

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
MIXED CHIRASHI (GOURMET SUSHI)	608	144	2,6	0,5	19,1	2,6	10,3	0,84
SALMON CHIRASHI (GOURMET SUSHI)	684	162	4,2	0,8	23,2	3,2	7,5	0,83
TUNA AND SALMON CHIRASHI (GOURMET SUSHI)C	635	150	2,8	0,5	23,2	3,2	7,8	0,67

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	g
CALIFORNIA ROLL MIXED 18 (GOURMET SUSHI)	750	179	6,4	1,2	22,4	3,4	7,3	0,93
CALIFORNIA ROLL MIXED 12 (GOURMET SUSHI)	733	175	6,7	1,6	21,1	3,3	6,9	0,91
SALMON CALIFORNIA ROLL & MAKI MIX (GOURMET SUSHI)	709	169	6,1	1,5	20,6	3,0	7,3	0,98
GOURMET PASSION (SUSHI GOURMET)	738	176	6,7	1,7	19,7	2,9	8,7	0,75
GOURMET TEMPTATION (GOURMET SUSHI)	828	198	8,7	2,9	22,2	3,5	7,2	0,91
VEGETARIAN ROLL BOX (GOURMET SUSHI)	595	142	4,5	0,9	21,5	3,5	3,0	0,71
MISS INPHON (GOURMET SUSHI)	853	204	8,5	2,3	23,5	6,3	7,2	0,85
MISTER INPHON (GOURMET SUSHI)	811	193	6,8	1,7	24,1	6,8	8,0	1,04
MIXED SPICY (GOURMET SUSHI)	719	171	4,4	0,8	25,4	3,9	7,0	0,94
DISCOVERY BOX (GOURMET SUSHI)	676	161	4,6	1,2	22,7	3,3	6,7	0,80
MIXED SUSHI & CALIFORNIA ROLLS (GOURMET SUSHI)	705	167	4,6	0,9	22,8	3,3	8,3	1,02
SALMON SUSHI & CALIFORNIA ROLLS (GOURMET SUSHI)	763	182	6,0	1,2	23,5	3,4	8,0	0,94

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
CALI CRUNCH ROLL (GOURMET SUSHI)	765	182	5,6	1,7	27,8	10,3	3,6	1,77
CHICKEN CRUNCH ROLL (GOURMET SUSHI)	757	180	5,5	1,7	25,2	10,0	6,2	1,65
SALMON CRUNCH ROLL (GOURMET SUSHI)	845	202	7,8	2,1	25,4	9,9	5,9	1,52
VEGGIE CRUNCH ROLL (GOURMET SUSHI)	760	181	5,7	1,8	27,9	11,1	2,9	1,62

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
MARINATED SALMON SALAD (GOURMET SUSHI)	705	168	5,5	1,1	22,4	5,2	6,3	1,11
MARINATED TUNA SALAD (GOURMET SUSHI)	655	156	4,0	1,0	22,4	5,2	6,6	0,92
MARINATED TOFU SALAD (GOURMET SUSHI)	674	161	5,3	1,0	22,8	5,1	4,6	0,63

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	g
SALMON CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	686	164	6,4	1,2	19,2	3,5	6,8	1,33
SURIMI & SALMON CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	738	176	7,5	1,2	20,8	3,9	5,8	1,43
CRUNCH SURIMI & SALMON CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	974	233	10,5	2,9	27,1	11,4	5,6	1,23
CRUNCH TUNA & SALMON CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	955	228	10,1	2,8	25,8	11,0	6,6	1,20
SURIMI CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	708	169	6,1	1,0	24,0	4,4	4,0	1,47
TEMPURA CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	1019	244	12,2	1,4	26,5	3,0	6,3	1,17
TOBIKO CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	749	179	7,8	2,2	18,2	3,4	8,3	1,30
TUNA BOX CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	710	169	5,4	1,0	20,4	3,7	9,1	1,44
VEGGIE CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	669	160	6,5	1,3	21,1	3,8	3,4	1,17
SHIITAKE TEMPURA ROLL (GOURMET SUSHI)	951	227	12,0	1,1	25,4	4,0	3,9	1,14
VEGGIE GARDEN ROLL (GOURMET SUSHI)	647	154	3,1	0,7	24,1	4,2	4,9	2,21
SPICY CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	656	156	4,7	0,7	24,0	4,8	3,8	1,50
SPICY TUNA ROLL (GOURMET SUSHI)	648	154	4,4	0,9	21,5	4,6	6,5	1,33
SPICY SALMON ROLL (GOURMET SUSHI)	702	167	6,1	1,1	20,9	4,5	6,5	1,52
SPICY PRAWN TEMPURA ROLL (GOURMET SUSHI)	797	190	8,0	1,4	23,6	4,4	5,2	1,56

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	kcal	kJ	g	g	g	g	g	g
GOURMET MAKI APPETIZER (GOURMET SUSHI)	173	730	3,3	1,1	30,5	4,5	4,8	1,06
MIXED MAKI (GOURMET SUSHI)	157	662	2,0	0,5	27,8	4,2	6,4	1,23
CUCUMBER MAKI (GOURMET SUSHI)	130	552	0,6	0,1	27,6	5,0	3,2	1,56
SALMON MAKI (GOURMET SUSHI)	176	743	3,9	0,7	26,7	4,6	8,3	1,88
TUNA MAKI (GOURMET SUSHI)	159	670	1,3	0,4	28,4	4,8	8,0	1,66
AVOCADO MAKI (GOURMET SUSHI)	172	726	3,7	0,8	30,3	5,2	3,6	1,71

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
SALMON SUSHI (GOURMET SUSHI)	766	182	5,0	1,0	25,3	3,9	8,6	1,11
SALMON & TUNA SUSHI (GOURMET SUSHI)	693	164	2,9	0,6	25,3	3,9	9,1	1,11

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
GOURMET MENU (GOURMET SUSHI)	694	165	4,9	1,1	21,9	2,9	7,9	0,62
VEGAN PLATTER (GOURMET SUSHI)	518	124	3,8	0,9	17,4	3,9	3,8	0,65



<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
SALMON SASHIMI (GOURMET SUSHI)	875	210	14,0	2,6	1,3	1,2	19,6	1,00
TUNA & SALMON SASHIMI (GOURMET SUSHI)	655	156	7,5	1,4	1,3	1,2	21,0	0,99

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
SEAWEED SALAD (GOURMET SUSHI)	279	66	1,8	0,5	10,7	5,0	1,8	0,72
CALAMARI SALAD (GOURMET SUSHI)	667	158	2,0	0,4	20,0	16,6	13,0	2,80
COLESLAW SALAD (GOURMET SUSHI)	413	98	2,4	0,3	15,4	15,2	1,2	0,69
PRAWN TEMPURA (GOURMET SUSHI)	1169	280	17,6	2,5	18,6	2,3	11,4	1,60
CHICKEN GYOZA (GOURMET SUSHI)	781	187	8,6	1,2	19,0	1,8	7,3	0,85
PRAWN GYOZA (GOURMET SUSHI)	704	167	4,9	0,9	21,9	2,5	8,2	0,83
OKONOMIYAKI ((GOURMET SUSHI)	515	122	4,0	0,9	14,8	3,8	6,1	0,44
SHELLED EDAMAME (GOURMET SUSHI)	588	140	5,2	1,6	9,9	2,2	10,9	0,03

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
CALIFORNIA ROLL RAINBOW (GOURMET SUSHI)	745	178	8,6	1,7	15,3	2,6	9,2	0,94
SALMON CHEESE ROLL (GOURMET SUSHI)	799	191	7,7	2,6	21,1	3,8	9,0	1,20
WAKAME SALMON CALIFORNIA ROLL (GOURMET SUSHI)	675	161	6,1	1,2	19,4	3,9	6,5	1,34
FUTO CALIFORNIA ROLL(GOURMET SUSHI)	677	161	6,0	1,2	18,2	3,7	8,1	1,40
SPICY TUNA CRUNCH ROLL (GOURMET SUSHI)	676	161	5,0	1,1	22,1	7,5	6,2	1,55
PRAWN DRAGON ROLL (GOURMET SUSHI)	469	111	2,8	0,4	12,4	2,7	8,8	1,60
DOUBLE SALMON ROLL (GOURMET SUSHI)	780	187	9,3	1,8	16,4	2,8	8,6	1,34

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
SALMON SPRING ROLL (GOURMET SUSHI)	678	161	3,0	0,6	24,6	6,3	4,9	0,36
PRAWN SPRING ROLL (GOURMET SUSHI)	571	135	0,3	0,1	25,2	6,4	3,9	0,66
VEGGIE SPRING ROLL (GOURMET SUSHI)	512	121	0,2	0,1	24,5	7,0	1,3	0,33

PRODUCT	ENERGY	ENERGY	FAT	SATURATES	AVAILABLE CARBOHYDRATE	SUGARS	PROTEIN	SALT
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
TEPPANYAKI NOODLES - CHICKEN KATSU (GOURMET SUSHI)	768	183	8,2	0,8	21,0	4,9	5,8	0,86
TEPPANYAKI NOODLES - PRAWN (GOURMET SUSHI)	653	155	6,0	0,6	18,4	3,5	6,3	0,91
TEPPANYAKI NOODLES - CHICKEN (GOURMET SUSHI)	678	161	6,0	0,7	18,0	3,8	8,2	0,80
TEPPANYAKI NOODLES - SALMON (GOURMET SUSHI)	763	182	8,7	1,1	18,4	3,5	7,0	0,59
TEPPANYAKI NOODLES - TOFU (GOURMET SUSHI)	686	163	5,9	0,6	22,2	5,2	4,6	0,80
STIR FRIED RICE WITH CHICKEN (GOURMET SUSHI)	616	146	3,6	0,3	21,9	3,2	6,3	0,53
STIR FRIED RICE WITH VEGETABLES (GOURMET SUSHI)	564	134	3,4	0,3	22,4	3,1	2,9	0,35
STIR FRIED RICE WITH PRAWN (GOURMET SUSHI)	597	142	3,5	0,3	22,5	3,0	4,7	0,59

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kcal</b>	<b>kJ</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
CRISTAL SALMON ROLL (GOURMET SUSHI)	151	633	6,3	2,0	16,2	2,9	6,8	1,24
SPRING BOX (GOURMET SUSHI)	137	576	4,4	1,2	18,3	2,9	5,6	1,04

<b>PRODUCT</b>	<b>ENERGY</b>	<b>ENERGY</b>	<b>FAT</b>	<b>SATURATES</b>	<b>AVAILABLE CARBOHYDRATE</b>	<b>SUGARS</b>	<b>PROTEIN</b>	<b>SALT</b>
	<b>kJ</b>	<b>kcal</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
4 CHICKEN TERIYAKI (GOURMET SUSHI)	715	170	7,7	2,1	2,0	1,9	23,0	0,28
CHICKEN YAKITORI SET (GOURMET SUSHI)	734	174	8,0	2,2	1,4	1,3	24,0	0,25