

# Марчелли

## ТАБЛИЦА КАЛОРИЙНОСТИ

(ВЫХОД БЛЮДА, БЖУ (БЕЛКИ / ЖИРЫ / УГЛЕВОДЫ), КАЛОРИИ - В ОДНОЙ ПОРЦИИ)

ЗАВТРАКИ	ВЫХОД БЛЮДА	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Круассан классический с малиновым и клубничным соусом	50/40	5	13	41	295
Английский завтрак	360	25	33	19	481
Классические сырники с топпингом	205/30	35	33	46	623
Цельнозерновой тост с соусом гуакамоле, лососем слабой соли и яйцом пашот	200	18	23	24	385
Овсяная каша с сезонными ягодами на кокосовом молоке	290	10	36	54	588
Овсяная каша с сезонными ягодами на коровьем молоке	290	14	27	59	542
Овсяная каша с сезонными ягодами на миндальном молоке	290	10	25	54	491
Оладьи на ряженке с лососем и стрчателлой	100/55	16	46	33	616
Греча с авокадо, яйцом пашот и творожным тостом с лососем + напиток на выбор: кофе, иванчай с мёдом, свежевыважатый сок	385	39	43	71	385
Оладьи на ряженке с сезонными ягодами и фруктами	100/40	9	37	40	351
Бришо со стрчателлой, сезонными ягодами и гранолой	135/60	12	31	69	609
Омлет с пармезаном (с рукколой и чабаттой)	120/25	18	37	11	459
Яичница глазунья (с рукколой и чабаттой)	165	21	24	11	352

ТОППИНГИ К ЗАВТРАКАМ	ВЫХОД БЛЮДА	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Авокадо	30	1	6	2	85
Бекон	30	7	15	0	168
Ветчина	30	4	7	0	81
Креветки тигровые	30	9	10	0	130
Лосось с/с	30	7	2	1	55
Руккола	5	0	0	0	15
Сыр моцарелла в рассоле	30	5	7	0	72
Сыр Чеддер	30	7	10	0	118
Томат узбекский	30	0	1	1	4
Чабатта	20	1	1	10	52
Шампиньоны	30	1	10	0	98
Клубника	40	0	0	3	16

Банан	40	0	0	9	38
Голубика свежая	15	0	0	1	7
Грецкий орех	10	1	6	0	65

ОВОЩИ	ВЫХОД БЛЮДА	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Цветная Капуста с сырным муссом и черным трюфелем	180	10	46	10	503
Авокадо с ореховым соусом и сыром Робиола	185	7	49	12	572
Салат с баклажанами гриль, козьим сыром и запечеными томатами черри	270	9	30	32	450
Стейк из белокачанной капусты в кунжутном соусе	200	9	31	21	401

ПИЦЦА	ВЫХОД БЛЮДА	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Пицца Четыре сыра	420	52	65	141	1324
Пицца Пепперони	415	47	69	143	1356
1/2 пицца Пепперони	200	23	34	59	621
Пицца Барбекю с курицей и беконом	560	67	74	180	1638
1/2 пицца Барбекю с курицей и беконом	245	32	37	76	758
Пицца Маргарита	390	45	41	144	1062
Пицца с креветками, лососем, шпинатом и сыром стрчателла	560	52	57	146	1271
1/2 пицца с креветками, лососем, шпинатом и сыром стрчателла	240	25	29	60	585
Пицца с ветчиной и грибами	450	47	46	143	1125
Пицца Четыре сезона	445	63	78	147	1489
Пицца с горгонзоллой, сыром бри и белыми грибами	320	39	52	131	1126
Пицца с куриным филе барбекю, песто и сыром грана падано	445	57	47	152	1215
Пицца с сыром стрчателла, рукколой и томатами черри	510	42	79	147	1432
Пицца Дьявола	360	50	59	151	1278
Пицца с лесными грибами и беконом	320	44	59	145	1247
Пицца с беконом и маскарпоне	300	49	74	142	1389
Пицца с баклажанами гриль, сыром пекорино и ароматом трюфеля	480	40	61	160	1370
Пицца с аргентинской креветкой, соусом из маскарпоне и моцареллой буратта	440	62	66	145	1391

ПАСТА	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Спагетти Карбонара	380	32	60	75	977
Спагетти с морепродуктами в сливочном соусе с песто	400	39	51	79	951
Пенне с лососем горячего копчения	380	24	35	65	711
Пенне с беконом, сыром горгонзола и шафраном	305	23	26	76	817
Папарделле с говядиной и грибами	320	19	43	13	825
Лазанья Болоньезе	295	34	39	44	649
Спагетти Аль Помодоро	315	14	31	87	683
Черные равиоли с креветками и лососем	350	31	25	51	541
Ризотто с креветками, сыром страчателла и гребешком	335	22	37	52	645
Каннелони с копченой говядиной и белыми грибами	260	30	66	33	828
Тальятелле с аргентинской креветкой, Чили перцем и сыром страчателла	265	230	40	65	716

Папарделле с белыми грибами	250	14	29	65	574
Равиоли с томленой говядиной и перечным соусом	250	23	41	55	713
Фрутти ди Маре	480	50	52	79	984
Тортеллини с грибами, сырым муссом и ароматом трюфеля	180	12	31	42	497
Качо э пеппе	230	17	35	61	632
Лингвини с соусом песто и моцареллой	260	17	43	63	691
Паккери Кватро Формаджо	285	23	51	65	814
Тальятелле Тартуффо	220	14	38	77	782

ЗАКУСКА И САЛАТЫ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Брускетта с томатами и моцареллой	65	4	8	11	125
Брускетта с трюфельным кремом и шейкой коппа	60	4	14	15	227
Брускетта с авокадо и орехом пекан	60	2	14	12	214
Брускетта с малосольным лососем и сыром робиола	60	8	8	12	154
Сет брускетт	245	18	44	51	720
Паштет из куриной печени с луковым конфитуром и вареньем	130	9	22	40	400
Капрезе	220	12	14	2	408
Тартар из лосося с авокадо и устричным дрессингом	175	21	21	8	340
Буррата с томатами черри и острыми оливками	290	20	32	17	437
Креветки по-сицилийски	255	21	39	14	512
Тартар из тунца с гуакомоле и клубникой	155	18	10	5	186
Оливки Чупадедос	100	1	11	6	115
Оливки Мохо Пикон	100	2	11	5	166
Салат Нисуаз	280	27	37	14	503
Цезарь с куриной грудкой	260	26	58	12	679
Цезарь с тигровыми креветками	220	24	35	12	456
Салат с теплой печенью цыпленка и вешенками	210	21	33	16	216
Салат с маринованной грушей, прошутто и сыром страчателла	140	3	14	17	216
Овощной салат с сицилийской заправкой	265	4	1	19	91
Баклажаны Пармиджано	250	15	45	24	544
Мясная тарелка	190	30	51	65	852
Сырная тарелка с сезонными ягодами	170/25/40	49	53	93	1052
Стейк салат с копчеными томатами и орехами кешью	160	15	29	13	374
Салат с копченым лососем, авокадо и соусом Чимичурри	180	16	22	8	307
Ростбиф с соусом тоннато и ароматом трюфеля	115	14	44	1	471

СУПЫ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Крем-суп из белых грибов	300	2	15	3	463
Сливочно-томатный суп с куриным филе и шпинатом	325	27	32	10	436
Суп Папа аль помодоро с ржаной чабаттой	320	6	14	30	270
Куриный бульон с перепелиным яйцом	355	44	25	16	465
Суп-пюре из копченых томатов	280	4	13	14	73
Сицилийский рыбный суп	350	17	14	10	242
Уха атлантическая	325/30	21	30	32	483

ГОРЯЧЕЕ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Стейк Мачете	150/30	28	43	8	551
Лосось на гриле / на пару	170	37	17	3	311
Куриная грудка на гриле / на пару	130	38	7	2	232
Медальоны из куриного филе с лесными грибами	290	41	35	18	267
Запеченый судак с устричным соусом	210	31	40	19	562
Котлеты из индейки с картофельным пюре	315	32	53	31	731
Острый цыпленок по-итальянски	370	75	188	11	2042
Телячьи щечки с орзо и белыми грибами	325	43	45	55	831
Говяжья грудка с пюре из копченого картофеля	280	35	77	33	953
Треска по-средиземноморски	285	28	34	7	466
Стейк из говядины с перечным соусом	?	?	?	?	?

ГАРНИРЫ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Овощи на гриле	185	4	21	10	240
Жареный картофель	160	4	21	10	240
Рис басмати	150	5	9	46	282
Картофельное пюре с сыром	180	5	27	30	211
Греча с рукколой пармезаном	145	14	10	47	316

ДЕСЕРТЫ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Домашний сырный торт с малиновым соусом	190	7	37	53	571
Тирамису	170	14	30	69	612
Панна-котта без соусов	160	4	38	15	418
Наполеон с ягодами	175	11	47	57	695
Десерт «Павлова» со свежей клубникой	130	13	33	77	657
Мороженое шоколадное	40	2	6	12	107
Мороженое ванильное	40	2	4	9	77
Мороженое клубничное	40	1	3	11	72
Чизкейк манго-маракуйя	145/10	8	30	37	451
Теплый шоколадный кекс	165	6	48	51	661
Домашний штрудель с вишней, миндалем и белым шоколадом	125/20/35	8	24	82	573

ХЛЕБ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Фокачча с песто	160	19	36	73	435
Фокачча с горгонзолой и кедровыми орехами	210	29	29	141	941
Чиабатта	150	12	6	72	393
Гриссини с кунжутом и сыром грана падано	50	7	9	44	280
Крем-сыр с чесноком	50	18	14	0	385

ДЕТСКОЕ МЕНЮ	выход блюда	Б	Ж	У	КАЛОРИИ
Бульон из куриного филе с лапшой	370	26	15	9	280
Пицца Маргарита	180	19	19	48	433
Пицца Сырная	140	18	20	55	445
Пицца с ветчиной на сливочной / томатной основе	155	21	34	56	588
Шашлычки из куриного филе с картофельным пюре	70/90/20	15	31	15	400
Куриные фрикадельки с картофельным пюре	150	13	28	17	376
Наггетсы с картофелем фри и свежими овощами	200/50	27	55	76	875
Спагетти с сыром	190	13	20	73	528
Картофель фри с домашним кетчупом	?	?	?	?	?
Картофельное пюре	90	3	13	15	191
Имбирное печенье «Пряня»	18	3	7	21	156
Сырный суп	240	13	39	16	464
Тортеллини с куриным филе и сливочным сыром	115	11	22	33	379
Кейк-попс «Эскимошка»	40	3	13	26	233
Молочный коктейль клубничный	180	3	9	29	203
Молочный коктейль ванильный	180	5	18	22	266
Молочный коктейль шоколадный	180	6	19	30	304

