

## Fel principal



### M23 Sarmalute / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, carne tocata amestec 135g, varza murata pentru sarmale 50g, foi de vita pentru sarmale 50g, condimente pentru sarmale 10g, condimente diverse

24 Lei

5g Alergeni: 10,9,2,7,3,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 93.66kcal / 392 kJ, Grasimi / Lipide 3.61g, Acizi grasi saturati 1.51g, Glucide/ Carbohidrati 6.47g, Zaharuri 0.69g, Fibre 0.64g, Proteine 7.58g, Sare 2.22g



### M24 Mici la gratar / Cartofi pai / Mustar

400g

Cartofi pai 210g (cartofi prajiti) , mici congelati 140g, mustar

24 Lei

50g Alergeni: 10,12,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 145.18kcal / 607 kJ, Grasimi / Lipide 10.43g, Acizi grasi saturati 3.08g, Glucide/ Carbohidrati 7.03g, Zaharuri 0.51g, Fibre 1.01g, Proteine 6.51g, Sare 0.89g



### M25 Frigarui de porc / Cartofi prajiti / Salta de rosii

400g

Cartofi pai 200g (cartofi prajiti) , Salata de rosii 100g (rosii,ceapa,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , carne de porc, carcasa proaspata 74g, ardei 20g, ceapa 5.5g, sare de masa 1g

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 151.86kcal / 635 kJ, Grasimi / Lipide 12.24g, Acizi grasi saturati 2.97g, Glucide/ Carbohidrati 7.21g, Zaharuri 0.92g, Fibre 0.84g, Proteine 3.45g, Sare 1.54g



### M26 Saramura de pui / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, piept de pui file, fara piele 100g, rosii decojite 45g, ardei 20g, ceapa 20g, ulei de floarea soarelui 5g, usturoi crud 5g, piper negru 5g

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 82.61kcal / 346 kJ, Grasimi / Lipide 2.05g, Acizi grasi saturati 0.28g, Glucide/ Carbohidrati 9.05g, Zaharuri 0.63g, Fibre 0.93g, Proteine 6.85g, Sare 0.3g

# Grigore Ureche nr.3



## M27 Cascaval pane / Cartofi prajiti / Salta de rosii

400g

Cartofi pai 200g (cartofi prajiti) , Salata de rosii 100g (rosii,ceapa,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , cascaval clasic [lapte de vacă, sare, culturi lactice, cheag] 93g, faina 00 5g, sare de masa 1g, oua clasa I 1g Alergeni: 2,3,

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 148.42kcal / 621 kJ, Grasimi / Lipide 10.89g, Acizi grasi saturati 3.47g, Glucide/ Carbohidrati 7.76g, Zaharuri 0.94g, Fibre 0.76g, Proteine 6.11g, Sare 2.11g



## M12 snitel de pui / piure de cartofi / Salata de rosii

400g

snitel pui 100g, Piure de cartofi 100g (piure de cartofi dulci) , Salata de rosii 100g (rosii,ceapa,ulei de floarea soarelui,sare de masa) Alergeni: 1,

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 130.4kcal / 546 kJ, Grasimi / Lipide 5.34g, Acizi grasi saturati 0.53g, Glucide/ Carbohidrati 14.49g, Zaharuri 3.1g, Fibre 0.71g, Proteine 5.84g, Sare 1.6g



## M28 Cordon bleu / Cartofi medievali / Salata taraneasca

400g

Cartofi medievali 200g (cartofi inabusiti,branza telemea [Lapte de vaca pasteurizat, cheag, sare max.3,5%],ulei de floarea soarelui ,sare de masa) , Salata taraneasca 100g (salata verde,varza cruda,castraveti cruzi,ardei gras rosu,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , piept de pui file, fara piele 70g, cascaval 20g, sos alb bechamel 10g Alergeni: 2,1,3,9, Aditivi: Conservant: E200

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 136.57kcal / 571 kJ, Grasimi / Lipide 7.77g, Acizi grasi saturati 3.03g, Glucide/ Carbohidrati 8.88g, Zaharuri 1.37g, Fibre 0.89g, Proteine 7.55g, Sare 1.62g



## M29 Clatite cu carne / Cartofi gratinati / Salta de cruditati

400g

Cartofi gratinati 200g (cartofi inabusiti,cascaval,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , Salata de cruditati 100g (varza cruda,morcov crud,ulei de floarea soarelui,otet din vin alb, sare de masa) , clatite simple 30g, carne tocata 30g, sos de rosii 25g, cascaval clasic 10g, condimente diverse 5g Alergeni:

24 Lei

10,1,2,3, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 170.59kcal / 714 kJ, Grasimi / Lipide

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3

10.7g, Acizi grasi saturati 3.56g, Glucide/ Carbohidrati 10.34g, Zaharuri 1.93g, Fibre 1.14g, Proteine 7.07g, Sare 1.88g

## M1 Cotlet vanatoresc / cartofi medievali/ Salata de varza

400g

papanasi cu ciocolata 100g, COTLET 70g, cartofi albi cruzi

20g Alergeni: 13,

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 6.95kcal / 29 kJ, Grasimi / Lipide 1.76g, Acizi grasi saturati 0.18g, Glucide/ Carbohidrati 0.96g, Zaharuri 0.23g, Fibre 0.3g, Proteine 0.26g, Sare 0.35g



## M13 Gratra de pui / Cartofi pai / Salata tara neasca

400g

Cartofi pai 175g (cartofi prajiti) , Piept de pui la gratar 125g (piept de pui file, fara piele, piper negru macinat , sare de masa) , Salata taraneasca 100g (salata verde, varza cruda, castraveti cruzi, ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 109.59kcal / 459 kJ, Grasimi / Lipide 5.01g, Acizi grasi saturati 0.71g, Glucide/ Carbohidrati 6.47g, Zaharuri 0.56g, Fibre 0.76g, Proteine 7.63g, Sare 1.42g



## M30 Gulas unguuresc de vita / Piure de cartofi / Salata de sfecla

400g

gulas unguuresc 150g, Piure de cartofi 150g (piure de cartofi dulci) , Salata de sfecla rosie 100g (salata de sfecla rosie)

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 94.69kcal / 396 kJ, Grasimi / Lipide 1.59g, Acizi grasi saturati 0.25g, Glucide/ Carbohidrati 14.77g, Zaharuri 9.78g, Fibre 3.88g, Proteine 3.37g, Sare 14.85g



## M31 Ghiveci frantuzesc / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, ghiveci de legume

200g Alergeni: 10,9,2,7,3,

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 54kcal / 226 kJ, Grasimi / Lipide 0.95g, Acizi grasi saturati 0.45g, Glucide/ Carbohidrati 10.1g, Zaharuri 0.25g, Fibre 0.4g, Proteine 1.35g, Sare 0.57g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3



## M3 File de peste pane / Cartofi nature / Salata de cruditati

400g

File de pangasius pane 150g (file de pangasius, sos alb bechamel, ulei de floarea soarelui, sare de masa) (produs / din produs congelat), Cartofi nature 150g (cartofi fierti, morcov fiert, unt, sare de masa), Salata de cruditati 100g (varza cruda, morcov crud, ulei de floarea soarelui, otet din vin alb, sare de masa)

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 160.28kcal / 671 kJ, Grasimi / Lipide 10.92g, Acizi grasi saturati 4.32g, Glucide/ Carbohidrati 7.8g, Zaharuri 1.66g, Fibre 1.09g, Proteine 7.29g, Sare 2.39g



## M8 Pui cu smantan / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, piept de pui file, fara piele 137.5g, smantana 20% 100g, faina alba de grau 10g, sare de masa 2.5g Alergeni: 1,2,

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 125.2kcal / 524 kJ, Grasimi / Lipide 6.08g, Acizi grasi saturati 3.2g, Glucide/ Carbohidrati 6.91g, Zaharuri 0.91g, Fibre 0.3g, Proteine 9.33g, Sare 0.87g



## M32 File de peste prajit / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, file de pangasius 150g, ulei de floarea soarelui 39.5g, malai 10g, sare de masa 1g

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 150.05kcal / 628 kJ, Grasimi / Lipide 9.41g, Acizi grasi saturati 0.86g, Glucide/ Carbohidrati 8.72g, Zaharuri 0.02g, Fibre 0.58g, Proteine 7g, Sare 0.72g



## M14 Pasticcio

400g

paste penne 150g, carne de pui tocata cruda 150g, sos alb bechamel 75g, cascaval 20g, sare de masa 5g Alergeni:

24 Lei

2,1,3,9, Aditivi: Conservant: E200

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 219.43kcal / 918 kJ, Grasimi / Lipide 5.14g, Acizi grasi saturati 2.07g, Glucide/ Carbohidrati 25.22g, Zaharuri 1.25g, Fibre 11.4g, Proteine 17.15g, Sare 1.7g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3



## M4 Aripioare de pui picante / Piure de cartofi / Salata de varza

400g

Piure de cartofi 150g (piure de cartofi dulci) , Aripioare de pui picante 150g (aripioare de pui picante ) , Salata de varza 100g (varza cruda,ulei de floarea soarelui,otet, sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 92.89kcal / 389 kJ, Grasimi / Lipide 4.92g, Acizi grasi saturati 1.06g, Glucide/ Carbohidrati 7.75g, Zaharuri 3.02g, Fibre 1g, Proteine 4.5g, Sare 1.21g

## Prajoale de legume / Carofi la cuptor / Salata de varza

400g

Parjoale de legume 150g (cartofi albi cruzi,ciuperci taiate , morcov fiert,ceapa,pesmet,faina alba de grau , gris de grau,sare de masa,praf de usturoi) , Cartofi pai 150g (cartofi prajiti) , Salata de varza 100g (varza cruda,ulei de floarea soarelui,otet, sare de masa)

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 72.64kcal / 304 kJ, Grasimi / Lipide 3.84g, Acizi grasi saturati 0.49g, Glucide/ Carbohidrati 8.73g, Zaharuri 1.14g, Fibre 1.21g, Proteine 1.28g, Sare 1.14g



## M5 Ficatii de pui la cuptor / Orez cu ciuperci / Salata verde

400g

Orez cu ciuperci 150g (orez alb gatit,ciuperci champignon taiate in saramura ,ceapa alba cruda,condimente diverse, ulei de floarea soarelui) , Salata verde 150g (salata verde,ardei gras rosu,ulei de floarea soarelui, sare de masa) , Ficatii de pui la cuptor 100g (ficat de pui prajit,sos de rosii,sare de masa) Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 133.16kcal / 557 kJ, Grasimi / Lipide 4.89g, Acizi grasi saturati 1.07g, Glucide/ Carbohidrati 12.15g, Zaharuri 1.21g, Fibre 0.85g, Proteine 8.67g, Sare 2.08g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)



# Grigore Ureche nr.3



**M34 Parjoale moldovenesti / Orez sarbesc / Salata de sfecla**  
Orez sarbesc 190g (orez bob lung, amestec de condimente uscate, sazon, sultan bulion 18%, ceapa, ulei floarea soarelui, sare de masa) , Salata de sfecla rosie 100g (salata de sfecla rosie) , carne tocata amestec 50g, cartofi albi cruzi 30g, ulei de floarea soarelui 10g, morcov crud 5g, condimente diverse 5g, usturoi crud 5g, ceapa alba cruda 5g Alergeni: 10,

400g

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 189.77kcal / 794 kJ, Grasimi / Lipide 4.44g, Acizi grasi saturati 0.86g, Glucide/ Carbohidrati 31.5g, Zaharuri 0.87g, Fibre 0.74g, Proteine 5.5g, Sare 3.4g



**M6 Biftec de pui / Cartofi prajiti / Salata de cruditati**  
Cartofi pai 175g (cartofi prajiti) , Salata de cruditati 125g (varza cruda, morcov crud, ulei de floarea soarelui, otet din vin alb, sare de masa) , Biftec de pui 100g (carne de pui tocata cruda, smantana 12%, faina alba de grau , condiment chiftele, piper negru, sare de masa)

400g

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 148.38kcal / 621 kJ, Grasimi / Lipide 8.74g, Acizi grasi saturati 1.93g, Glucide/ Carbohidrati 9.32g, Zaharuri 1.37g, Fibre 1.24g, Proteine 8.61g, Sare 1.52g



**M15 snitel de porc / Piure de cartofi / Salata de varza**  
Snitel de porc 150g (cotlet de porc, ulei de floarea soarelui, faina alba de grau , sare de masa, oua consum) , Piure de cartofi 150g (piure de cartofi dulci) , Salata de varza 100g (varza cruda, ulei de floarea soarelui, otet, sare de masa)

400g

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 147.43kcal / 617 kJ, Grasimi / Lipide 8.4g, Acizi grasi saturati 1.41g, Glucide/ Carbohidrati 7.97g, Zaharuri 3.06g, Fibre 1g, Proteine 9.13g, Sare 1.4g

## Parjoale de legume

cartofi albi cruzi 26g, morcov fiert 25g, ciuperci taiate 25g, ceapa 10g, pesmet 5g, faina alba de grau 3g, gris de grau 3g, sare de masa 2g, praf de usturoi 1g Alergeni: 1,12,8,

200g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 39.67kcal / 166 kJ, Grasimi / Lipide 0.23g, Acizi grasi saturati 0.07g, Glucide/ Carbohidrati 8.18g, Zaharuri 0.94g, Fibre 0.83g, Proteine 1.4g, Sare 1.02g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29

era  
by ALLVIEW

[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3



## M16 Ciulama de pui / Mamaligita

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, pulpa de pui fiarta fara piele 100g, smantana naturala 75g, faina alba de grau 17g, sare de masa 5g, piper negru macinat 2g, ou de gaina 1g Alergeni: 3,1,8,  
**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 136.39kcal / 571 kJ, Grasimi / Lipide 6.06g, Acizi grasi saturati 2.5g, Glucide/ Carbohidrati 11.07g, Zaharuri 0.74g, Fibre 0.4g, Proteine 7.99g, Sare 1.74g

21 Lei



## M35 Cotlet de porc impanat / Piure de cartofi / Salata de varza

400g

Piure de cartofi 200g (piure de cartofi dulci) , Salata de varza 100g (varza cruda,ulei de floarea soarelui,otet, sare de masa) , cotlet de porc 83g, morcov crud 15g, condimente diverse 2g Alergeni: 10,  
**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 74.62kcal / 312 kJ, Grasimi / Lipide 2.63g, Acizi grasi saturati 0.62g, Glucide/ Carbohidrati 7.25g, Zaharuri 3.9g, Fibre 1.24g, Proteine 5.08g, Sare 0.67g

21 Lei



## M9 Paste carbonara

400g

paste penne 150g, smantana 12% 145.5g, sunca de pui 84g, ciuperci champignon taiate in saramura 20g, sare de masa 1g Alergeni: 1,2,10,9,7,  
**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 272.47kcal / 1140 kJ, Grasimi / Lipide 5.04g, Acizi grasi saturati 3.13g, Glucide/ Carbohidrati 25.11g, Zaharuri 2.87g, Fibre 11.4g, Proteine 14.64g, Sare 0.8g

21 Lei

## Aripioare de pui pesmetate / Cartofi pai / Maioneza

400g

Cartofi pai 200g (cartofi prajiti) , aripioare de pui crispy 180g, maioneza 20g Alergeni: 7,9,1,  
**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 179.75kcal / 752 kJ, Grasimi / Lipide 11.94g, Acizi grasi saturati 2.54g, Glucide/ Carbohidrati 10.63g, Zaharuri 0.18g, Fibre 0.45g, Proteine 7.83g, Sare 1.34g

24 Lei

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3



## M36 Ciuperci cu smantana / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, ciuperci taiate 120g, smantana 12% 50g, ceapa 20g, condimente diverse 5g, oua 5g Alergeni: 10,3,2,

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 59.61kcal / 249 kJ, Grasimi / Lipide 1.86g, Acizi grasi saturati 1.01g, Glucide/ Carbohidrati 8.63g, Zaharuri 0.21g, Fibre 0.49g, Proteine 2.05g, Sare 0.28g



## M17 Tochtura moldoveneasca

400g

pulpa de porc fara grasime prajita 150g, carnati ca la moldova 118g, mamaliga (apa, malai, sare iodata) 100g, branza burduf 20g, ulei de floarea soarelui 10g, ou prajit cu ulei 1g, usturoi proaspat 1g, sare de masa 1g Alergeni: 3,2,

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 189.1kcal / 791 kJ, Grasimi / Lipide 11.31g, Acizi grasi saturati 4.04g, Glucide/ Carbohidrati 3.81g, Zaharuri 0.17g, Fibre 0.2g, Proteine 17.18g, Sare 0.91g



## M10 Piept de pui in sos dulce acrisor / Pilaf taranesc / Salata verde

400g

Piept de pui in sos dulce acrisor 150g (piept de pui file, fara piele, ketchup, suc de portocale, sos de soia, boia dulce [Ardei dulce pudra], praf de usturoi, mustar, otet, miere de salcam, sare de masa), Pilaf taranesc 150g (pilaf cu legume), Salata verde 100g (salata verde, ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 107.73kcal / 451 kJ, Grasimi / Lipide 1.3g, Acizi grasi saturati 0.2g, Glucide/ Carbohidrati 15.39g, Zaharuri 3.12g, Fibre 0.72g, Proteine 7.02g, Sare 1.45g



## M37 Valdostana / Pilaf sarbesc / Salta de rosii

400g

Orez sarbesc 150g (orez bob lung, amestec de condimente uscate, sazon, sultan bulion 18%, ceapa, ulei floarea soarelui, sare de masa), Salata de rosii 100g (rosii, ceapa, ulei de floarea soarelui, sare de masa), piept de pui file, fara piele 95g, smantana 12% 20g, cascaval 20g, ciuperci taiate 10g, condimente diverse 5g Alergeni: 2,10, Aditivi: Conservant: E200

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 181.91kcal / 761 kJ, Grasimi / Lipide

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29

era  
by ALLVIEW

[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)



# Grigore Ureche nr.3

5.26g, Acizi grasi saturati 1.44g, Glucide/ Carbohidrati 24g, Zaharuri 1.03g, Fibre 0.65g, Proteine 8.68g, Sare 3.86g



## M39 Fasole cu afumatura / Salata de muraturi

400g

ciolan afumat cu fasole boabe 260g, varza alba murata 100g, pasta tomate 20g, condimente diverse 10g, ceapa alba cruda

24 Lei

10g Alergeni: 10,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 87.2kcal / 365 kJ, Grasimi / Lipide 2.93g, Acizi grasi saturati 0.85g, Glucide/ Carbohidrati 7.98g, Zaharuri 1g, Fibre 0.72g, Proteine 5.67g, Sare 0.95g



## M1 Cotlet vanatoresc / Cartofi taranesti / Salata de rosii

400g

Cartofi taranesti 200g (cartofi albi cruzi,ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, morcov crud, ceapa,sare de masa) , Salata de rosii 100g (rosii,ceapa,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , Cotlet vanatoresc 100g (COTLET)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 93.98kcal / 393 kJ, Grasimi / Lipide 9.1g, Acizi grasi saturati 0.78g, Glucide/ Carbohidrati 6.85g, Zaharuri 1.85g, Fibre 1.52g, Proteine 1.06g, Sare 4.16g



## M40 Branza cu smantana / Mamaliguta

400g

branza cu smantana 200g, mamaliga (apa, malai, sare iodata) 195g, sare de masa 5g Alergeni: 2, Aditivi: Agenti transportatori: E270

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 136.2kcal / 570 kJ, Grasimi / Lipide 8.99g, Acizi grasi saturati 6.15g, Glucide/ Carbohidrati 6.63g, Zaharuri 1.25g, Fibre 0.39g, Proteine 5.88g, Sare 1.73g



## M41 Rulou de ceafa / cartofi taranesti / Salata taranesca

400g

Cartofi taranesti 195g (cartofi albi cruzi,ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, morcov crud, ceapa,sare de masa) , Salata taranesca 100g (salata verde,varza cruda,castraveti cruzi,ardei gras rosu,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , ceafa de porc cruda 80g, cascaval 10g, ardei 10g, condimente diverse 5g Alergeni: 2,10, Aditivi: Conservant: E200

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 147.43kcal / 617 kJ, Grasimi / Lipide

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3

10.23g, Acizi grasi saturati 2.32g, Glucide/ Carbohidrati 7.38g, Zaharuri 1.51g, Fibre 1.37g, Proteine 5.99g, Sare 3.09g



## M42 Pui cu legume la cuptor / Salata de varza

400g

piept de pui file, fara piele 200g, Salata de varza 100g (varza cruda,ulei de floarea soarelui,otet, sare de masa) , morcov crud 20g, ardei 20g, pasta de tomate 20g, dovlecei 20g, ceapa 10g, ulei de floarea soarelui 5g, condimente diverse 5g Alergeni: 10,

24 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 99.47kcal / 416 kJ, Grasimi / Lipide 3.54g, Acizi grasi saturati 0.47g, Glucide/ Carbohidrati 4.18g, Zaharuri 1.8g, Fibre 1.03g, Proteine 12.02g, Sare 0.69g



## M11 Cotlet de porc la gratar / Crtofi prajiti / salata taraneasca

400g

Cartofi pai 175g (cartofi prajiti) , Cotlet de porc la gratar 125g (cotlet de porc,condiment gratar ) , Salata taraneasca 100g (salata verde,varza cruda,castraveti cruzi,ardei gras rosu,ulei de floarea soarelui,sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 111.07kcal / 465 kJ, Grasimi / Lipide 6.32g, Acizi grasi saturati 1.27g, Glucide/ Carbohidrati 6.19g, Zaharuri 0.63g, Fibre 0.81g, Proteine 7.36g, Sare 1.61g



## M7 Chiftelute in sos tomat / Piure de cartofi / Salata taraneasca

400g

Chiftelute in sos tomat 150g (carne tocata,cartofi cruzi, ceapa,usturoi crud,condimente diverse,ou de gaina, piper negru) , Piure de cartofi 150g (piure de cartofi dulci) , Salata taraneasca 100g (salata verde,varza cruda,castraveti cruzi,ardei gras rosu,ulei de floarea soarelui,sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 172.33kcal / 721 kJ, Grasimi / Lipide 8.82g, Acizi grasi saturati 3.04g, Glucide/ Carbohidrati 9.97g, Zaharuri 3.41g, Fibre 1.44g, Proteine 12.57g, Sare 1.08g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3



## M18 Musaka

400g

sos alb bechamel 100g, carne tocata 100g, vinete fierte 70g, cartofi copti fara coaja 70g, dovlecei fierti 60g, sare de masa 1g Alergeni:

24 Lei

1,2,3,9,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 113.15kcal / 473 kJ, Grasimi / Lipide 5.24g, Acizi grasi saturati 2.24g, Glucide/ Carbohidrati 8.96g, Zaharuri 1.89g, Fibre 0.85g, Proteine 7.51g, Sare 0.6g



## M19 Copanele la cuptor / Cartofi taranesti / Salata cruditati

400g

Cartofi taranesti 175g (cartofi albi cruzi, ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, morcov crud, ceapa, sare de masa) , pulpa de pui fiarta fara piele 125g, Salata de cruditati 100g (varza cruda, morcov crud, ulei de floarea soarelui, otet din vin alb, sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 129.4kcal / 541 kJ, Grasimi / Lipide 7.85g, Acizi grasi saturati 1.14g, Glucide/ Carbohidrati 6.37g, Zaharuri 1.65g, Fibre 1.45g, Proteine 8.44g, Sare 2.94g

## M33 Cotlet medieval / Cartofi taranesti / Salata taranasca

400g

Cartofi taranesti 165g (cartofi albi cruzi, ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, morcov crud, ceapa, sare de masa) , Salata taraneasca 100g (salata verde, varza cruda, castraveti cruzi, ardei gras rosu, ulei de floarea soarelui, sare de masa) , cotlet de porc 90g, cascaval 10g, sos de rosii 10g, sunca pulpa porc extra 10g, ciuperci taiate 10g, sare de masa 5g Alergeni: 2, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330, Conservant: E200

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 112.91kcal / 472 kJ, Grasimi / Lipide 6.92g, Acizi grasi saturati 1.27g, Glucide/ Carbohidrati 5.78g, Zaharuri 1.4g, Fibre 1.22g, Proteine 6.62g, Sare 4.03g

## Nuggets de pui / Cartofi pai / Maioneza

400g

Cartofi pai 200g (cartofi prajiti) (produs / din produs congelat ) , nuggets 180g (produs / din produs congelat ) , maioneza

24 Lei

20g Alergeni: 7,10,9,8,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 182.9kcal / 765 kJ, Grasimi / Lipide 11.4g, Acizi grasi saturati 1.55g, Glucide/ Carbohidrati 6.13g, Zaharuri 0.09g, Fibre 1.93g, Proteine 5.58g, Sare 0.84g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)



## M20 Cotlet de porc cu mazare / Salata taraneasca

400g

mazare verde clasic 255g, cotlet de porc 125g, ulei de floarea soarelui 10g, ceapa 9g, foi dafin 1g, sare de masa 1g Alergeni: 9,  
**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 114.99kcal / 481 kJ, Grasimi / Lipide 4.8g, Acizi grasi saturati 1.02g, Glucide/ Carbohidrati 5.22g, Zaharuri 3.67g, Fibre 0.07g, Proteine 10.23g, Sare 0.16g

21 Lei

## M38 Escalop de pui / Piure de cartofi / Muraturi asortate

400g

Piure de cartofi 150g (piure de cartofi dulci) , piept de pui file, fara piele 100g, Castraveti murati 100g (castravete murat acru) , sos brun 20g, ciuperci taiate 20g, sare de masa 5g, amidon alimentar 5g Alergeni: 1,7,9, Aditivi: Agent de incarcare: E415 Potentiator de aroma: E631

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 62.83kcal / 263 kJ, Grasimi / Lipide 1.11g, Acizi grasi saturati 0.26g, Glucide/ Carbohidrati 4.82g, Zaharuri 2.52g, Fibre 0.73g, Proteine 6.19g, Sare 1.4g



## M21 Frigarui de pui / Cartofi prajiti / Salata de rosii

400g

Cartofi pai 200g (cartofi prajiti) , Salata de rosii 100g (rosii,ceapa,ulei de floarea soarelui,sare de masa) , piept de pui file, fara piele 60g, ardei 30g, ceapa 9.5g, condimente fix pui 1g Alergeni: 11,10,9,2,7,3,1,

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 101.43kcal / 424 kJ, Grasimi / Lipide 6.15g, Acizi grasi saturati 0.77g, Glucide/ Carbohidrati 7.46g, Zaharuri 1.04g, Fibre 0.9g, Proteine 4.3g, Sare 1.49g

## M2 Pulpa de pui / Cartofi prajiti / Salata de rosii

400g

Cartofi pai 175g (cartofi prajiti) , Pulpa de pui la cuptor 125g (pulpa de pui intreaga prajita) , Salata de rosii 100g (rosii,ceapa,ulei de floarea soarelui,sare de masa)

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 154.59kcal / 647 kJ, Grasimi / Lipide 10.67g, Acizi grasi saturati 1.79g, Glucide/ Carbohidrati 7.95g, Zaharuri 0.73g, Fibre 0.73g, Proteine 6.68g, Sare 1.65g

# Grigore Ureche nr.3

**M22 File de pui in sos tomat / Piure de cartofi / Salata de varza** 400g

Piure de cartofi 200g (piure de cartofi dulci) , Salata de varza 100g (varza cruda,ulei de floarea soarelui,otet, sare de masa) , piept de pui gatit fara piele 70g, morcov crud 10g, ardei 10g, pasta de tomate 5g, ceapa 4.5g, sare de masa 1g

**21 Lei**

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 71.47kcal / 299 kJ, Grasimi / Lipide 1.76g, Acizi grasi saturati 0.3g, Glucide/ Carbohidrati 7.26g, Zaharuri 4.08g, Fibre 1.31g, Proteine 6.31g, Sare 0.79g

## Mic dejun



### Omleta cu de toate

320g

ou de gaina intreg gatit 130g, ciuperci champignon gatite 70g, telemea de vaca 70g, bacon de porc afumat gatit 30g, ceapa galbena 20g, piper negru 3g Alergeni: 3,2,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 194.51kcal / 814 kJ, Grasimi / Lipide 14.44g, Acizi grasi saturati 6.43g, Glucide/ Carbohidrati 2.92g, Zaharuri 1.1g, Fibre 0.62g, Proteine 13.28g, Sare 1.09g

## Garnituri

### Cartofi pai

200g

cartofi prajiti 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 112kcal / 469 kJ, Grasimi / Lipide 7.05g, Acizi grasi saturati 1g, Glucide/ Carbohidrati 11.6g, Zaharuri 0.17g, Fibre 0.9g, Proteine 1.25g, Sare 0.37g

### Cartofi nature

200g

cartofi fierti 100g, morcov fiert 100g, unt 100g, sare de masa 100g Alergeni: 2,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 202.07kcal / 845 kJ, Grasimi / Lipide 16.32g, Acizi grasi saturati 9.46g, Glucide/ Carbohidrati 12.92g, Zaharuri 1.37g, Fibre 1.37g, Proteine 0.54g, Sare 1.39g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)



# Grigore Ureche nr.3

## Piure de cartofi

200g

piure de cartofi dulci 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 47kcal / 197 kJ, Grasimi / Lipide 0.15g, Acizi grasi saturati 0.05g, Glucide/ Carbohidrati 10.5g, Zaharuri 6g, Fibre 1.15g, Proteine 0.55g, Sare 0.04g

## Orez cu ciuperci

200g

orez alb gatit 100g, ulei de floarea soarelui 100g, condimente diverse 100g, ceapa alba cruda 100g, ciuperci champignon taiate in saramura 100g Alergeni: 10,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 672.75kcal / 2815 kJ, Grasimi / Lipide 43.81g, Acizi grasi saturati 3.38g, Glucide/ Carbohidrati 53.69g, Zaharuri 1.02g, Fibre 0.8g, Proteine 2.78g, Sare 0.51g

## Orez cu ciuperci

200g

orez alb gatit 100g, ciuperci champignon taiate in saramura 100g, ceapa alba cruda 100g, ulei de floarea soarelui 100g, condimente diverse 100g Alergeni: 10,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 121.23kcal / 507 kJ, Grasimi / Lipide 2.15g, Acizi grasi saturati 0.15g, Glucide/ Carbohidrati 20.4g, Zaharuri 0.5g, Fibre 0.1g, Proteine 1.7g, Sare 0g

## Pilaf taranesc

200g

pilaf cu legume 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 143kcal / 598 kJ, Grasimi / Lipide 0g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 30g, Zaharuri 1g, Fibre 0g, Proteine 3g, Sare 0g

## Cartofi medievali

200g

cartofi inabusiti 150g, branza telemea [Lapte de vaca pasteurizat, cheag, sare max.3,5%] 40g, ulei de floarea soarelui 7.5g, sare de masa 2.5g Alergeni: 2,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 168.94kcal / 707 kJ, Grasimi / Lipide 10.06g, Acizi grasi saturati 4.3g, Glucide/ Carbohidrati 15.13g, Zaharuri 1.61g, Fibre 1.05g, Proteine 4.82g, Sare 1.69g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3

## Cartofi gratinati

200g

cartofi inabusiti 120g, cascaval 67.5g, ulei de floarea soarelui 10g, sare de masa 2.5g Alergeni: 2, Aditivi: Conservant: E200

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 204.93kcal / 857 kJ, Grasimi / Lipide 13.49g, Acizi grasi saturati 4.83g, Glucide/ Carbohidrati 11.94g, Zaharuri 1.13g, Fibre 0.84g, Proteine 7.15g, Sare 2.25g

## Orez cu legume

200g

orez alb prefiert, bob lung 110g, amestec de legume de gradina [ Legume in proportie variabila: morcovi cuburi; mazare verde fina; cartofi cuburi; fasole verde pastai fina taiata] 47.5g, ulei de floarea soarelui 20g, amestec de condimente uscate, sazon 20g, sare de masa 2.5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 292.35kcal / 1223 kJ, Grasimi / Lipide 9.31g, Acizi grasi saturati 0.84g, Glucide/ Carbohidrati 44.5g, Zaharuri 0.85g, Fibre 0.99g, Proteine 4.61g, Sare 5.49g

## Orez sarbesc

200g

orez bob lung 150g, amestec de condimente uscate, sazon 25g, ceapa 10g, sultan bulion 18% 10g, ulei floarea soarelui 2.5g, sare de masa 2.5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 275.8kcal / 1154 kJ, Grasimi / Lipide 1.99g, Acizi grasi saturati 0.3g, Glucide/ Carbohidrati 58.61g, Zaharuri 0.69g, Fibre 0.99g, Proteine 5.46g, Sare 6.58g

## Mazare gatita

200g

mazare verde cu morcovi cubulete 80g (produs / din produs congelat ), pasta de tomate 5g, condimente diverse 5g, ceapa 5g, sare de masa 5g Alergeni: 10,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 32.4kcal / 136 kJ, Grasimi / Lipide 0.25g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 4.8g, Zaharuri 1.53g, Fibre 1.76g, Proteine 1.54g, Sare 2.72g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3

## Cartofi taranesti

200g

cartofi albi cruzi 110g, ulei de floarea soarelui 20g, morcov crud 20g, ardei gras rosu 20g, ceapa 20g, sare de masa 10g

21 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 128.65kcal / 538 kJ, Grasimi / Lipide 8.79g, Acizi grasi saturati 0.7g, Glucide/ Carbohidrati 11.14g, Zaharuri 1.95g, Fibre 1.98g, Proteine 1.23g, Sare 4.89g

## Salate

### Salata de rosii

100g

rosii 70g, ceapa 15g, ulei de floarea soarelui 10g, sare de masa 5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 98.6kcal / 413 kJ, Grasimi / Lipide 8.83g, Acizi grasi saturati 0.7g, Glucide/ Carbohidrati 4.12g, Zaharuri 2.48g, Fibre 1.1g, Proteine 0.79g, Sare 4.86g

### Salata de cruditati

100g

varza cruda 70g, morcov crud 20g, ulei de floarea soarelui 6g, otet din vin alb 2g, sare de masa 2g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 73.7kcal / 308 kJ, Grasimi / Lipide 5.32g, Acizi grasi saturati 0.43g, Glucide/ Carbohidrati 5.98g, Zaharuri 3.19g, Fibre 2.31g, Proteine 1.09g, Sare 2g

### Salata de varza

100g

varza cruda 90g, ulei de floarea soarelui 5g, otet 2.5g, sare de masa 2.5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 63.03kcal / 264 kJ, Grasimi / Lipide 4.43g, Acizi grasi saturati 0.36g, Glucide/ Carbohidrati 5.24g, Zaharuri 2.89g, Fibre 2.25g, Proteine 1.15g, Sare 2.46g

### Salata verde

100g

salata verde 70g, ardei gras rosu 25g, ulei de floarea soarelui 2.5g, sare de masa 2.5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 37kcal / 155 kJ, Grasimi / Lipide 2.36g, Acizi grasi saturati 0.19g, Glucide/ Carbohidrati 3.52g, Zaharuri 1.6g, Fibre 1.44g, Proteine 1.2g, Sare 2.47g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3

## Salata taraneasca

100g

salata verde 35g, varza cruda 22.5g, castraveti cruzi 20g, ardei gras rosu 15g, ulei de floarea soarelui 5g, sare de masa 2.5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 57.78kcal / 242 kJ, Grasimi / Lipide 4.48g, Acizi grasi saturati 0.37g, Glucide/ Carbohidrati 3.94g, Zaharuri 1.95g, Fibre 1.44g, Proteine 1.05g, Sare 2.45g

## Salata de sfecla rosie

100g

salata de sfecla rosie 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 21.77kcal / 91 kJ, Grasimi / Lipide 0.13g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 4.2g, Zaharuri 1.45g, Fibre 0g, Proteine 0.95g, Sare 1.01g

## Varza murata

100g

varza murata 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 40kcal / 167 kJ, Grasimi / Lipide 0.1g, Acizi grasi saturati 0.03g, Glucide/ Carbohidrati 9.67g, Zaharuri 7.52g, Fibre 2.1g, Proteine 1.06g, Sare 2.4g

## Castraveti murati

100g

castravete murat acru 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 11kcal / 46 kJ, Grasimi / Lipide 0.2g, Acizi grasi saturati 0.05g, Glucide/ Carbohidrati 2.26g, Zaharuri 1.06g, Fibre 1.2g, Proteine 0.33g, Sare 0.05g

## Gogonele murate

100g

gogonele murate 100g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 39kcal / 163 kJ, Grasimi / Lipide 0.18g, Acizi grasi saturati 0.02g, Glucide/ Carbohidrati 9.09g, Zaharuri 8.19g, Fibre 0.9g, Proteine 1g, Sare 2.39g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1,  
BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

## Salata bulgareasca

400g

salata verde 125g, ou de gaina intreg gatit 1g, castraveti 9-12 cm 50g, cascaval 50g, ardei 50g, rosii 50g, sunca de pui 50g, ulei de floarea soarelui 10g, ou de gaina fiert 5g, zeama de lamaie 5g, sare de masa 5g Alergeni: 2,3,10,9,7,1, Aditivi: Conservant: E200, Colorant: E101

25 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 129.75kcal / 543 kJ, Grasimi / Lipide 8.97g, Acizi grasi saturati 2.99g, Glucide/ Carbohidrati 2.46g, Zaharuri 1.18g, Fibre 0.86g, Proteine 8.9g, Sare 1.88g

## Salata cu ton

400g

salata verde 100g, ton bucati in ulei 100g, castraveti 9-12 cm 100g, ardei 100g, ceapa rosie 100g, ulei de floarea soarelui 100g, zeama de lamaie 100g, sare de masa 100g Alergeni: 10,5, Aditivi: Colorant: E101

25 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 91.4kcal / 382 kJ, Grasimi / Lipide 5.19g, Acizi grasi saturati 0.51g, Glucide/ Carbohidrati 2.17g, Zaharuri 0.68g, Fibre 0.84g, Proteine 8.84g, Sare 1.58g

## Salata greceasca

400g

salata verde 150g, branza feta 100g, castraveti 9-12 cm 40g, rosii taiate 40g, ardei 40g, lamaie 15g, ulei de floarea soarelui 10g, sare de masa 5g Alergeni: 2,10, Aditivi: Colorant: E101

25 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 99.06kcal / 414 kJ, Grasimi / Lipide 7.66g, Acizi grasi saturati 3.52g, Glucide/ Carbohidrati 3.3g, Zaharuri 1.02g, Fibre 0.83g, Proteine 4.37g, Sare 1.99g

## Salata de pui

400g

salata verde 135g, piept de pui gatit fara piele 100g, castraveti 9-12 cm 50g, ardei 50g, rosii 50g, zeama de lamaie 10g, sare de masa 5g Alergeni: 10, Aditivi: Colorant: E101

25 Lei

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G :** Energie 53.74kcal / 225 kJ, Grasimi / Lipide 0.93g, Acizi grasi saturati 0.27g, Glucide/ Carbohidrati 2.27g, Zaharuri 1.1g, Fibre 0.9g, Proteine 8.8g, Sare 1.28g



## Ciorbe/Supe

### Ciorba de legume

apa 100g, telina radacina 100g, morcovi extrafini 100g, ardei 100g, cartofi albi cruzi 100g, bors 100g, ceapa 100g, sare de masa

100g Alergeni: 9,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 28.91kcal / 121 kJ, Grasimi / Lipide 0.3g, Acizi grasi saturati 0.1g, Glucide/ Carbohidrati 5.95g, Zaharuri 1.86g, Fibre 1.36g, Proteine 0.88g, Sare 1.37g

400g

10 Lei

### Ciorba radauteana

apa 120g, smantana 20% 100g, piept de pui gatit fara piele 100g, telina radacina 25g, patrunjel crud 20g, otet 15g, usturoi proaspat

10g, galbenus de ou crud 5g, sare de masa 5g Alergeni: 3,9,2,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 104.46kcal / 437 kJ, Grasimi / Lipide 6.22g, Acizi grasi saturati 3.69g, Glucide/ Carbohidrati 2.6g, Zaharuri 0.19g, Fibre 0.33g, Proteine 9.33g, Sare 1.27g

400g

13 Lei

### Ciorba de perisoare

ciorba de perisoare 400g Alergeni: 9,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 18.75kcal / 78 kJ, Grasimi / Lipide 1.25g, Acizi grasi saturati 0.25g, Glucide/ Carbohidrati 0.75g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 0.75g, Sare 0.25g

400g

12 Lei



### Ciorba de burta

ciorba de burta 400g Alergeni: 9,2,3,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 93kcal / 389 kJ, Grasimi / Lipide 5.5g, Acizi grasi saturati 2.5g, Glucide/ Carbohidrati 3.5g, Zaharuri 0.7g, Fibre 0.5g, Proteine 7.2g, Sare 1.2g

400g

15 Lei



### Ciorba de vacuta

ciorba de vacuta 400g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 262kcal / 1096 kJ, Grasimi / Lipide 14.8g, Acizi grasi saturati 2g, Glucide/ Carbohidrati 14.8g, Zaharuri 4g, Fibre 0g, Proteine 16g, Sare 5.2g

400g

12 Lei

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1, BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3



## Ciorba de pui

ciorba de pui cu legume 400g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 60kcal / 251 kJ, Grasimi / Lipide 3.4g, Acizi grasi saturati 0.7g, Glucide/ Carbohidrati 3.3g, Zaharuri 1g, Fibre 0.5g, Proteine 3.7g, Sare 1.3g

400g

12 Lei



## Ciorba de fasole

bors 100g, fasole alba 100g, patrunjel crud 50g, morcov crud 50g, ardei 50g, ceapa galbena 45g, sare de masa 5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 72.9kcal / 305 kJ, Grasimi / Lipide 2.32g, Acizi grasi saturati 0.5g, Glucide/ Carbohidrati 10.59g, Zaharuri 1.88g, Fibre 2.93g, Proteine 3.25g, Sare 1.48g

400g

12 Lei

## Ciorba de fasole cu afumatura

Ciorba de fasole 360g (bors, fasole alba,patrunjel crud, ardei, morcov crud,ceapa galbena,sare de masa) , ciolan afumat cu os  
40g Alergeni: 10,9,2,7,3,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 82.71kcal / 346 kJ, Grasimi / Lipide 3.14g, Acizi grasi saturati 0.81g, Glucide/ Carbohidrati 9.89g, Zaharuri 1.89g, Fibre 2.64g, Proteine 4.6g, Sare 1.47g

400g

12 Lei



## Ciorba de fasole

bors 100g, fasole alba 100g, patrunjel crud 50g, morcov crud 50g, ardei 50g, ceapa galbena 45g, sare de masa 5g

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 72.9kcal / 305 kJ, Grasimi / Lipide 2.32g, Acizi grasi saturati 0.5g, Glucide/ Carbohidrati 10.59g, Zaharuri 1.88g, Fibre 2.93g, Proteine 3.25g, Sare 1.48g

400g

12 Lei

## Peste

## Salau prajit / Mamaliguta

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 200g, salau gatit 200g (produs / din produs congelat ) Alergeni: 5,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 89kcal / 372 kJ, Grasimi / Lipide 0.78g, Acizi grasi saturati 0.12g, Glucide/ Carbohidrati 6.8g, Zaharuri 0g, Fibre 0.4g,

400g

30 Lei

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1,  
BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

# Grigore Ureche nr.3

Proteine 13g, Sare 0.76g

## Crap prajit / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 200g, crap crud 155g (produs / din produs congelat ), ulei de floarea soarelui 25g, malai 15g, sare de masa 5g Alergeni: 5,

**30 Lei**

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 144.79kcal / 606 kJ, Grasimi / Lipide 7.93g, Acizi grasi saturati 0.86g, Glucide/ Carbohidrati 9.69g, Zaharuri 0.03g, Fibre 0.68g, Proteine 8g, Sare 1.53g

## Pastrav prajit / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 200g, pastrav copt sau fiert, gatit cu ulei 200g (produs / din produs congelat ) Alergeni: 5,

**30 Lei**

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 135kcal / 565 kJ, Grasimi / Lipide 5.85g, Acizi grasi saturati 1.11g, Glucide/ Carbohidrati 6.85g, Zaharuri 0.02g, Fibre 0.4g, Proteine 13g, Sare 0.74g

## Salau prajit / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 200g, salau gatit 200g Alergeni: 5,

**30 Lei**

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 89kcal / 372 kJ, Grasimi / Lipide 0.78g, Acizi grasi saturati 0.12g, Glucide/ Carbohidrati 6.8g, Zaharuri 0g, Fibre 0.4g, Proteine 13g, Sare 0.76g

## Macrou prajit / Mamaliguta

400g

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 200g, macrou gatit 200g (produs / din produs congelat ) Alergeni: 5,

**24 Lei**

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 99kcal / 414 kJ, Grasimi / Lipide 1.48g, Acizi grasi saturati 0.23g, Glucide/ Carbohidrati 6.8g, Zaharuri 0g, Fibre 0.4g, Proteine 13.8g, Sare 0.52g

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1,  
BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)

## Desert

### Clatite cu dulceata

200g

dulceata caise 100g, clatite simple 100g Alergeni: 1,2,3,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 247.75kcal / 1037 kJ, Grasimi / Lipide 5.59g, Acizi grasi saturati 1.7g, Glucide/ Carbohidrati 43.75g, Zaharuri 33.83g, Fibre 0.3g, Proteine 4.79g, Sare 0.36g

8 Lei

### Papanasi

200g

papanasi xxl 150g, smantana batuta 35g, dulceata caise

15g Alergeni: 2,3,1,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 275.54kcal / 1153 kJ, Grasimi / Lipide 14.73g, Acizi grasi saturati 5.83g, Glucide/ Carbohidrati 12.96g, Zaharuri 12.76g, Fibre 0g, Proteine 6.98g, Sare 0.23g

15 Lei

### Clatita cu branza si sos de vanilie

200g

clatite simple 100g, branza de vaci 100g, smantana 18% 100g, zahar alb 100g, extract de vanilie 10g Alergeni: 2,1,3,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 211.9kcal / 887 kJ, Grasimi / Lipide 10.25g, Acizi grasi saturati 4.62g, Glucide/ Carbohidrati 18.36g, Zaharuri 8.77g, Fibre 0.33g, Proteine 7.73g, Sare 0.59g

15 Lei

### Clatite cu finetti

200g

clatite cu ciocolata 100g Alergeni: 1,2,3,

**DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G** : Energie 84.5kcal / 354 kJ, Grasimi / Lipide 3.19g, Acizi grasi saturati 0.91g, Glucide/ Carbohidrati 11.4g, Zaharuri 6.15g, Fibre 0.1g, Proteine 2.42g, Sare 0.28g

8 Lei

# Grigore Ureche nr.3

## SUBSTANȚE CARE CAUZEAZĂ ALERGII SAU INTOLERANȚE

1. Cereale care conțin gluten, și anume: grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu dur sau hibrizi ai acestora și produse derivate, exceptând:
  - (a) siropurile de glucoză obținute din grâu, inclusiv dextroza (1);
  - (b) maltodextrine obținute din grâu (1);
  - (c) siropurile de glucoză obținute din orz;
  - (d) cerealele utilizate pentru fabricarea distilatelor sau a alcoolului etilic de origine agricolă.
2. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoză), exceptând:
  - (a) zerul utilizat pentru fabricarea distilațiilor sau a alcoolului etilic de origine agricolă;
  - (b) lactitolul.
3. Ouă și produse derivate.
4. Crustacee și produse derivate.
5. Pește și produse derivate, exceptând:
  - (a) gelatina de pește folosită ca substanță suport pentru preparatele de vitamine sau de carotenoide;
  - (b) gelatina de pește sau ihticolul folosit(ă) la limpezirea berii sau a vinului.
6. Arahide și produse derivate.
7. Soia și produse derivate, exceptând:
  - (a) uleiul și grăsimea de soia rafinate complet (1);
  - (b) amestecuri naturale de tocoferoli (E306), tocoferolul D-alfa natural, acetatul de tocoferol D-alfa natural, succinatul de tocoferol D-alfa natural, obținuți din soia;
  - (c) fitosterolii și esterii de fitosterol derivați din uleiuri vegetale, obținuți din soia;
  - (d) esterul de stanol vegetal fabricat din steroli de ulei vegetal, obținuți din soia.
8. Fructe cu coajă lemnoasă, adică: migdale (*Amygdalus communis* L.), alune de pădure (*Corylus avellana*), nuci (*Juglans regia*), nuci Caju (*Anacardium occidentale*), nuci Pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], nuci de Brazilia (*Bertholletia excelsa*), fistic (*Pistacia vera*), nuci de macadamia și nuci de Queensland (*Macadamia ternifolia*), precum și produse derivate, exceptând fructele cu coajă utilizate pentru fabricarea distilatelor sau a alcoolului etilic de origine agricolă.
9. Țelină și produse derivate.
10. Muștar și produse derivate.
11. Semințe de susan și produse derivate.
12. Dioxidul de sulf și sulfiții în concentrații mai mari de 10 mg/kg sau 10 mg/litru în SO<sub>2</sub> total trebuie calculați pentru produsele gata pentru consum sau reconstituite în conformitate cu instrucțiunile producătorilor.
13. Lupin și produse derivate.
14. Moluște și produse derivate.

0748101996

[www.medievalgurmand.ro](http://www.medievalgurmand.ro)

Iasi, Iasi, JUD. IAȘI, MUN. IAȘI, STR. PETRE ȚUȚEA, NR.9, TR. III, CAM. 1,  
BL.919, ET.8, AP.29



[www.allview.ro/era](http://www.allview.ro/era)