



ТТТ

ТАБЛИЦА КАЛОРИЙНОСТИ

КАЛОРИЙНОСТЬ БЛЮД

Наименование	Вес, г	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
SOUPS					
Том Ям вегетарианский	800	31	13	35	470
Том Ям курица	800	32	31	33	540
Том Ям морепродукты	800	35	30	27	540
Том Ям морепродукты с лососем	800	37	52	35	680
Том Ям GREEN вегетарианский	800	43	14	37	590
Том Ям GREEN с морепродуктами	800	42	58	37	760
Том Ям GREEN с морепродуктами и лососем	880	49	51	38	800
Том Ям GREEN с курицей	800	44	35	36	680
Том Кха вегетарианский	800	41	32	37	640
Том Кха морепродукты	800	42	58	37	760
Том Кха морепродукты с лососем	880	47	73	38	870
Том Кха с курицей	800	42	52	35	720
Фо Бо с говядиной	700	21	69	143	1040
Тайский сливочный с морепродуктами	350	49	26	16	610
Гаспачо с роллами из креветок	330	1	8	28	153
STARTERS AND SALADS					
Капуста кимчи	130	1	2	10	55
Ассорти кимчи	202	5	2,5	16	120
Битые огурцы	250	26	3,5	7	280
Рисовые пончики	189	16	16	88	550
Тартар из тунца на бао	180	28	15	27	420
Тартар из угря на бао	120	14	11	35	311
Запечённые мидии в соусе Том Ям	120	46	15	36	620
Green salad	300	23	6,5	9	270
Салат с хрустящими баклажанами	180	17	4,5	45	350
Цезарь с курицей карри	205	35	17	4	420
Салат с креветками и манго	358	40	13	18	490
Салат с угрём и личи	290	17	8,5	21	270
CRUNCHY					
Хрустящий кальмар темпура	190	23	22	61	540
Креветки в соусе карри	165	12	14	44	340
Креветки васаби	155	17	14	56	430
Хрустящие креветки к пиву	130	22	24	22	380
Угольные креветки в соусе манго-горчица	190	16	17	55	430
Самоса с креветками	150	4	3	14	100
Спринг роллы креветки	180	3	12	31	200
Спринг роллы цыпленок	150	5,5	8,5	28	200
OUR SPECIALITIES					
Роти с цыпленком, огурцами и зеленым манго	250	31	21	77	670
Роти с креветками, зеленым манго и соусом из кинзы	170	28	20	76	640
Роти с угрём, гуакамоле и кокосовым кремом	260	56	20	81	910
Бао-бургеры цыпленок	220	42	34	107	940
Бао-бургеры креветки	220	31	17	44	540
Мини-чебуреки цыпленок	238	22	17	53	470
Мини-чебуреки креветки	238	19	16	54	450
Гедза утка	280	31	14	100	740
Гедза говядина	280	47	21	60	740
Гедза креветки	280	36	22	58	650
WOK					
Лапша Пад Тай креветки	500	60	31	118	1140
Лапша Пад Тай цыпленок	500	38	18	125	920
Том Ям noodles с креветками	550	42	42	122	1030
Том ям noodles цыпленок	550	34	31	139	980
Китайская лапша вегетарианская	500	40	34	172	1190

Наименование	Вес, г	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Китайская лапша с креветками	500	41	52	172	1270
Китайская лапша цыпленок	500	40	34	172	1190
Фрайд райс вегетарианский	565	40	28	288	1620
Фрайд райс с креветками	572	19	43	268	1410
Фрайд райс с цыпленком	570	30	42	245	1420
Фрайд райс со свиной тясью	565	42	37	261	1570
MAIN COURSE					
Желтое карри с креветками	550	44	46	207	1400
Желтое карри с цыпленком	550	53	52	180	1410
Желтое карри со свиной тясью	550	83	39	178	1610
Зеленое карри с креветками	500	43	41	176	1260
Зеленое карри с цыпленком	550	56	53	179	1430
Зеленое карри со свиной тясью	550	85	39	178	1630
Красное карри с креветками	550	41	41	177	1240
Красное карри с цыпленком	550	53	53	180	1410
Красное карри со свиной тясью	550	83	39	178	1610
Тайский вок в кисло-сладком соусе креветки	458	25	38	259	1410
Тайский вок в кисло-сладком соусе свинина	461	70	38	259	1820
Тайский вок в кисло-сладком соусе цыпленок	516	25	19	259	1340
Ребра барбекю, жареный жасмин, кимчи	550	138	34	191	2140
Боул карри курица	464	12	42	167	910
Боул карри креветки	483	20	36	143	860
CALIFORNIA / HAND ROLLS					
Фирменный ролл TYO	320	29	29	87	730
Хенд ролл лосось	160	10	17	79	460
Хенд ролл тунец	160	5,5	17	82	440
Хенд ролл креветки	160	4,5	21	82	450
Калифорния с креветкой	250	16	33	86	620
Калифорния с лососем	250	19	25	94	650
Филадельфия с лососем	290	25	27	95	690
Филадельфия с угрем	290	28	24	107	760
Бангкок	380	34	36	127	960
Канада	363	21	30	113	780
Сурин	280	23	34	97	720
Аляска	260	24	44	94	770
Атараци	230	14	22	92	600
Икура	340	27	28	100	752
NO RICE SUSHI ROLLS					
Панг-Тао	250	18	26	15	388
Чайсай	250	20	27	23	373
BAKED ROLLS					
Филадельфия Hot	300	35	29	108	940
Калифорния Hot с креветками	290	31	29	106	890
Калифорния Hot с лососем спайс	270	28	25	94	800
Тори Унаги	270	34	21	101	780
Динамит	260	26	22	106	740
Пхукет	290	24	26	108	820
Эби Hot	290	30	31	113	840
Текка Hot	390	51	33	109	1030
TEMPURA ROLLS					
Насан темпура	200	17	25	85	650
Фумисава темпура	220	12	22	90	630
Чайнат темпура	200	13	18	83	550
SET					
Ассорти 1	770	43	71	250	1740
Ассорти 2	690	53	62	282	1880

Наименование	Вес, г	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ДЕСЕРТЫ					
Тирамису TYO	300	51	21	91	397
Бао пончики	120	18	2	9	198
Десерт Кокос	121	31	6	46	490
Мороженое ванильное	50	5	1,5	10	90
Мороженое клубника	50	5	1,5	10	90
Мороженое шоколад	50	5	1,5	10	90
Мотти черная смородина	136	16	3,5	33	290
Мотти с соленой карамелью	136	35	5	43	500
Пирожное шоколадное Black forest	161	27	7,5	50	470
Чиа манго	151	35	11	37	500

Наименование	Вес, г	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ДЕТСКОЕ МЕНЮ					
Карбонара с беконом	371	67	29	80	1050
Картофель фри	150	33	4,5	40	470
Куриные котлетки, пюре	250	19	17	3,5	240
Куриные мини-пельмени, сырный соус	200	22	22	38	430
Куриные нагетсы	160	17	41	39	480
Куриный суп с лапшой	343	18	20	28	350
Салат овощной	190	22	1,5	6,5	230
Суп с мини-пельменями	382	19	26	24	370
Шашлычки из креветок, желтый рис	285	43	48	99	910

КАЛОРИЙНОСТЬ БАР

Наименование	Объем, мл	Калорийность, ккал
НАСТОЙКИ ФИРМЕННЫЕ		
Драконий фрукт	40	84
Имбирная	40	76
Лимонная	40	59
Сет настоек	120	192
ВЕРМУТЫ		
Мартини Бьянко	40	60
Мартини Фиеро	40	60
ДИЖЕСТИВ		
Егермайстер	40	21
Белуга Ботаникалс Груша и Липа	40	88
ВОДКА		
Белая Березка	40	88
Белуга Нобл	40	88
Чистые Росы	40	88
ДЖИН		
Манкай Артисанал	40	96
ТЕКИЛА		
Ранчо Алегре 100%	40	88
РОМ		
Плантейшн	40	98
Плантейшн Дарк	40	96
ВИСКИ		
Джемесон	40	89
Дюарс Уайт Лейбл	40	88
Дюарс Джаланиз Смуз	40	88
Уильям Лоусонс	40	88
Чивас Ригал 12	40	88
Тенжаку	40	94
Матсуи зе Сан Ин	40	94
БРЕНДИ		
Торрес 10	40	86
САКЭ		
Хакусика Сакагура	40	37
ПИВО		
Атомная прачечная	500	300
Палм	500	325
Зубр Голд	500	200
Зубр Дарк	500	205
Францисканер	450	216

Наименование	Объем, мл	Калорийность, ккал
Бад б/а	330	132
Эль Капулько	450	189
Аббе блонд	330	192
Аббе брюн	330	188
Крик Бун	250	100
Стелла Артуа	440	202
Палм Тропикал	330	125
КОКТЕЙЛИ		
Спокойные травы	90	180
Путь дракона	135	338
Японская тувелька	144	144
Драган сангрия	185	257
Ронин	125	138
Фудзи. Извержение	140	239
Бабл	120	168
Электро	150	152
СайФайчик	140	171
КЛАССИЧЕСКИЕ КОКТЕЙЛИ		
Мартини Фиеро Тоник	150	225
Апероль Спритц	160	640
Мохито	150	720
Мохито манго	190	798
Белуга Ботаникалс-тоник	150	450
КОФЕ		
Эспрессо	30	63
Доппио	60	120
Американо	120	90
Капучино	140	126
Капучино big size	400	240
Капучино кокос	140	280
Капучино миндаль	140	140
Большой капучино на кокосовом молоке	400	440
Латте	250	213
Латте кокос	250	350
Латте миндаль	250	175
Раф	250	325
Ванильный раф с пеной из пломбира	250	325
Раф Лавандовый	250	300
ЧАЙ		
Рукурури	700	330
Черный с чабрецом	700	390
Сенча	700	330

Наименование	Объем, мл	Калорийность, ккал
Молочный улун	700	380
Женьшеневый улун	700	380
Красные фрукты	700	340
Пуэр	700	380
Эрл Грей	700	380
Саган Дайля	700	330
НАПИТКИ		
Кока-кола	330	139
Джермук газ	500	1
Джермук негаз	500	1
Сок Рич Кристал апельсин	200	72
Сок Рич Кристал вишня	200	92
Сок Рич Кристал томат	200	20
Сок Рич Кристал ананас	200	104
Сок Рич Кристал персик	200	112
Сок Рич Кристал яблоко	200	96
Рич тоник	330	118
МОКТЕЙЛИ		
Аранчата	300	165
Гуанабана	300	285
Клубника-имбирь	300	312
Сакура	300	1062
Мохито б/а	300	123
Мохито манго б/а	200	104
ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ		
Тодди Жасмин-киви	200	190
Тодди маракуйя	200	190
Манго-бергамот	200	163
МАТЧА		
Матча розовая	233	373
Матча зеленая	280	238
ШЕЙКИ		
Шейк ванильный	300	453
Шейк клубничный	300	405
Манго шейк	300	282
ДОМАШНИЙ ЧАЙ		
Манго - имбирь	500	150
Личи - алоэ	500	150
Фейхоа - киви	500	175
Имбирь - иланг-иланг	500	125
Питахайя-клубника	500	197

КАЛОРИЙНОСТЬ ВИНО

Наименование	Объем, мл	Калорийность, ккал
ПУЗЫРЬКИ		
Био Био Бабблс	125	85
Био Био Бабблс	750	510
Коль де Мец Розе Спуманте Экстра Драй солиго	750	548
Мартини Просекко DOC	750	525
БЕЛЫЕ		
Освежающие и Бодрящие		
Винью Верде Маре Гриль	125	78
Винью Верде Маре Гриль	750	465
Пино Гриджо Чьело	125	94
Пино Гриджо Чьело	750	563
Совиньон Ля Петит Перрьер	750	908
Уна Грюнер Вельтлинер Гользер	750	533
Ароматные и Насыщенные		
Шардоне Канти	125	90
Шардоне Канти	750	540

Наименование	Объем, мл	Калорийность, ккал
Рислинг Ривер Роут Ландвайн	125	81
Рислинг Ривер Роут Ландвайн	750	488
Совиньон Блан Конкеста	125	91
Совиньон Блан Конкеста	750	548
Рислинг Ребенхоф	750	533
Розовое и Янтарное		
Винью Верде Розе Марэ и Гриль	125	90
Винью Верде Розе Марэ и Гриль	750	540
Локо Чимбаль Оранж	750	510
КРАСНЫЕ		
Лёгкие и Фруктовые		
Сира Тагуа тагуа	125	71
Сира Тагуа тагуа	750	428
Киндзмараули Бесини	750	638
Кол ди Сассо Каstellо Банфи	750	608
Пино Нуар Ля Пти Перрье	750	578

Наименование	Объем, мл	Калорийность, ккал
Богатые и Комплексные		
Амфитрион Сира Мурведр Лефкадия	125	106
Амфитрион Сира Мурведр Лефкадия	750	638
Мальбек Трапиче	125	95
Мальбек Трапиче	750	555
Кьянти Поджатико	750	630
Каберне Совиньон Резерв Тагуа Тагуа	750	488

Утверждено приказом директора
05.04.2024 от 05.04.2024 г.
Введено в действие с 05.04.2024 г.
ООО «Альманах»

Директор _____ Сингх Аджай