

SUPE - CIORBE 350 ML

CIORBA DE BURTA 70G/280G

(oase de vita , burta de vita, smantana, oua, ceapa, morcovi, tellina, usturoi ,ulei floarea soaserului, sare)

Val energ 65kcal/ kj 272, proteine 3.4g, glucide 1,3g din care zaharuri 0,6g, lipide 5,2g din care grasini saturate 2,5g, sare 0.3g

CIORBA DE PERISOARE 50G/ 300G

(oase de porc, carne de porc, orez, ceapa, morcovi, telina, ardei gras, ulei de floarea soarelui , rosii in bulion, sare)

Val energ 75kcal/ kj 314, grasimi 5g din care saturate 1,5g ,glucide 3,7g , sare 1,2g, proteine 3,5g

SUPA DE PUI CU TAITEI DE CASA 50G/300G

(pui intreg, morcovi, ceapa,ardei gras, faina,ou,sare,ulei de floarea soarelui)

Val energ 50kcal, kj209,3, Grasimi 1g,glucide 7g din care zaharuri 0.1g,proteine 2g,sare 0.2g

CIORBA DE PUI RADAUTEANA 50g/300g

(pui intreg,ceapa,tellina,ardei,morcov,smantana,otet,ou,ulei de floarea soarelui)

Val energ 365kj/87,4kcal , grasimi 4,4 din care saturate 0.1g,glucide 3,7g din care zaharuri 0.1g,proteine 7,6g,sare 1g

CIORBA DE VACUTA 350g

Cartofi albi: 50 g , Carne de vita: 50 g , Mazare verde: 30 g , Rosii: 30 g , Morcov crud: 25 g , Telina: 25 g (Contine: **Telina**), Fasole verde pastai: 24 g , Patrunjel verde: 20 g , Ardei gras rosu: 20 g , Ceapa: 20 g , Sare de masa: 5 g , Sare de lamaie: 1 g

Valori nutritionale / 100g:Valoare energetica: 56.35 KCal /235.76 Kj , Grasimi: 0.89 g, Acizi grasi saturati: 0.29 g, Glucide: 7.32 g, Zaharuri: 2.05 g, Proteine: 4.99 g, Sare: 1.71 g

Alergeni: Telina

SUPA CREMA DE LEGUME 350g

Cartofi albi: 100 g , Ceapa: 40 g , Telina: 30 g (Contine: **Telina**), Rosii: 30 g , Patrunjel verde: 20 g , Morcov crud: 20 g , Ardei gras rosu: 30 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 50.45 KCal /211.09 Kj , Grasimi: 0.23 g, Acizi grasi saturati: 0.03 g, Glucide: 10.68 g, Zaharuri: 2.5 g, Proteine: 1.85 g, Sare: 0.02 g

Alergeni: Telina

GRILL 200G

PIEPT DE PUI

(piept de pui,condimente(piper,paprica,cimbru),sare, ulei de floarea soarelui)

Val energ 150kcal/633kj,glucide 0,2g ,proteine 27,5g,grasimi saturate 0,5g,sare 1,37g

PIEPT DE CURCAN

(piept de curcan,condimente(piper,paprica,cimbru) ,sare,ulei de floarea soarelui)

Val energ 150kcal/633kj, glucide 0.2g,proteine 27.5g,grasimi 0.5g

COTLET DE PORC

(cotlet porc,condimente(cimbru,piper,paprika),ulei de flarea soarelui)

Val energ 139kcal/581kj, glucide 0.2g,proteine21g,grasimi saturate1.6g,sare 1.05g

CEAFA PORC

(ceafa porc fara os, condimente(piper,paprika,cimbru), ulei foarea soarelui)

Val energ 276kcal/1155kj,glucide0g,proteine26g,grasimi 23,6g,sare 1g

MITITEI 80G

(carne porc,condimente,bicarbonat de sodiu)

Val energ 146kcal/611kj, glucide 2g, proteine 14g,grasimi 9g

CARNACIORI PROASPETI DE PORC 200G

(carne porc,slanina porc, condimente,membrana naturala)

Val energ 366kcal/1532kj , glucide 1g,proteine 12g,grasimi 35g,sare 1.2g

MUSCHI VITA LA GRATAR 250G

(muschi vita)

Val energ 915.04kj/219.84kcal. glicide 7.62g, zaharuri 0.07g, proteine 12.53g, grasimi 15.42g, acizi grasi saturati 4.3g, sare 0.04g

Pulpa de pui dezosata la gratar 250g

Pulpa de pui cu piele cruda: 250 g , Ulei: 2 g , Piper negru: 2 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 218.97 KCal /916.17 Kj , Grasimi: 16.53 g, Acizi grasi saturati: 4.36 g, Glucide: 0.8 g, Zaharuri: 0.26 g, Proteine: 16.03 g, Sare: 1.05 g

PESTE – FRUCTE DE MARE

SOMON FILE

(somon,condimente,ulei foarea soarelui)

Valoare energetica 100g:169kcal/707 kj, glucide 0g,proteine 25,4g,grasimi 6,7g, sare 1g)

PASTRAV FILE 200G

(file pastrav, condimente,ulei floarea soarelui)

Valoare energetica 100g: 190 kcal,794kj,glucide 0g,proteine 26,6,grasimi 8.5g

FRIGARUIE CREVETI 200G

(creveti,condimente,ulei floarea soarelui)

Valoare energetica 100g: 99kcal, 414.2kj, glucide 0g, proteine 20g,grasimi 1.1g

SARAMURA DE CRAP CU MAMALIGUTA 250g/250g/250g

Crap: 250 g (Contine: **Peste**), Malai: 100 g , Ardei gras rosu: 20 g , Usturoi: 10 g , Ardei iute: 10 g , Rosii: 10 g , Ceapa 20g,Piper negru: 3 g , Sare de masa: 3 g , Ulei floarea soarelui: 3 g , Otet: 3 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 117.25 KCal /490.57 Kj , Grasimi: 4.44 g, Acizi grasi saturati: 0.08 g, Glucide: 20.87 g, Zaharuri: 0.56 g, Proteine: 12.87 g, Sare: 0.73 g

Alergeni: Peste

CRAPUL PESCARULUI CU MAMALIGUTA SI MUJDEI 250G/300/50G

Crap: 250 g (Contine: **Peste**), Malai: 150 g (Contine: **Gluten**), Ulei de palmier: 10 g ,usturoi 10g Sare de masa: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 186.63 KCal /780.88 Kj , Grasimi: 7.78 g, Acizi grasi saturati: 1.57 g, Glucide: 12.11 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 15.76 g, Sare: 1.59 g

Alergeni: Peste, Gluten

FILE DE SALAU MEUNIERE 200g

Salau de Nil file*: 150 g (Contine: **Peste**), Ou: 50 g (Contine: **Oua**), Pesmet: 50 g (Contine: **Gluten**), Faina alba: 50 g (Contine: **Gluten**), Ulei de palmier: 10 g , Sare de masa: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 177.43 KCal /742.38 Kj , Grasimi: 4.35 g, Acizi grasi saturati: 2.1 g, Glucide: 18.02 g, Zaharuri: 0.54 g, Proteine: 15.39 g, Sare: 1.36 g

Alergeni: Peste, Oua, Gluten

FISH &CHIPS 150/150/50G

Salau de Nil file: 150 g (Contine: **Peste**), Ou: 50 g (Contine: **Oua**), Pesmet: 50 g (Contine: **Gluten**), Faina alba: 50 g (Contine: **Gluten**), Ulei de floarea soarelui: 10 g , cartofi albi 150g, sos soia 10 g;Sare de masa: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 192.53 KCal /805.53 Kj , Grasimi: 7.57 g, Acizi grasi saturati: 1.74 g, Glucide: 14.96 g, Zaharuri: 0.45 g, Proteine: 14.53 g, Sare: 0.16 g

Alergeni: Peste, Oua, Gluten,sos soia

PASTE SI RISOTTO 300G

PASTE CARBONARA

(Paste,bacon,parmesan,ou,grana)

Valoare energetica 100g: 885.16kj/211.52kcal , grasimi 14.07 din care saturate 5.6g,glucide 11.11g din care zaharuri 0.14g, sare 1.23g, proteine 8.06g

PASTE SICILIENE AL FORNO

(paste,piept de pui,ciuperci,mozzarella, parmesan,grana)

Valoare energetica 100g: 130.8kcal,544kj, proteine 8.5g,lipide 8.5g,lipide 5.8g,glucide 11.3g,sare 1g

PASTE QUATRO FORMAGGI

(paste,4 feluri de branza,grana,lapte)

Valoare energetica 100g: 203.06kcal/852kj, proteine 8.4g,grasimi 9.63g,glucide 19.3g,sare 1.15g

PASTE CU FRUCTE DE MARE

(tagliatelle,fructi de mare,sos de rosii,chilli,usturoi)

Valoare energetica100g: 228kcal,954kj,proteine 23.32g,glucide 24.5g,grasimi 6g,sare 1.15g

PASTE ALL AMATRICIANA

(spaghete,gusa porc, vin alb,rosii in bullion,ulei de masline,ardei iute,parmesan,piper,sare)

Valoare energetica 100g: 245kcal, 1025kj, grasimi 15g din care saturate 6.5g, glucide 12.3g, proteine 5.4g, sare 1.23g

PASTE CU ZUCHINI SI CREVETI

(paste, dovlecel, creveti, usturoi, vin alb, grana, ulei masline, sare, piper, patrunjel)

Val energ 208kcal/ 870kj, proteine 10g, glucide 10.1g, lipide 5.2g, sare 1.1g

PASTE PRIMAVERA

(paste, sos de rosii, porumb, dovlecel, broccoli, ciuperci, masline, usturoi, parmesan, patrunjel)

Val energ 123kcal, 514kj, proteine 3.59g, glucide 18.2g, grasimi 2.01g, sare 1.01g

RISSOTO CU CIUPERCI SI SALSĂ DE TRUFE 350G

(orez, supă de pui, grana, ciuperci, parmesan, unt)

Val energ 107.1kcal /448kj, grasimi 2.1g din care saturate 0.4g, glucide 20g din care zaharuri 1.4g, proteine 2.1g, sare 0.27g

Alergeni: Oua, Gluten

RISSOTTO CU CREVETI SI ZUCHINI 350G

(orez, supă de pui, grana, parmesan, creveti, dovlecei, unt)

Val energ 114.3kcal /478kj, grasimi 2.3g din care saturate 0.4g, glucide 20g din care zaharuri 1.4g, proteine 2.3g, sare 0.25g

Alergeni: , Oua, Gluten

RISOTTO CU PUI SI CIUPERCI 350G

(orez, supă de pui, grana, parmesan, ciuperci, unt)

Val energ 117kcal/490kj, grasimi 2.1g din care saturate 0.4g, glucide 20g din care zaharuri 1.4g, proteine 2.8g, sare 0.28g

RISSOTTO PRIMAVERA 350G

(orez, legume, parmesan, unt)

Val energ 106kcal/4438kj, grasimi 2.3g din care saturate 0.5g, glucide 21g din care zaharuri 1.5g, proteine 1.2g, sare 0.3g

PIZZA

PIZZA MARGHERITA

(aluat, mozzarella, sos rosii)

Val energ 1249kj/296kcal, glucide 36.94g din care zaharuri 1.89g, proteine 12.48g, grasimi 10.14g, acizi grasi saturati 5.64g, sare 0.73 g, sos rosii corector de aciditate(acid citric E330)

PIZZA DIAVOLA

(aluat, mozzarella, salam picant, sos rosii, ardei iute)

Val energ 1144.61kj/272.23kcal, glucide 30.27g, zaharuri 1.53g, proteine 13.95g, grasimi 9.9g, acizi grasi saturati 5.11g, sare 0.72g, sos rosii corector de aciditate(acid citric E330), dextroza anti oxidant(ascorbate de sodiu E301), regulator de aciditate(glucono-delta-lactona E 575) , Potentiator de gust (monoglutamat de sodiu E 621), emulsifiant diposfati de sodiu si conservati(azotat de sodiu)

PIZZA PROSCITTO E FUNGHI

(aluat, mozzarella, ciuperci, sunca, sos de rosii)

Val energ 996.4kj/236.74kcal, glucide 28.73g, zaharuri 1.78g, proteine 11.7g, grasimi 6.74g, acizi grasi saturati 4.18g, fibre 0.13g, sare 0.86g sos rosii corector de aciditate(acid citric E330), dextroza anti oxidant(ascorbate de sodiu E301), regulator de aciditate(glucono-delta-lactona E 575) , Potentiator de gust (monoglutamat de sodiu E 621), emulsifiant diposfati de sodiu si conservati(azotat de sodiu), stabilizatori trifosfati E 451, agent de ingrosare(caragen E 407) , antioxidant(ascorbate de sodiu E301), Conservant nitrit de sodiu E 250

PIZZA POLLO

Val energ 921.43kj/219.05kcal , glucide 24.03, zaharuri 1.54g, proteine 12.05g, grasimi 7.56g din care acizi grasi saturati 3.58g, fibre 0.19g, sare 0.61 g

(aluat, mozzarella, piept pui, ciuperci, porumb, ardei gras, sos rosii corector de aciditate(acid citric E330), dextroza anti oxidant(ascorbate de sodiu E301), regulator de aciditate(glucono-delta-lactona E 575) , potentiator de gust (monoglutamat de sodiu E 621), emulsifiant diposfati de sodiu si conservati(azotat de sodiu)

PIZZA QUATRO STAGIONI

(aluat, mozzarella, ciuperci, sunca, salam, sos rosii, masline , sos rosii corector de aciditate(acid citric E330), dextroza anti oxidant(ascorbate de sodiu E301), regulator de aciditate(glucono-delta-lactona E 575) , Potentiator de gust (monoglutamat de sodiu E 621), emulsifiant diposfati de sodiu si conservati(azotat de sodiu), stabilizatori trifosfati E 451, agent de ingrosare(caragen E 407) , antioxidant(ascorbate de sodiu E301), , dextroza anti oxidant(ascorbate de sodiu E301), regulator de aciditate(glucono-delta-lactona E 575) , Potentiator de gust (monoglutamat de sodiu E 621), emulsifiant diposfati de sodiu si conservati(azotat de sodiu)

Val energ 975.93kj/231.81kcal, glucide 27.81g din care zaharuri 1.5g,proteine 11.47g, grasimi 7.6g,acizi grasi saturati 3.72g,fibre 0.1g,sare 0.83g

PIZZA QUATRO FORMAGGI

(aluat, brie,gorgonzola,parmesan,grana),

Parmesan-conservant lizozima din ou

Grana-maltodextrine,stabilizatori (guma de guar E412,guma din semnte de Caruba E410),emulsifiant (lecitina din soia E 322)

Val energ 1353kj/322.53kcal, glucide 33.45g din care zaharuri 1.06g,proteine 14.15g, grasimi 14.2g, acizi grasi saturati 14.82g, sare 0.9g

PIZZA PASSION

(aluat, pui, gorgonzola, miez de nuca,mozzarella, sos de rosii),

sos rosii: corector de aciditate(acid citric E330),

dextroza anti oxidant(ascorbate de sodiu E301), regulator de aciditate(glucono-delta-lactona E 575) , Potentiator de gust (monoglutamat de sodiu E 621)

Val energ 1031,64kj/245.54kcal , glucide 25.47g,zaharuri 1.37g, proteine 13.18g, grasimi 9.44g din care acizi grasi saturati 5.43g,fibre 0.18g, sare 0.77g

FOCACCIA SIMPLA

(aluat, oregano)

Val energ 1440.37kj/340.21kcal, glucide 64.98g din care zaharuri 0.92g,proteine 9.17g, grasimi 4038g, din care acizi grasi saturati 0.91g , fibre 0.17g, sare 0.69 g

FOCACCIA CU PARMEZAN

(aluat, parmesan, usturoi, oregano), conservant lizozima din ou

Val energ 1447.67kj/ 342.46kcal, glucide 59.95g din care zaharuri 0.85g,proteine 10.82g, grasimi 6.17g, din care acizi grasi saturati 2.37g, fibre 0.16g, sare 0.8g

SOS DULCE 50g

(sos de rosii), corector de aciditate E330,

Val energ 382.2kj/90.9kcal, glucide 3.9g, din care zaharuri 10.2g, proteine 1.2g, grasimi 3.3g din care acizi grasi saturati 0.4g

SOS PICANT 50g

(sos de rosii, pepperoncino), corector de aciditate E330,

Val energ 684.38kj/164.6kcal , glucide 3.5g, zaharuri 9.18g, proteine 1.08g, grasimi 12.16g, din care acizi grasi saturati 1.76g

SALATE APERITIV

SALATA CAESAR 350g

(mix de salata, piept pui gratar, bacon crocant,crutoane , parmesan,sos anchois,focaccia)

Valoare energetica 100g: 929,62kj/223.19kcal , glucide 8.16g din care zaharuri 1.31g, proteine 12.6g, grasimi 14.77g din care acizi grasi saturati 5.09g,fibre 0.92g,sare 1.14g ,

parmezan- conservant lizozima din ou

bacon- dextroza, stabilizatori(trisidi-fosfati de sodiu, caragenan E407), antioxidant(eritorbat de sodiu E316), potentiator de arome(monoglutamat de sodiu E 621), conservant(nitrit de sodiu E 250),

Alergeni: Peste

Salata cu ton 350g

Salata verde: 200 g , Ton: 100 g (Contine: **Peste**), Rosii: 50 g , Lamaie: 40 g , Porumb conserva: 30 g , Masline negre: 30 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 47.44 KCal /198.51 Kj , Grasimi: 1.12 g, Acizi grasi saturati: 0.06 g, Glucide: 4.05 g, Zaharuri: 0.96 g, Proteine: 6.19 g, Sare: 0.19 g

Alergeni: Peste

Salata ATENA 350g

mix salata (100g) feta (100g) rosii (100g) castravete (50g) masline verzi (20g) oregano (0.5g) dressing iaurt (50g) focaccia (50g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 531.74kJ / 127.75kcal, glucide: 6.73g, din care zaharuri: 0.13g, proteine: 5.11g, grasimi: 8.72g, din care acizi grasi saturati: 3.48g, fibre: 0.63g, sare: 0.59g.

Alergeni: Peste

SALATA HALLOUMI 350g

mix salata 100g, ardei,rosie,dovlecel,ciuperci,branza halloumi,focacia 50g

(branza halloumi 100g,dovlecei,vinete,ardei gras,rosie,ciuperci in proportii variabile 400g) Valoare energetica 100g : 314kj/75kcal, Glucide2,35g din care zaharuri 0,0g,Proteine 6,9g ,Lipide 4,16g din care saturate1,2g , sare 2,08g)

SALATA VEGETARIANA 350G

salata verde,morcov,ardei gras,rosii cheri,masline,porumb,ciuperci fresh,mix seminte,

valoare nutritionala 100g: 420kj/100kcal;proteine 5g;glucide 8,2 g;zaharuri 0,8g;grasimi 2,3g,fibre 2,4 g,sare 0,3 g

SALATA BAVAREZA 350G

salata iceberg 70g,rosii 30g,ciuperci fresh 30g,piept de pui, pesmet 30,faina 70g sos anchois 20g,ulei
Valoare energetica 100g: 929,62kj/223.19kcal , glucide 8.16g din care zaharuri 1.31g, proteine 12.6g,
grasimi 14.77g din care acizi grasi saturati 5.09g,fibre 0.92g,sare 1.14g

Alergeni: Peste

GUSTARI CALDE - RECI

Oua ochiuri 3 buc

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 196 KCal /820.06 Kj , Grasimi: 15.3 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 0.9 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 13.6 g, Sare: 0 g

Alergeni: Oua

Omleta simpla 3 oua

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 196 KCal /820.06 Kj , Grasimi: 15.3 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 0.9 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 13.6 g, Sare: 0 g

Alergeni: Oua

Omleta cu sunca si ciuperci

(2 oua,sunca,ciuperci)

Valori nutritionale :225,8kcal;glucide 2,4g;proteine 14g,grasimi 16,9g din care saturate 1,2g

Alergeni: Oua,

Omleta cu sunca si cascaval

Oua: 100 g (Contine: **Oua**), Cascaval: 50 g (Contine: **Lapte**), Sunca presata: 50 g , Ulei floarea soarelui: 5 g

Valori nutritionale / 100g:Valoare energetica: 218.8 KCal /915.48 Kj , Grasimi: 15.39 g, Acizi grasi saturati: 1.62 g, Glucide: 0.24 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 17.88 g, Sare: 0.07 g

Alergeni: Oua, Lapte

Omleta taraneasca

Ou: 100 g (Contine: **Oua**), Kaizer: 50 g , Telemea vaca: 30 g (Contine: **Lapte**), Ardei gras: 10 g , Ceapa: 10 g , Ulei floarea soarelui: 5 g

Valori nutritionale / 100g: Valoare energetica: 191.95 KCal / 803.12 Kj , Grasimi: 13.55 g, Acizi grasi saturati: 6.78 g, Glucide: 0.79 g, Zaharuri: 0.25 g, Proteine: 14.67 g, Sare: 1.2 g

Alergeni: Oua

Inele de calamar pane 200g

Calamar prajit calamar (200g) Faina (80g) lamaie (0.5g) amidon porumb (0.5g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 1355.81kJ / 325.41kcal, glucide: 25.48g, din care zaharuri: 1.61g, proteine: 5.34g, grasimi: 21.68g, din care acizi grasi saturati: 2.11g, fibre: 0.22g, sare: 0.81g

Ficatei de pasare cu sos de vin si usturoi 300g

Ficatei de pui crud: 300 g , Vin alb de masa: 25 g , Ulei: 20 g , Usturoi: 10 g , Piper negru: 2 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 164.59 KCal / 688.66 Kj , Grasimi: 10.47 g, Acizi grasi saturati: 1.63 g, Glucide: 2.18 g, Zaharuri: 0.28 g, Proteine: 13.47 g, Sare: 1.02 g

Legume coapte pe plita si Halloumi grill 200/400g

(branza halloumi 200g, dovlecei, vinete, ardei gras, rosie, ciuperci in proportii variabile 400g) Valoare energetica 100g : 314kJ/75kcal, Glucide 2,35g din care zaharuri 0,0g, Proteine 6,9g ,Lipide 4,16g din care saturate 1,2g , sare 2,08g)

Cașcaval pane: 200 g (crusta pesmet, făină de grâu, sare, drojdie, colorant-extract de ardei roșu, apă, făină de grâu, sare, , lapte, sare, culturi lactate, cheag, apa, ulei de floarea soarelui, amidon de porumb, Contine: **Soia, Oua, Telina, Mustar, Seminte de susan**), Ulei de palmier: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 290.83 KCal / 1216.82 Kj , Grasimi: 16.1 g, Acizi grasi saturati: 7.35 g, Glucide: 23.41 g, Zaharuri: 0.88 g, Proteine: 12.68 g, Sare: 1.21 g

Alergeni: Soia, Oua, Telina, Mustar, Seminte de susan

Mamaliguta cu branza, smantana si ou 500g

Malai: 150 g , Telemea vaca: 100 g (Contine: **Lapte**), Smantana 20%: 100 g (Contine: **Lapte**), ou 25g, Ulei floarea soarelui: 8 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 198.66 KCal / 831.2 Kj , Grasimi: 14.87 g, Acizi grasi saturati: 3.82 g, Glucide: 28.19 g, Zaharuri: 0.39 g, Proteine: 8.84 g, Sare: 1.88 g

Alergeni: Lapte

Ciuperci umplute gratinate 300g

Ciuperci champignon: 200 g ,mozzarella 50g, Ulei floarea soarelui: 5 g , Piper negru: 2 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 146.06 KCal /292.72 Kj , Grasimi: 2.44 g, Acizi grasi saturati: 0.28 g, Glucide: 5.33 g, Zaharuri: 2.33 g, Proteine: 2.21 g, Sare: 0.78 g

Bulete de cascaval

(cascaval,oua,faina alba de grau,ulei floarea soarelui,sare,piper)Valoare energetica 100g :1578kj/377kcal,glucide 8,9g din care zaharuri 0,0g,proteine18,9g ;grasimi saturate 12,5g,sare 1g)

Falafel 7 buc -140g

(naut,ceapa,ulei floarea soarelui,usturoi,boia dulce,sare,bicarbonat de sodiu) Val energetica:1293kj/309kcal;glucide 51g din care zaharuri 9g;lipide 5,1g din care saturate0,8g;proteine 16g,sare 1g

Pachetele de primavara 7 buc -140g

(umplutura din legume in proportii variabile :varza,morcov,ceapa,fasole verde,amidon,faina de grau,apa,sare) Val energetica 1575kj/375kcal;glucide 35g,din care zaharuri 3,2g,grasimi 15g,proteine 10g,sare 1g)

Chiftelute 200g

(carne de porc,ceapa,oua,cartofi,usturoi,verdeata,pesmet,ulei floarea soarelui)val energetica 1515kj/291,5kcal;grasimi 22,5g din care saturate12,49g;glucide 21,71g din care zaharuri 2,6 g;proteine 20,11g;sare 1g)

Bruschete cu rosii

(paine de casa,rosii,usturoi,patrunjel,mix salata)

Val energetica 500,62kj/118,39kcal;glucide 21,15g din care zaharuri 0,1,proteine 4,15g ,grasimi 1,75gdin care acizi grasi saturati 0,0g,sare 0,18g

Bruschete cu somon

(paine de casa,somon afumat,mozzarella,usturoi,lamaie,mix salate)

Val energetica 836,9kj/199,4kcal;glucide 20,9g din care zaharuri 0,0g;proteine 9,37g,grasimi,8,44g din care saturate 0,43g ,sare 0,12g

Bruschete cu ton

(paine de casa, ton, ceapa rosie,maioneza,lamaie,mix salate)

Val energetica 475,38kj/112kcal ;glucide 14,03g din care zaharuri 1,19g;proteine 9,44 g,grasimi 1,3g din care acizi grasi saturati 0,09g,sare 0,25g.

Salata de vinete

(vinete,ceapa rosie,ulei floarea soarelui,sare,lamaie)

Val energetica 674kj/160kcal;glucide 27,13g din care zaharuri2,53g;proteine 4,37g,grasimi 1,79g din care saturate 0,19g.

Zacusca de vinete

(vinete,ardei,ceapa,usturoi,suc de rosii,ulei de floarea soarelui)

Val energetica 92kcal/384,92kj,glucide 8,3g;proteine 1,2g,grasimi 6g din care saturate 0,0g,sare 0,5g

Salata de icre

(icre de peste,ulei de floarea soarelui,gris de grau,ceapa,lamaie)

Val energetica 2238kj/536kcal; grasimi 58g din care saturate 5,8g;glucide 1,3 g;proteine 1,9g;sare1g

PREPARATE DE BAZA

PASTRAMA DE OAIE CU MAMALIGA SI MURATURI

(pulpa oaie, malai, usturoi, vin, muraturi, sare piper)

Val energ 661.81kj/158.34kcal, glucide 6.14g,proteine 17.08g, grasimi 1.52g

OAIA LU TATAIE CU MAMALIGUTA 300/200G

pulpa de oaie: 200 g , Malai: 100 g (Contine: **Gluten**), Vin alb de masa: 50 g , Usturoi: 30 g , Ulei floarea soarelui: 10 g ,castravete murat 50g, Piper negru: 5 g , Sare de masa: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 141.71 KCal /592.92 Kj , Grasimi: 3.43 g, Acizi grasi saturati: 0.24 g, Glucide: 23.38 g, Zaharuri: 0.63 g, Proteine: 17.38 g, Sare: 1.25 g

Alergeni: Gluten

BULZ CIOBANESC 500G

pulpa de oaie: 200 g , Malai: 100 g (Contine: **Gluten**), Vin alb de masa: 50 g , Usturoi: 30 g , Ulei floarea soarelui: 10 g ,branza burduf 50g, ou 25g,Piper negru: 5 g , Sare de masa: 5 g

Valoare energetica: 151.71 KCal /692.92 Kj , Grasimi: 4.43 g, Acizi grasi saturati: 0.24 g, Glucide: 23.38 g, Zaharuri: 0.63 g, Proteine: 17.38 g, Sare: 1.25 g

TOCHITURA MOLDOVENEASCA CU MAMALIGUTA 300/200g

ceafa de porc: 200 g , Malai: 150 g , Sos de rosii: 100 g , Ou: 50 g (Contine: **Oua**), Telemea vaca: 50 g (Contine: **Lapte**), Ulei: 50 g , carnaciori proaspeti de porc: 50 g , Usturoi: 5 g , Piper negru: 5 g , Sare de masa: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 229.2 KCal /958.95 Kj , Grasimi: 18.27 g, Acizi grasi saturati: 2.83 g, Glucide: 19.29 g, Zaharuri: 0.52 g, Proteine: 10.83 g, Sare: 1.06 g

Alergeni: Oua, Lapte

Pui Crispy cu cartofi prajiti si sos smantana cu usturoi.200/150/50

Cartofi : 150 g , Piept de pui: 100 g , Smantana: 50 g, Usturoi 10g, Ou: 25 g (Contine: **Oua**), Faina alba: 10 g (Contine: **Gluten**), Fulgi de porumb: 10 g , Ulei: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 163.18 KCal /682.73 Kj , Grasimi: 4.65 g, Acizi grasi saturati: 0.92 g, Glucide: 16.07 g, Zaharuri: 1.02 g, Proteine: 12.98 g, Sare: 0.25 g

Alergeni: Oua, Gluten

PUI ASIA CU LECUME THAI SI OREZ BASMATTI 300/150G

Piept de pui 150g,morcov 50g,ardei 50g,telina 50,sos soia 20g,orez basmati 150g,sare,

valoare energetica 100g:75,35 kcal/315,26kj;proteine 11g;glucide 3,15g;zaharuri 0,15;grasimi 1,35,din care saturati 0,82g,sare 2g

Alergeni :telina,sos soia

Pui chilly cu legume,susan si orez basmatti 300/150g

Piept de pui 150g,morcov 50g,ardei 50g,telina20g,sos soia 20g,susan 10g,urechi de lemn 50g,faina 20g,ou 20g, orez basmati 150g,sare,

valoare energetica 100g:75,35 kcal/315,26kj;proteine 11g;glucide 3,15g;zaharuri 0,15;grasimi 1,35,din care saturati 0,82g,sare 2g

Alergeni :telina,sos soia,susan,ou,gluten

Tigaie picanta pui 300g.

pulpe dezodate (100g) piept pui (100g) ardei capia (60g) ceapa rosie (60g) rosii (50g) ardei iute (20g) vin alb (20g) sare (1g) usturoi (0.5g) piper (0.5g) patrunjel (0.5g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 364.25kJ / 86.83kcal, glucide: 5.32g, din care zaharuri: 0.76g, proteine: 7.36g, grasimi: 3.46g, din care acizi grasi saturati: 0.54g, fibre: 0.9g, sare: 0.12g.

Tigaie picanta porc 300g.

Pulpa porc (100g) ceafa porc (100g) ardei capia (60g) ceapa rosie (60g) rosii (50g) ardei iute (20g) vin alb (20g) sare (1g) usturoi (0.5g) piper (0.5g) patrunjel (0.5g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 364.25kJ / 86.83kcal, glucide: 5.32g, din care zaharuri: 0.76g, proteine: 7.36g, grasimi: 3.46g, din care acizi grasi saturati: 0.54g, fibre: 0.9g, sare: 0.12g.

Tigaie mix pui/porc 300g

Pulpa pui(100g) ceafa porc (100g) ardei capia (60g) ceapa rosie (60g) rosii (50g) ardei iute (20g) vin alb (20g) sare (1g) usturoi (0.5g) piper (0.5g) patrunjel (0.5g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 364.25kJ / 86.83kcal, glucide: 5.32g, din care zaharuri: 0.76g, proteine: 7.36g, grasimi: 3.46g, din care acizi grasi saturati: 0.54g, fibre: 0.9g, sare: 0.12g.

PIEPT CURCAN CU SOS GORGONZOLA

(piept curcan, gorgonzola, parmesan, grana)

Val energ 542.75kj/129.8kcal, glucide 4.08g, din care zaharuri 0.62g,proteine 11.84g,grasimi 6.96g,acizi grasi saturati 1.19g,fibre 0.42g,sare 0.29g,

parmesan: conservant lizozima din ou

gorgonzola:matodextrine,stabilizatori(gum ace guar E412), guma din seminte de caruga(E410), emulsifianti (lecitina din soia(E322) ,

Grana-maltodextrine,stabilizatori (guma de guar E412,guma din semnte de Caruba E410),emulsifiant (lecitina din soia E 322)

SNITEL PUI 250G

(piept pui, faina, sare,pesmet.ou,piper)

Val energ 1162.33kj/264.96kcal, glucide 31.39g,zaharuri 0.37g,proteine 11.3g,grasimi 9.7g,acizi grasi saturati 0.21g, fibre 2.63g,sare 0.24g

SNITEL PORC 250G

(muschi file porc 180g, pesmet 50g, faina 20g,ou 25g,sare 1g,piper)

Val energ 1115.21kj/265.6kcal, glucide 31.69g din care zaharuri 0.4g,proteine 10.83g,grasimi 9.84g, acizi grasi saturati 0.35g, fibre 2.6g, sare 0.8g

CROCHETE DE PUI 250G

(piept pui, fulgi porumb, sare,faina.ou,piper)

Val energ 1162.33kj/264.96kcal, glucide 31.39g,zaharuri 0.37g,proteine 11.3g,grasimi 9.7g,acizi grasi saturati 0.21g, fibre 2.63g,sare 0.24g

Alergeni:gluten,ou

PUI SHANGHAI 250g

piept de pui 180g,sos soia,faina,50g,ou 20g

Valoare energetica100g: 1115.21kj/265.6kcal, glucide 31.69g din care zaharuri 0.4g,proteine 10.83g,grasimi 9.84g, acizi grasi saturati 0.35g, fibre 2.6g, sare 0.8g

Alergeni:ou,gluten,sos soia

SNITEL CURCAN 250G

(piept curcan 180g, faina, sare,pesmet.ou,piper)

Valare energetica 100G: 832kj/198.96kcal, glucide 14.39g,zaharuri 1.37g,proteine 16.3g,grasimi 7.7g,acizi grasi saturati 1.21g, fibre 2.63g,sare 1.6g

Alergeni:ou,gluten

SNITEL VIENEZ 250G

muschi de vita 180g,faina20,ou 25g ,pesmet 30g,sare

Valoare energetica 100g: 1162.33kj/264.96kcal, glucide 31.39g,zaharuri 0.37g,proteine 11.3g,grasimi 9.7g,acizi grasi saturati 0.21g, fibre 2.63g,sare 0.24g

Alergeni:ou,gluten

MUSCHI VITA CU SOS GORGONZOLA

(muschi vita, gorgonzola, grana, unt, sare, piper)

Val energetica 100g: 965.69kj/232.46kcal, glucide 5.85g, zaharuri 1.12g, proteine 11.06g, grasimi 17.79g,acizi grasi saturati 4.88g,

Grana-maltodextrine,stabilizatori (guma de guar E412,guma din semnte de Caruba E410),emulsifiant (lecitina din soia E 322)

gorgonzola:,matodextrine,stabilizatori(gum ace guar E412), guma din seminte de caruga(E410), emulsifianti (lecitina din soia(E322) ,

PFEFFERSTEAK

(muschi vita, piper verde, unt, coniac, sare, grana)

Val energetica 100g: 929.42kj/223.7kcal. glucide 9.28g din care zaharuri 0.78g, proteine 10.82g, grasimi 15.43g, acizi grasi saturati 3.58g,

Grana-maltodextrine, stabilizatori (guma de guar E412, guma din semnte de Caruba E410), emulsifiant (lecitina din soia E 322)

PLATOURI RECI- CALDE

PLATOU TRADIONAL ROMANESC

Valoare enegetica 100g

Slanina afumata (538kcal/2259.6kj, grasimi 43g din care saturate 14g, glucide 1g, proteine 36g, sare 2.1g)

Costita afumata (283.8kcal/1191kj, grasimi 23.3g din care saturate 9g, glucide 2g, proteine 16.4g, sare 1g)

Babic (279kcal/1171.80kj, grasimi 13.19g din care saturate 0.9g, glucide 3.37g, zahar 0.15g, proteine 36g, sare 0.9g)

Ghiudem(470kcal/1974kj, grasimi 40g, din care saturate 0.7g, glucide 2g, proteine 22g, sare 0.8g)

Rosii cu vinete(94kcal/394.8kj, grasimi 8/g, glucide 5g, zahar 2g, proteine 1g, sare 1.6g)

Telemea de vaca(231kcal/970.20kj, grasimi 19g, proteine 16g)

Cruditati(39kcal/163.80kj, grasimi 0.1g, glucide 8.3g, proteine 1g)

PLATOU RECE PASSION

Valoare energetica 100g

Muschi file afumat(382kcal/1604.40kj, grasimi 5.5g din care saturate 2g, glucide 2g, zaharuri 0.88, proteine 2.75g)

Salam crud uscat(510kcal/2142kj, grasimi 45g din care saturate 5.4g, glucide 0.1g, proteine 15g)

Cascaval(334kcal/1402.80kj, grasimi 25g din cate saturate 15g, glucide 0.1g, zaharuri 0.1g, proteine 27g, sare 1.7g)

Masline(200kcal/824kj, grasimi 18.6g din care saturate 3.1g, glucide 2.4g, zaharuri 0.1g, proteine 1.5g, sare 5.4g)

Sunca(89kcal/373.8kj, grasimi 1.5g, proteine 17.5g, sare 2.2g)

Salata a la ruse(141kcal/592.20kj, grasimi 10.6, glucide 9.6g, proteine 1.7g, sare 0.3g)

Rosii cu vinete(94kcal/394.80kj, grasimi 8g, glucide 5g, zaharuri 2g, proteine 1g, sare 1.6g)

Icre(91.3kcal/383.46kj, grasimi 3.1g, glucide 10.5g, proteine 5g)

Bruschete cu somon(199.4kcal/837.48kj, grasimi 78.44g din care saturate 0.43g, glucide 20.9g, proteine 9.37g, sare 0.12g)

Cruditati(39kcal/163.80kj, grasimi 0.1g, glucide 8.3g, proteine 1g)

PLATOU PARIS

Valoare energetica 100g

Camembert(356kcal/1475.kj,grasimi 31g din care saturate 22g,glucide 1.3g,zaharuri 0.5g,proteine 18g,sare 1.7g)

Brie(397kcal/1231kj,grasimi 25g din care saturate 17g,glucide 1g,zaharuri 1g,proteine 18g,sare 2g)

Gorgonzola(348kcal/1441kj,grasimi 29g din care saturate 19g,proteine 20g,sare 1.9g)

Telemea de capra(205kcal/865kj,grasimi 4.2g din care saturate 0.6g,glucide 35g,zaharuri 2.1g,proteine 6.4g,sare 1.65g)

Branza cheddar(403kcal/1692.60kj,grasimi 33.1g din care saturate 21g,glucide 1.3g,proteine 24.9g,zaharuri 0.6g)

Ementaler(355kcal/1474kj,grasimi 27g din care saturate 21g,glucide 0.1g,proteine 28g,sare 1g)

Biscuit sarati(445kcal/1869kj,grasimi 11g din care saturate 8g,glucide 72g,zaharuri 2.5g,proteine 11g,sare 1.9g)

Mere(67kcal/281.4kj,grasimi 0.5g,glucide 15.1g,zaharuri 2.78g,proteine 0.8g)

Caise uscate(283kcal/1188.60kj,grasimi 0.5g,glucide 62.6g,zaharuri 20g,proteine 3g,sare 1g)

Nuci(654kcal/2736kj,grasimi 65.2g din care saturate 6.1g,glucide 13.7g,zaharuri 2.6g,proteine 15.2g,sare 0.2g)

Miere(326kcal/1384kj,glucide 81g,proteine 0.4g,zaharuri 81g)

Masline verzi(200kcal/840kj,grasimi 2.5g,glucide 2.4g,proteine 0.65g, sare 3.7g)

Struguri(66kcal/277.2kj,glucide 15g)

PLATOU MIXT GRILL

Valoare energetica 100g

Muschi file porc(139kcal/581kj,grasimi 1.6g din care saturate 1.6g,glucide0.2g,proteine21g,sare 1.05)

Mititei(146kcal/611kj,grasimi 9g din care saturate 7.5g,glucide 2g,proteine14g,sare 1.2g)

Piept pui(150kcal/633kj,grasimi 0.5g din care saturate 0.5g,glucide 0.2g,proteine 27.5g,sare 1.37g)

Ciuperci gratar(27kcal/1134kj,grasimi 2.4g,glucide 4.8g,proteine1.2g,sare 0.7g)

Bulete cascaval(346kcal,1448kj,grasimi 22.5g din care saturate 16.4g,glucide 14.06g,zaharuri 0.8g,proteine 21.19g,sare 1.4g)

Cartofi wedges(147kcal/617.40kj,grasimi 5g,glucide 22g,zaharuri 3.1g,proteine 2.5g,sare 1g)

Mustar(90kcal/377kj,grasimi 4.5g din care saturate 0.2g,glucide 7g,zaharuri 5.2g,proteine 3.9g,sare 2.7g)

Muraturi(18kcal/75.6kj,grasimi 0.1g,glucide 4.1g,zaharuri 1.2g,proteine 0.6g,sare 1.9g)

PLATOU DOMNITEI

Valoare energetica 100g

Pulpe pui gratar(225kcal/943kj,grasimi 13.5g din care saturate 2.8g,proteine26g,sare 1g)

Crochete pui(274kcal/1150.8kj,grasimi 15.42g din care saturate 3.4g,glucide 13.66g,zaharuri 1.8g,proteine 20g)

Snitel pui(226kcal/949.20kj,grasimi 12g din care saturate 2.5g,glucide 16g,zaharuri 2.4g,proteine 14g,sare 0.89g)

Gujoane pui(210.3kcal/880kj,grasimi 8.71g din care saturate 2.35g,glucide 14.78g,zaharuri 4.6g, proteine 18.18g, zahar 0.77g)

Ficatei pasare(275kcal/1155kj,grasimi 17.1g din care saturate 1.2g,glucide 2.2g,proteine 26g,sare 3g)

Ciuperci gratar(27kcal/113.40kj,grasimi 24g,glucide 4.8g,proteine 1.2g,sare 0.7g)

Cartofi cu ierburi(147kcal,617.40kj,grasimi 5g,glucide 22g,zaharuri 3.1g,proteine 2.5g,sare 1g)

Muraturi(18kcal/75.6kj,grasimi 0.1g,glucide 4.1g,zaharuri 1.2g,proteine 0.6g,sare 1.9g)

PLATOU DUNAREAN

Valoare energetica 100g

File pastrav gratar(141kcal/590kj,grasimi 6g din care saturate 1.4g,proteine 20g, sare 0.5g)
Salau pufos(401.8kcal,1681kj,grasimi 13.61g din care saturate 2.33g,glucide 21.25g,zaharuri 1.25g,proteine 46.98g,sare 0.5g)
Crochete salau(401.8kcal,1681kj,grasimi 13.61g din care saturate 2.33g,glucide 21.25g,zaharuri 1.25g,proteine 46.98g, sare 0.5g)
Cartofi prajiti(162kcal/680.40kj,grasimi 7.17g din care saturate 7g,proteine 22.86g,sare 0.5g)
Inele calamar(228kcal/957.60kj,grasimi 7.9g din care saturate 3.2g,glucide 29.8g,proteine 8.8g,sare 1g)
Broccoli si morcovi baby sote(42kcal/176.40kj,grasimi 2g,glucide 3.7g,proteine 1.3g,sare 0.8g)
Cartofi wedges(147kcal/617.40kj,grasimi 5g,glucide 22g,zaharuri 3.1g,proteine 2.5g,sare 1g)
Mamaliga(70kcal/294kj,glucide 15g,proteine 2g,sare 1g)
Mujdei de usturoi(400kcal/1680kj,grasimi 40g,glucide 6.7g,proteine 6.7g, sare 1g)
Sos tartar(469kcal/1969.80kj,grasimi 48.7g din care saturate 3.5g,glucide 5.6g,proteine 0.7g,sare 1g)

PLATOU BOIERULUI

Valoare energetica 100g

Ceafa porc gratar(225kcal/943kj,grasimi 143g din care saturate 11.4g,proteine 24.2g,zahar 1.5g)
File porc gratar(139kcal/58kj,grasimi 1.6g din care saturate 1.6g,glucide 0.2g,proteine 21g,sare 1.05g)
Pulpe pui gratar(225.5kcal/943kj,grasimi 13.5g din care saturate 2.8g,proteine 26g,sare 1g)
Carnaciori proaspeti gratar(312.6kcal/1312.92kj,grasimi 14.2 din care saturate 3.6g,proteine 13.6g,sare 1.8g)
Nuci(146kcal,611kj,grasimi 9g din care saturate 7.5g,glucide 2g,proteine14g,sare 1.2g)
Bulete cascaval(346kcal,1448kj,grasimi 22.5g din care saturate 16.4g,glucide 14.06g,zaharuri 0.8g,proteine 21.19g,sare 1.4g)
Cartofi cu ierburi(147kcal/617.40kj,grasimi 5g,glucide 22g,zaharuri 3.1g,proteine 2.5g,sare 1g)
Ciuperci gratar(27kcal/113.40kj,grasimi 24g,glucide 4.8g,proteine 1.2g,sare 0.7g)
Mustar(90kcal/377kj,grasimi 4.5g din care saturate0.2g,glucide 7g,zaharuri 5.2g,proteine 3.9g,sare 2.7g)
Muraturi(18kcal/75.6kj,grasimi 0.1g,glucide 4.1g,zaharuri 1.2g,proteine 0.6g,sare 1.9g)

STREET FOOD

PASSION BURGER CU CARTOFI PRAJITI

(cartofi, carne vita, chifla,sosuri, ceapa prajita, chedar,rosii,bacon,castravete murat)

Val energ 1249.79kj/299.46kcal, glucide 18.31g, din care zaharuri 2.86g, proteine 13.09g, grasime 17.65g, acizi grasi saturati 3.41g, sare 0.64g

Bacon – dextroza, stabilizatori(trisidi-fosfati de sodiu, caragenan(E407)), antioxidant eritobat de sodiu (E316), potentiator de aroma(monoglutamat de sodiu E621), consservant(nitrit de sodiu E 250)

PASSION CHICKEN BURGER CU CARTOFI PRAJITI

(snitel de pui, chifla burger,sosuri, chedar,rosie, castravete murat,ceapa caramelizata)

Val energ 1313.75kj/314.93kcal , glucide 23.87g din care zaharuri 2.73g,proteine 8.5g, grasimi 18.97, acizi grasi saturati 2.81g, sare 0.73g

PORK RIBS BBQ CU CARTOFI WEDGHES 500/200g

coasta de pork 500g,sos bbq 50g,cartofi albi 200g

valoare nutritonala 100g: 1103.3 kj/265,5 kcal;proteina 19,22 g;glucide 28,67g;zaharuri 22g;grasimi 20,25g;sare 2,1g

TAMBALUL PORCULUI CU CARTOFI WEDGHES 500/200g

coasta de pork 500g,sos bbq 50g,cartofi albi 200g,ulei,sare,rosmarin

valoare nutritonala 100g: 1103.3 kj/265,5 kcal;proteina 19,22 g;glucide 28,67g;zaharuri 22g;grasimi 20,25g;sare 2,1g

GARNITURI

Piure de cartofi cartofi (200g) lapte (20g) unt (20g) sare (1g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 522.78kJ / 124.87kcal, glucide: 15.07g, din care zaharuri: 0.66g, proteine: 1.95g, grasimi: 5.6g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1.82g, sare: 0.16g.

Piure de cartofi cu trufe cartofi (200g) lapte (20g) unt (20g) crema trufe (5g) sare (1g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 530.58kJ / 126.8kcal, glucide: 14.81g, din care zaharuri: 0.65g, proteine: 2g, grasimi: 5.91g, din care acizi grasi saturati: 0.07g, fibre: 1.84g, sare: 0.15g.

Cartofi prajiti cu parmezan, usturoi, ierburi aromatice cartofl(250g) parmesan (30g) usturoi (0.5g) rozmarin (0.5g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 371.55kJ / 88.46kcal, glucide: 10.02g, din care zaharuri: 0g, proteine: 4.57g, grasimi: 3.1g, din care acizi grasi saturati: 2.23g, fibre: 1.05g, sare: 0.17g.

- Parmesan: conservant (lizozima din ou)

Legume la gratar rosii (100g) vinete (50g) dovlecel (50g) ardei capia (50g) ciuperci champinion (50g) ceapa (50g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 133.42kJ / 31.63kcal, glucide: 4.57g, din care zaharuri: 0.84g, proteine: 1.24g, grasimi: 0.23g, din care acizi grasi saturati: 0.02g, fibre: 1.42g, sare: 0g.

CARTOFI PRAJITI 150g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 92.57 KCal /387.32 Kj , Grasimi: 4.86 g, Acizi grasi saturati: 2.44 g, Glucide: 10.48 g, Zaharuri: 1.05 g, Proteine: 1.33 g, Sare: 0.06 g

Cartofi nature 200g

Cartofi albi: 200 g , Unt: 10 g Patrunjel verde: 5 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 98.24 KCal /411.05 Kj , Grasimi: 3.85 g, Acizi grasi saturati: 0.02 g, Glucide: 14.63 g, Zaharuri: 2.29 g, Proteine: 1.66 g, Sare: 0.94 g

MAMALIGA 200g

Malai: 100 g , Ulei floarea soarelui: 10 g , Sare de masa: 5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 163.83 KCal /685.45 Kj , Grasimi: 9.55 g, Acizi grasi saturati: 0.78 g, Glucide: 67.83 g, Zaharuri: 0.52 g, Proteine: 6.09 g, Sare: 4.35 g

CARTOFI WEDGES CU IERBURI AROMATICE 200G

Cartofi Wedges*: 200 g ,rosmarin, Ulei de palmier: 10 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 159.24 KCal /666.25 Kj , Grasimi: 8 g, Acizi grasi saturati: 2.82 g, Glucide: 19.05 g, Zaharuri: 2.48 g, Proteine: 2.1 g, Sare: 0.51 g

Cartofi chips (150g)

cartofi albi 170g,ulei 10g,

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 1375kJ / 329kcal, glucide: 38g, din care zaharuri: 0g, proteine: 4g, grasimi: 17g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 4g, sare: 0g

Risotto cu fructe de mare 250g

orez basmati(100g) midii (50g) calamar (50g) vongole (50g) carne midii (50g) creveti (50g) baby caracatita (50g) unt (50g) parmesan (50g) sare (1g) patrunjel (0.5g) busuioc (0.5g) piper (0.5g)Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 861.77kJ / 205.25kcal, glucide: 22.18g, din care zaharuri: 0.34g, proteine: 10.02g, grasimi: 8.21g, din care acizi grasi saturati: 1.83g, fibre: 0.55g, sare: 0.35g

- Parmesan: conservant (lizozima din ou)

SALATE

SALATA RUCOLA CU ROSII CHERRY rucola (120g) rosii cherry (50g) parmesan (30g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 348.58kJ / 83.53kcal, glucide: 2.05g, din care zaharuri: 1.26g, proteine: 6.53g, grasimi: 4.62g, din care acizi grasi saturati: 3g, fibre: 1.28g, sare: 0.26g.

- Parmesan: conservant (lizozima din ou)

SALATA ARDEI COPTI ardei capia in otet (200g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 89.8kJ / 21.5kcal, glucide: 0.5g, din care zaharuri: 2g, proteine: 0.6g, grasimi: 0.7g, din care acizi grasi saturati: 0.3g, fibre: 1.4g, sare: 1.7g

- Ardei capia in otet: stabilizator (clorura de calciu E 509), indulcitor (zaharina E 954)

SALATA MURATURI ASORTATE gogosari (100g) castraveti murati (100g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 101.35kJ / 24.1kcal, glucide: 3.8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0.95g, grasimi: 0.2g, din care acizi grasi saturati: 0.05g, fibre: 1.65g, sare: 0.6g.

SALATA DE VARZA varza (195g) marar (5g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 126.85kJ / 29.89kcal, glucide: 2.71g, din care zaharuri: 3.12g, proteine: 1.33g, grasimi: 0.12g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0.05g, sare: 0.01g.

SALATA DE VARA rosii (100g) castravete (70g) ceapa rosie (30g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 95.37kJ / 22.59kcal, glucide: 3.33g, din care zaharuri: 0.63g, proteine: 0.84g, grasimi: 0.18g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0.85g, sare: 0g.

Mix salate verzi cu lamaie 150g

ice berg(50g) rucola (20g) valeriana,(30g),salata verde 50g ,lamaie 50g

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 95.37kJ / 22.59kcal, glucide: 3.33g, din care zaharuri: 0.63g, proteine: 0.84g, grasimi: 0.18g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0.85g, sare: 0g.

DIVERSE

SOS GORGONZOLA gran cucina (40g) gorgonzola (10g) unt (10g) piper (2g) sare (2g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 1157.48kJ / 279.92kcal, glucide: 2.7g, din care zaharuri: 3.21g, proteine: 6.1g, grasimi: 25.73g, din care acizi grasi saturati: 4.65g, fibre: 0g, sare: 1.89g.

- Gran cucina: : maltodextrine, stabilizatori (gumă de guar E412, gumă din semințe de carruba E410), emulsifiant (lecitină din soia E322)

SOS SWEET CHILLI 50G

valoarea energetica 100g:766 kj/183kcal;glucide 45g;zaharuri 41g;sare 2,9g

SOS BBQ 50g

valoare energetica 100g:177 kcal/753 kj;proteine 2g;glucide 40,8g;zaharuri 42,4 g;sare 2 g

MUSTAR 50g

valoare energetica100g:427 kj/102 kcal;3,9 proteine;glucide 10g;zaharuri 5,2 g,grasimi 4,6 g,din care saturati 0,2 g,sare 2,8 g

CRUTOANE de casa 50g

valoare energetica 100g;1703.3 kj/402.9 kcal;proteina 12,8g: glucide 77.19 g; grasimi 2,3g, din care saturati 0,4 g, fibre 11,3 g,sare 2,3 g

SMANTANA 50g

valoare nutritionala **100g**;216kj;glucide 3.9g,proteine 3.3g,lipide 20g

MUJDEI DE USTUROI usturoi (20g) ulei de floarea soarelui (15g) sare (10g) apa (5g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 390.14kJ / 92.82kcal, glucide: 13.2g, din care zaharuri: 0g, proteine: 2.4g, grasimi: 3.2g, din care acizi grasi saturati: 0.32g, fibre: 0.8g, sare: 14.36g.

CHIFLA 60g

Informatii nutritionale 100g:266kj,glucide 50.6,proteine 7.6,grasimi 3.3,fibre 2.4g

PARMEZAN 20g

Informatii nutritionale 100g: 431kj,glucide 4.1,proteine 38g,grasimi 28.6g

ARDEI IUTE(proaspat)

ValInformatii nutritionale 100g: 119.8kj,28.4kcal,glucide 4.8g,proteine 0.8g,grasimi 0.2g

ARDEI IUTE(murat)

Informatii nutritionale 100g:Val energ 244kj/57.6kcal,glucide 3.6g din care zaharuri 8g,proteine 1.4g, grasimi 0.2g

DESERT

CLATITE CU DULCEATA

Gem de visine la borcan: 50 g , Lapte 3.5%: 50 g (Contine: **Lapte**), Ou: 50 g (Contine: **Oua**), Faina alba: 30 g (Contine: **Gluten**), Ulei floarea soarelui: 3 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g.Valoare energetica: 202.25 KCal /846.23 Kj , Grasimi: 4.56 g, Acizi grasi saturati: 1.6 g, Glucide: 32.67 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 5.86 g, Sare: 1.13 g

Alergeni: Lapte, Oua, Gluten

CLATITE CU CREMA DE CIOCOLATA ,BANANE,BISCUITI

crema de ciocolata : 50 g , Faina alba: 50 g ,biscuiti 20g,banane 50g(Contine: **Gluten**), Lapte 3.5%: 50 g (Contine: **Lapte**), Ou: 50 g (Contine: **Oua**), Ulei floarea soarelui: 3 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / 100g:Valoare energetica: 284.38 KCal /1187.69 Kj , Grasimi: 13 g, Acizi grasi saturati: 5.35 g, Glucide: 32.71 g, Zaharuri: 12.68 g, Proteine: 7.41 g, Sare: 1.02 g

Alergeni: Gluten, Lapte, Oua

PAPANASI CU DULCEATA

Papanași 200 g (apă, făină de grâu, brânză dulce de vaci, zahăr, ou, ulei de floarea soarelui , amidon din grâu, agenți de afânare(bifosfat de potasiu, tartrat de potasiu, , sare iodată, arome. , Contine: **Gluten**), Dulceata de afine: 80 g , Smantana 20%: 80 g (Contine: **Lapte**), Ulei de floarea soarelui: 5 g

Valori nutritionale / 100g:Valoare energetica: 229.27 KCal /959.26 Kj , Grasimi: 12.51 g, Acizi grasi saturati: 1.97 g, Glucide: 24.13 g, Zaharuri: 3.18 g, Proteine: 4.31 g, Sare: 0.11 g

Alergeni: Gluten, Lapte

PAPANASI CU CREMA DE CIOCOLATA

Papanași 200 g (apă, făină de grâu, brânză dulce de vaci, zahăr, ou, ulei de floarea soarelui , amidon din grâu, agenți de afânare,crema de ciocolata(bifosfat de potasiu, tartrat de potasiu, , sare iodată, arome. , Contine: **Gluten**), Dulceata de afine: 80 g , Smantana 20%: 80 g (Contine: **Lapte**), Ulei de floarea soarelui: 5 g

Valori nutritionale / 100g:Valoare energetica: 269.27 KCal /989.26 Kj , Grasimi: 15.51 g, Acizi grasi saturati: 2.97 g, Glucide: 27.13 g, Zaharuri: 4.18 g, Proteine: 4.31 g, Sare: 0.11 g

Alergeni: Gluten, Lapte

CHEESECAKE

biscuiti (50g) frisca (30g) crema de branza (100g) zahar (30g) dulceata (30g) unt (20g) oua (5g) esenta vanilie (0.5g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 1274.77kJ / 304.72kcal, glucide: 11.59g, din care zaharuri: 22.99g, proteine: 5.29g, grasimi: 15.98g, din care acizi grasi saturati: 2.87g, fibre: 0.62g, sare: 0g.

- crema de branza: stabilizatori (guma din seminte de carruba E 410), acidifiant (Acid citric E330) • Hulala Frisca: stabilizatori (Sorbitoli E420, Hidroxipropilceluloză E463), emulsifianti (Stearoil-2-lactilat de sodiu E48)

- Dulceata: corector de aciditate (acid citric E 330)

TIRAMISU

oua (500g) mascarpone (140g) zahar pudra (50g) frisca lichida hulala (50g) piscoturi (30g) ness (5g) cacao (5g) amaretto disaronno (5g) Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 925.52kJ / 222.31kcal,

glucide: 4.96g, din care zaharuri: 6.23g, proteine: 9.74g, grasimi: 15.33g, din care acizi grasi saturati: 0.14g, fibre: 0.24g, sare: 4.44g.

- Hulala Frisca: stabilizatori (Sorbitoli E420, Hidroxipropilceluloză E463), emulsifianti (Stearoil-2-lactilat de sodiu E48)

INGHETATA MIXTA

Inghetata vanilie (70g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 906.4kJ / 216.8kcal, glucide: 1g, din care zaharuri: 23g, proteine: 3.2g, grasimi: 12g, din care acizi grasi saturati: 7.5g, fibre: 0g, sare: 0g.

- Inghetata vanilie: emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407), acidifiant (acid citric E 330)

Inghetata ciocolata (70g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 928.9kJ / 221.8kcal, glucide: 27g, din care zaharuri: 0g, proteine: 3.7g, grasimi: 11g, din care acizi grasi saturati: 7.2g, fibre: 0g, sare: 0g.

- Inghetata ciocolata: emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407), acidifiant (acid citric E 330)

Inghetata fructe de padure (70g)

Informatii nutritionale 100g: Valoare energetica: 800.1kJ / 190.5kcal, glucide: 28g, din care zaharuri: 0g, proteine: 2.8g, grasimi: 7.3g, din care acizi grasi saturati: 6.3g, fibre: 0.8g, sare: 0g.

- Inghetata fructi de padure: emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407), acidifiant (acid citric E 330)

Valoarea energetica pentru 100g.