

RAW BAR

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Устрица	1шт/30/10	8,257	1,560	6,990	75,028
Ёж	1шт/25/30	8,500	3,500	1,700	72,300
Крудо из сибаса с томатами	190	14,480	8,570	13,030	187,170
Крудо из лосося, тунца, гребешка и креветки	1шт/200	33,770	21,530	12,210	377,690

HORS D'OEUVRE

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Улитки по-провански в панцире	6шт/50	15,000	23,470	36,450	417,030
Улитки по-бургундски с вялеными томатами и пармезаном	110	13,302	17,370	37,670	360,218
Лягушачьи лапки по-Провански	220	29,600	47,200	17,500	613,200
Лягушачьи лапки по-Бургундски	230	29,888	12,243	25,233	330,671
Трюфельный камамбер с багетом	220	30,050	33,430	78,280	734,190
Эскалон из фуагра с сезонными ягодами	235	20,540	34,280	42,510	560,720
Артишоки на гриле с пармезаном	150	8,470	27,630	23,600	376,950
Гребешок Сен-Жак с Велоте из грибов	220	15,490	24,180	9,390	317,140
Картофельный гратен с тартаром из утря и фуагра	200	13,987	35,153	26,132	476,853
Запеченный костный мозг с багетом	530	45,100	111,000	77,000	1 487,400
Запеченный костный мозг с устрицами и багетом	285/2шт	29,200	63,700	44,900	869,700

lou lou

ENTRÉES

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Оливки Sicile	100	0,900	20,300	0,400	187,900
Ассорти сыров	250	24,590	48,050	23,980	626,730
Тартар из тунца	210	24,000	37,180	8,120	463,100
Обжаренный тартар с мозговой костью	220	18,550	40,770	36,320	586,410
Тартар с эспумой шавру и черным перцем	205	17,900	31,320	30,4	475,080
Буррата с клубникой и томатами	310	19,290	40,060	14,130	494,220
Гуакамоле из артишока	100/40	11,800	26,350	21,570	370,630
Карпаччо из рибая	190	15,210	27,447	31,573	434,155
Пате из фуагра и печени кролика с бриньошью	130	27,280	38,040	23,190	544,240

SALADES

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Тёплый салат de fruits de mer	270	22,760	8,010	7,700	193,930
Салат с камчатским крабом	300	13,020	42,400	15,211	494,524
Салат с уткой магре и сезонными фруктами	270	22,970	37,160	27,091	534,684
Страчателла с сезонными ягодами	165	9,620	14,460	23,900	264,220
Салат со свежими овощами и оливками	240	6,790	27,490	9,326	311,874
Тёплый салат с печеными овощами и камамбером	380	24,074	37,111	44,776	609,399

SOUPES

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Soupe d'automne с тыквой и страчателлой	330	7,160	12,690	10,466	184,714
Суп луковый	400	21,710	29,600	37,540	503,400
Суп королей	370	29,120	5,135	11,890	210,255
Гаспачо с печеными перцами и анчоусами	230	5,562	15,074	10,219	198,790
Гаспачо с крабом	240	7,866	15,416	10,265	211,268
Зеленый гаспачо с крабом	245	9,890	17,343	11,482	241,575

Lou Lou

PLAT PRINCIPAL

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Boeuf bourguignon	350	33,030	36,080	28,880	572,360
Бургеф Rossini a la truffle	220	29,980	59,820	36,752	817,508
Ньокки с сицилийскими креветками и страчателлой	340	32,750	36,480	47,010	647,360
Осьминог с картофелем и соусом ромеско	250	22,760	9,800	14,880	238,760
Утка конфи с картофелем chavroux	390	44,312	41,710	22,800	643,838
Кассуле с перепелкой, фуагра и печеными яблоками	270	44,000	19,000	46,700	533,800
Шницель с трюфелем и страчателлой	400	60,140	63,600	42,430	982,680
Говяжий язык с печеными картофелем и пореем	240	26,822	24,680	26,480	435,328
Краб с соусом из печеных томатов и багетом	480	45,500	12,300	71,432	578,428
Филе лосося в сливочном соусе	240	29,385	43,430	11,245	553,390
Тальюлини с чёрным трюфелем	280	19,600	49,700	54,922	745,388
Спагетти aux fruits de mer	400	43,500	37,790	62,542	764,278
Ризотто шампань с лангустинами	260	24,700	58,900	63,140	881,460
Рибай à la parisienne	135	21,910	15,740	4,000	245,300
Гребешки Rossini	140	19,740	14,690	10,030	251,290
Сибас en provençal	400	56,120	36,820	7,225	584,760
Стейк Россини с фуа-гра	300	42,916	45,700	36,270	728,044

ACCOMPAGNEMENTS

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Картофель chavroux	200	6,670	34,260	18,600	409,420
Фри с трюфелем и пармезаном	160	7,920	19,300	44,930	385,100
Картофельный гратен с трюфельной сметаной	180	6,155	29,220	24,220	384,480
Сладкие томаты	165	2,100	12,400	6,054	144,216
Багет фри	160	5,525	32,720	42,306	485,804

lou lou

LE DESSERT

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Les Galeries Lafayette	585	29,630	127,344	141,309	1 829,852
Павлова "Une femme enjouee"	180	4,444	21,480	46,779	398,212
Шоколадное Шу	140	8,760	41,789	42,510	581,181
Бланманже	200	4,710	21,651	37,453	363,511
Карамельный крем бриоле	150	4,510	39,950	32,550	507,790
Tiramisu	190	8,094	35,720	55,650	576,456
Шоколадный фондан с ромом и банановым мороженым	180	11,790	49,400	74,016	787,824
Конфета трюфель, камамбер, мёд	15	0,606	2,935	2,057	37,067

lou lou

BREAKFAST

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Круассан с пастроми и трюфельным бри	150	13,060	31,830	29,380	456,230
Круассан с красной икрой	125	13,370	28,930	28,005	425,870
Cocktail de crevettes (Салат с крабом и креветками)	220	18,920	30,460	9,400	387,420
Grande salade с авокадо	180	5,800	17,590	7,600	211,910
Завтрак a la russe	330	30,480	67,990	41,070	898,110
Grosse cêpe с копченым лососем	190	24,100	35,760	30,300	539,440
Запеченный камамбер с сезонными фруктами	220	27,950	33,070	42,220	578,310
Paris est une fête (Оладьи, икра, авокадо, яйцо, лосось)	380	35,300	46,820	39,340	719,940
Заварное кольцо Бенедикт с лососем	240	24,690	49,850	13,710	602,250
Пате из фуагра и печени кролика с бриошью	115	10,900	27,600	17,900	363,600
Каша пшеничная с тыквой на кокосовом молоке	320	11,700	25,300	55,700	497,300
Каша цельнозерновая с белыми грибами	330	20,820	30,000	49,240	550,240
Яичница bourguignon с грибами	270	26,300	33,170	29,270	520,810
Омлет с улитками по-Бургундски	200	29,900	40,030	10,630	522,390
Завтрак a la francaise	740	58,190	126,790	162,100	2 022,270
Тост с фуагра и глазуньей	205	26,490	34,210	35,680	556,570
Яйца a la russe с икрой	150	21,230	31,040	1,470	370,160
Яйцо Cocotte с крабом и томатами	200	18,130	23,480	20,360	365,280
Яичница с авокадо и томатами	240	20,800	27,730	4,240	349,730
Омлет со страчателлой и тапеннадом из чёрного трюфеля	190	22,500	37,720	4,150	446,080
Омлет с трюфельным бри	230	30,900	59,450	6,086	682,994
Omelette Tognade с креветками	275	28,700	31,400	9,900	437,000
Омлет с крабом	200	23,175	42,040	4,350	488,460
Galette des rois	85	6,360	28,770	33,260	417,410
Cêpe с грушей	250	15,520	38,250	70,555	688,550
Сырник из топлёного творога с земляникой	250	10,369	12,208	17,845	222,728
Matin à Paris (Маковый френч тост с мороженым синнабон)	190	12,380	22,740	59,100	490,580
Круассан с джемом	60/35/35	4,840	39,700	46,040	560,820
Сезонный тарт с голубикой	200	12,230	25,420	45,010	457,740

Lou Lou

GARNITURES

Наименования блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл	Ккал
Авокадо frais 50гр	50	1,000	7,350	0,900	73,750
Пастроми из форели 50гр	50	10,600	8,950	0,700	125,750
Мортаделла 50гр	50	8,200	12,650	1,550	152,850
Томаты 50гр	50	0,550	0,100	1,900	10,700
Клубника 20гр	20	0,160	0,008	1,500	6,712
Малина 20гр	20	0,160	0,100	1,660	8,180
Голубика 20гр	20	0,200	0,100	1,320	6,980
Мёд горный 50гр	50	0,000	0,000	40,000	160,000
Конфитюр 50гр	50	0,400	0,200	19,500	81,400
Страчателла 35гр	35	3,500	7,350	0,665	82,810
Креветки тигровые 60гр	60	11,340	1,320	0,000	57,240
Буррата 1шт	100	17,000	20,000	2,000	256,000
Трюфель чёрный 2гр	2	0,220	0,880	0,130	9,320
Боттарга 2гр	2	0,700	0,078	0,000	3,502

lou lou