2,5	12	280	1180	12	1	6	140	590
Мороженое ваниль	0,0500	25	2,5	12	280	1180	12	1	6	140	590
Мороженое фисташка	0,0450	27	8,5	5	290	1220	12	4	2	130	550
Мороженое шоколад	0,0400	20	5	21	280	1190	8	2	8,5	110	480
Морской ёж	0,1235	5	12	2,5	85	360	6	15	3	110	450
Мортаделла доп.	0,0400	26	24	1	330	1400	10	9,5	0,4	130	560
Нога краба, ризотто Миланезе	0,3425	4,5	7	13	120	500	15	24	45	410	1720
Ньокки путанеска, тунец	0,2600	18	6,5	3	200	840	47	16	8	520	2180
Ньокки, черная икра, страчателла	0,1870	22	13	5,5	270	1120	40	24	10	500	2100

НАИМЕНОВАНИЕ

Наименование	Выход блюда, кг.	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж
Обжаренный шпинат, лимон, оливковое масло	0,1202	5	2,5	2	65	270	6	3	2,5	75	320
Овощи гриль	0,3200	4,5	1	4,5	60	260	14	3	14	200	820
Огурцы 50 гр	0,0500	0,1	0,5	2	10	50	0,1	0,4	1	5	25
Оладьи из цуккини	0,2610	25	6	7	280	1150	64	16	18	720	3010
Оливки il forno	0,2020	25	1	4,5	250	1050	51	1,5	9	510	2120
Оливки ассорти 80 гр	0,0800	19	1	3	190	780	15	1	2	150	620
Оливки зеленые 80 гр	0,0800	11	1	5,5	130	530	9	0,5	4,5	100	420
Оливки каламата 80 гр	0,0800	27	1,5	0,1	250	1030	21	1	0,1	200	820
Омлет	0,1724	19	11	0,5	220	940	33	19	1	390	1620
Омлет с базиликом	0,2500	14	9	2,5	180	740	36	23	6	440	1860
Осьминог с мини картофелем	0,2324	14	9,5	6	180	770	32	22	13	430	1790
Паккери с вырезкой	0,1600	10	14	36	290	1200	16	22	57	460	1920
Паккери с трюфелем	0,3148	17	12	23	290	1230	55	38	71	930	3880
Паккери, томаты, баклажан, страчателла	0,4665	5,5	3	14	110	480	25	13	64	530	2230
Палтус, артишоки, соус с черной икрой	0,2900	10	10	3	140	590	29	30	8,5	410	1720
Пармезан 30 гр	0,0300	28	33	0,1	380	1610	8,5	10	0	120	480
Пекорино с трюфелем, мед	0,0780	18	14	36	360	1520	14	11	28	280	1190
Пекорино Фортескуро, цитрусовый джем	0,0680	21	16	23	350	1450	14	11	16	240	990
Перец рамиро, сицилийские анчоусы, козий сыр	0,1460	17	3,5	3,5	180	740	24	5	5	260	1080
Перец чили 20 гр	0,0200	0,2	2	9,5	50	200	0	0,4	2	10	40
Печень по-венециански	0,1992	5	9,5	3,5	95	400	9,5	19	7	190	800
Прошутто с трюфелем	0,0530	24	21	1	310	1290	13	11	0,4	160	680
Прошутто с трюфелем доп.	0,0262	25	22	1,5	320	1360	6,5	6	0,5	85	360
Пшеничная каша	0,3880	11	6,5	6,5	160	650	44	25	26	600	2530
Равилоне, краб	0,3460	17	9,5	19	270	1120	59	33	66	930	3870
Равиоли с лососем, шалфей	0,2040	28	11	20	380	1580	58	22	42	770	3230
Ризотто со сморчками, трюфель	0,1752	29	8	19	370	1540	50	14	34	640	2700
Ромовая баба	0,2100	9,5	3	35	250	1040	20	6	74	520	2180
Салат овощной	0,2687	5,5	1,5	3	65	280	14	4,5	8	180	740
Салат панзанелла, Креветки	0,2250	6	5,5	7,5	110	450	14	13	17	240	1010
Салат с козьим сыром, томаты	0,1632	13	4	3,5	150	620	21	6,5	5,5	240	1010
Салат с морепродуктами	0,5500	2,5	5	4,5	60	240	12	26	26	320	1330
Сгрoppiно	0,1550	3,5	1,5	16	130	560	5,5	2,5	24	210	870
Севиче лосось	0,1832	9	10	16	180	770	16	18	30	340	1410
Семифреддо Рошер	0,1000	11	8	76	430	1820	11	8	76	430	1820
Сибас на гриле с овощами	0,3737	7,5	12	1	120	510	29	46	4	460	1910
Скрэмбл	0,1974	24	9	1,5	260	1090	48	17	2,5	520	2160
Слойка с голубикой	0,1333	13	3,5	24	230	950	18	5	31	300	1270
Слойка с грушей	0,1587	16	4,5	26	270	1130	26	7,5	42	430	1790
Слойка с земляникой	0,1283	14	4	24	240	990	18	5	31	300	1280
Сморчки, страчателла	0,2250	23	4,5	4	240	1010	52	10	9	540	2280
Соевый соус 30 гр	0,0300	0,5	3,5	11	65	270	0,2	1	3,5	20	80
Сорбет клубнично-малиновый	0,0500	0	1	11	50	200	0	0,4	5,5	25	100
Сорбет лимон-лайм	0,0500	0,1	1	27	110	470	0	0,5	13	55	230
Соус Пармезан	0,0350	27	10	2,5	290	1220	9,5	3,5	1	100	430
Соус перечный 50 гр	0,0500	25	25	2	330	1400	13	13	1	170	700
Соус томатная сальса с чили 50 гр	0,0500	22	1	4	210	900	11	0,4	2	110	450
Спаржа на гриле	0,1604	6	1,5	2,5	70	300	9,5	2,5	4	110	470
Стейк из языка	0,4750	28	9	11	330	1400	134	43	52	1590	6640
Стейк Рибай 100г	0,1000	16	18	0	210	900	16	18	0	210	900
Стейк филе	0,2684	26	13	2	300	1240	71	34	5	790	3320
Стейк филе, сморчки, томаты	0,2700	18	20	1,5	250	1050	49	53	4,5	680	2830

НАИМЕНОВАНИЕ	Выход блюда, кг.	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж	Жиры г.	Белки г.	Углеводы г.	Калорийность ккал.	к Д ж
Страчателла	0,0300	21	10	2	240	990	6,5	3	0,5	70	300
Сыр козий 35 гр	0,0350	22	21	0,5	280	1190	7,5	7,5	0,2	100	410
Сырники, ягоды	0,2355	10	9	9	160	680	24	21	21	380	1610
Тальятелле с митболами	0,4525	11	8	17	200	850	52	35	78	920	3840
Тальятелле, черный трюфель	0,3335	18	11	21	300	1230	61	38	70	980	4120
Тартар из вырезки	0,2372	12	10	9,5	190	790	29	24	22	450	1860
Тирамису	0,1505	31	11	30	440	1850	46	16	45	670	2790
Томатный суп, страчателла, базилик	0,3140	5	3	9,5	100	410	16	9	30	310	1280
Томаты	0,0600	0,3	1	4	25	95	0,2	0,5	2,5	15	55
Томаты, красный лук	0,1760	7	1	4	80	340	12	1,5	7	140	610
Тортеллони с кроликом, сморчки	0,2850	20	11	9,5	270	1110	58	32	27	760	3170
Тост с крабом	0,2250	23	12	22	340	1440	51	27	51	780	3250
Тост со скрэмбл, трюфель	0,2458	19	7,5	10	240	1020	47	18	24	600	2510
Трюфель 1 гр	0,0010	40	7	45	570	2370	0,4	0,1	0,5	5	25
Трюфель белый доп (1 гр)	0,0010	39	7,5	48	570	2390	0,4	0,1	0,5	5	25
Трюфель Бьянкетто 1гр	0,0010	40	7	45	570	2370	0,4	0,1	0,5	5	25
Туец на гриле, томаты, трюфель	0,2335	22	11	5	260	1100	51	26	12	620	2570
Улитка с изюмом	0,0850	16	5	39	320	1350	14	4	33	270	1150
Устрицы	1,0160	0,2	1	0,5	10	30	2	9	6	80	330
Фисташковые блинчики	0,2500	15	7,5	24	260	1090	37	19	60	650	2720
Флорентийский стейк 60дней	0,1221	20	16	0,5	240	1020	24	19	1	300	1250
Флорентино стейк	0,1221	20	16	0,5	240	1020	24	19	1	300	1250
Фокачча	0,0800	4,5	7	47	260	1080	3,5	5,5	38	210	860
Фокачча ди Рекко с грушей	0,6043	12	10	20	230	940	70	61	123	1360	5710
Фокачча ди Рекко с мортаделлой	0,4843	15	12	23	270	1140	71	60	111	1320	5530
Фокачча Россса	0,0800	6,5	5,5	36	230	940	5,5	4,5	29	180	760
Фокачча с анчоусами	0,5103	7,5	8	23	190	810	39	42	118	990	4130
Фокачча с трюфелем	0,2520	15	10	24	270	1140	38	25	62	690	2880
Фреш апельсиновый	0,2500	0,2	1	8	40	160	0,5	2,5	20	95	400
Фреш гранат	0,2500	0	0,3	5,5	20	95	0	1	13	55	240
Фреш грейпфрута	0,2800	0,2	0,5	6,5	30	130	0,5	2	18	85	360
Фреш яблоко	0,2500	0,4	0,4	10	45	190	1	1	24	110	460
Хлеб (комплимент)	0,0390	3	7,5	51	260	1090	1	3	20	100	430
Хлеб деревенский	0,1700	15	5	25	260	1070	25	8,5	42	430	1820
Хлеб пшенично/ржанной	0,1700	17	6,5	42	350	1450	29	11	72	590	2470
Хлеб с маслом	0,1120	20	5	22	290	1200	22	5,5	25	320	1340
Хурма, рикотта, мед	0,1555	12	4,5	11	170	720	19	7,5	17	270	1120
Хурма, страчателла	0,2000	13	4,5	11	180	760	27	8,5	21	360	1510
Цуккини фритто	0,3490	7	4	10	120	490	24	14	35	410	1720
Цыпленок, шпинат, томаты	0,5620	13	19	4	210	860	70	109	22	1160	4840
Чиабатта с крабом	0,1350	4	5,5	18	130	560	5,5	7,5	25	180	760
Чизкейк	0,1850	18	5,5	19	250	1070	33	9,5	35	470	1970
Шампиньоны	0,0500	1	4,5	0,1	25	110	0,5	2	0,1	15	55
Шоколадный мусс, манго	0,1355	17	4	13	220	910	22	5	18	300	1230
Шоколадный флан	0,2000	24	4,5	26	340	1420	48	9,5	52	680	2840
Яблочный тарт	0,2400	13	2,5	20	210	860	31	6	49	500	2070
Ягоды	0,0500	0	0,2	7	30	120	0	0,1	3,5	15	60
Яичница	0,1224	22	11	0,5	250	1050	28	13	1	310	1290
Яйцо Бенедикт	0,2371	22	8,5	11	280	1160	52	20	27	660	2750
Яйцо пашот	0,0578	12	11	0,5	160	670	7	6,5	0,4	95	390
Яйцо, черная икра	0,2630	15	7	5,5	190	790	40	19	15	500	2080