

Продукт	Калорийность, ккал	Белки, г на 100 г	Жиры, г на 100 г	Углеводы, г на 100 г
9 унцевый домашний стейк-филе, ресторан «APPLEBEE'S»	189	26,85	9,08	0
Аррос Кон Лече, (рисовый пуддинг), ресторан «Латино»	146	3,2	3,69	24,42
Аррос Кон Фрайджолс Негро (рис и черная фасоль), ресторан «Латино»	151	4,64	3,85	21
Аррос Кон Хэбичуелас Колорадо (рис и красная фасоль), ресторан «Латино»	142	3,96	3,46	21,14
Аррос Конрэндулс (рис и горох), ресторан «Латино»	182	3,5	4,98	29,35
Говядина с овощами, Китайский ресторан	105	7,08	5,3	5,79
Дважды хрустящие креветки (Double Crunch Shrimp), ресторан «APPLEBEE'S»	323	12,31	18,9	23,36
Жаренные сырные палочки (моцарелла), ресторан «Семейный стиль»	325	14,75	18,33	23,14
Золотые жареные креветки, ресторан «DENNY'S»	277	11,51	16,67	20,21
Картофель фри, ресторан «APPLEBEE'S»	290	3,31	13,17	35,6
Картофель фри, ресторан «DENNY'S»	282	3,41	14,13	31,7
Картофель фри, ресторан «Семейный стиль»	289	3,49	14,04	33,3
Картофель фри, ресторан-магазин «Cracker Barrel»	255	3,26	13,18	27,37
Креветки, жаренные по-деревенски, тарелка, ресторан-магазин «Cracker Barrel»	287	12,62	16,77	21,1
Креветки, жареные в панировке, ресторан «Семейный стиль»	308	12,67	18,67	20,79
Куриное филе, тарелка, жареное, детское меню, ресторан-магазин «Cracker Barrel»	294	18,67	15,41	19,24
Куриные наггетсы, детское меню, ресторан «DENNY'S», «MOONS & STARS»	377	16,27	28,57	12,79
Куриные палочки, детское меню, ресторан «APPLEBEE'S»	296	19,25	16,15	17,16
Куриные палочки, детское меню,	307	18,68	17,45	17,67

ресторан «Семейный стиль»				
Курица в лимоне, Китайский ресторан	252	11,87	13,55	19,61
Курица с рисом, ресторан «Латино»	174	12,02	5,06	18,83
Курица, цыпленок «Кунг-Пао», Китайский ресторан	129	9,76	6,98	5,37
Макароны с сыром, детское меню, ресторан «APPLEBEE'S», «KRAFT»	143	5,01	4,34	19,78
Макароны с сыром, детское меню, ресторан «DENNY'S»	150	5,19	4,92	19,96
Макароны с сыром, детское меню, ресторан «Семейный стиль»	151	5,42	6,06	17,7
Макароны с сыром, тарелка, детское меню, ресторан-магазин «Cracker Barrel»	192	6,46	11,51	14,88
Рис жареный, Китайский ресторан	174	4,05	2,96	31,69
Рулеты яичные, ассорти, Китайский ресторан	250	8,28	11,94	24,69
Сом, разводимый, тарелка, ресторан-магазин «Cracker Barrel»	266	22,94	17,05	3,71
Стейк-филе, (бифштекс), гриль, ресторан-магазин «Cracker Barrel»	203	31,52	8,52	0
Стейк-филе, ресторан «DENNY'S»	182	28,9	7,34	0,14
Стейк-филе, ресторан «Семейный стиль»	186	28,78	7,88	0,07
Сырные палочки (моцарелла), ресторан «APPLEBEE'S»	316	14,87	18,37	20,77
Сырные палочки (моцарелла), ресторан «DENNY'S»	324	13,56	17,87	25,62
Эмпанадас, говядина, ресторан «Латино»	335	11,31	18,37	29,19