

## STARTERS

### 1. Stridii Ostendaises/ Zélande -3 buc

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 848 / 202, Grăsimi (g): 5 din care: Acizi grași saturați (g) 0.8, Glucide (g): 0 din care: Zaharuri (g): 0, Proteine (g): 39, Sare (g): 2  
Alergeni -

### 2. Biftec tartar à la Bruxelles (250 g)

(carne de vită crudă 150 g, eșalote 20 g, unt 30 g, cornichons, muștar, ouă 30 g, pâine prăjită)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1898 / 457.1, Grăsimi (g): 33.4 din care: Acizi grași saturați (g) 19.8, Glucide (g): 1.7 din care: Zaharuri (g): 1.3, Proteine (g): 37.4, Sare (g): 0.3 / Alergeni: Ouă, Lapte

### 3. Stridii gratinate cu sabayon de trufe - 3 buc

(stridii 150 g , ouă 30 g , lămâie, unt 30 g, trufe 30 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3433.5 / 824.2, Grăsimi (g): 76.6 din care: Acizi grași saturați (g) 24.1, Glucide (g): 0.3 din care: Zaharuri (g): 0.3, Proteine (g): 33.1, Sare (g): 1.6, Alergeni: Ouă, Lapte

### 4. Crêpes cu 3 tipuri de brânză (300g)

(făină 80 g, lapte 70 ml, brânză cu mucegai 50 g, brânză de capră 50 g, cașcaval 50 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3759.1 / 901.8, Grăsimi (g): 48.1 din care: Acizi grași saturați (g) 32, Glucide (g): 70.4 din care: Zaharuri (g): 8.1, Proteine (g): 48.4, Sare (g): 3.1 / Alergeni: Gluten, Lapte/ Agent de încărcare: Clorura de calciu (E 509)

### 5. Quiche cu somon afumat, praz, broccoli și cremă de brânză (300 g)

(aluat fraged 80 g, somon afumat 30 g, praz 30 g, crema de brânză 80 g, oua 30 g, cascaval 30 g, smantana 20 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2688 / 644.5, Grăsimi (g): 37.3 din care: Acizi grași saturați (g) 18.4, Glucide (g): 40.8 din care: Zaharuri (g): 36.2, Proteine (g): 34.2, Sare (g): 3.3, Alergeni: Gluten, Ouă, Lapte

## SUPE/CREME

### 11. Supă de ceapă gratinată (300 ml)

(ceapă 150 g, stock de pui 100 g, cașcaval 20 g, ouă de prepelita, pâine)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 605.9 / 146, Grăsimi (g): 6.5 din care: Acizi grași saturați (g) 3.9, Glucide (g): 13.7 din care: Zaharuri (g): 9, Proteine (g): 9.5, Sare (g): 0.8  
Alergeni: Lapte

## FELURI PRINCIPALE

### 14. Carbonade flamande cu frites belgiques (350 g) -

(vită 150 g, bere 80 ml, ceapă 50 g, cartofi 60 g, cassonade, unt, piper)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2015.5 / 483, Grăsimi (g): 26.2 din care: Acizi grași saturați (g) 10.4, Glucide (g): 15 din care: Zaharuri (g): 2.8, Proteine (g): 40, Sare

### 15. Fondue de brânză (200 g) -

(gorgonzola 20 g, cascaval 20 g, fondue 20 g, cheddar 20 g, crutoane 80 g, comte, unt, vin)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 2641 / 631.4, Grăsimi (g): 37 din care: Acizi grași saturați (g) 13.1, Glucide (g): 49 din care: Zaharuri (g): 3, Proteine (g): 27, Sare (g): 2.4/ Alergeni: Lapte

### 16. Fondue de brânză cu pesto de busuioc (200 g)

(gorgonzola 20 g, cascaval 20 g, fondue 20 g, cheddar 20 g, crutoane 80 g, comte, unt, vin)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 2641 / 631.4, Grăsimi (g): 37 din care: Acizi grași saturați (g) 13.1, Glucide (g): 49 din care: Zaharuri (g): 3, Proteine (g): 27, Sare (g): 2.4/ Alergeni: Lapte

### 6. Crochete belgiene cu brânză albastră (120 g)

(brânzeturi asortate 70 g, unt 20 g, lapte 20 g , făină, ouă, pesmet)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1608.6 / 388.8, Grăsimi (g): 34.7 din care: Acizi grași saturați (g) 23.1, Glucide (g): 1.2 din care: Zaharuri (g): 1.1, Proteine (g): 17.9, Sare (g): 2.6/ Alergeni: Lapte

### 7. Crochete belgiene cu creveți (120 g)

(creveți 50 g, stock de creveți și pește 20 g, ouă 20 g, ceapă verde 20 g, unt, făină, pesmet)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 327.9 / 78, Grăsimi (g): 2.7 din care: Acizi grași saturați (g) 0.6, Glucide (g): 1.4 din care: Zaharuri (g): 1, Proteine (g): 12.2, Sare (g): 0.9/ Alergeni: Crustacee, Ouă / \*provenit din produse congelate)

### 8. Platou pentru bere (300 g)

(cârnăciori de bere 30 g, tartine cu cremă de brânza 50 g, bacon crocant 40 g, salami 30 g, cartofi prajiti 100 g, cascaval 50 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1567.2 / 372.7, Grăsimi (g): 12.7 din care: Acizi grași saturați (g) 1.9, Glucide (g): 59.6 din care: Zaharuri (g): 4.9, Proteine (g): 7.4, Sare (g): 1.6/ Alergeni: -

### 9. Platou de brânzeturi (300 g)

(brânză gorgonzola 50 g, parmezan 50 g, emmental 50 g, cașcaval 50 g, nuci 30 g, mere 40 g, fructe uscate 30 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 4562.5 / 1099.1, Grăsimi (g): 84.3 din care: Acizi grași saturați (g) 42.8, Glucide (g): 19.2 din care: Zaharuri (g): 15.1, Proteine (g): 61.3, Sare (g): 3.5/ Alergeni: Lapte, Nuci

### 10. Frites belgiques cu 3 sosuri homemade (300 g)

(cartofi proaspeti 150 g , sos de maioneza 50 g, remoulade 50 g, calypso 50 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1567.2 / 372.7, Grăsimi (g): 12.7 din care: Acizi grași saturați (g) 1.9, Glucide (g): 59.6 din care: Zaharuri (g): 4.9, Proteine (g): 7.4, Sare (g): 1.6

### 12. Ciorbă de fasole Waterloo (300 ml)

(fasole roșie 70 g, ciolan afumat 70 g, cârnați de casă 30 g, ceapa 30 g, morcovi 20 g)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 1927.2 / 467, Grăsimi (g): 18.6 din care: Acizi grași saturați (g) 6.6, Glucide (g): 51.7 din care: Zaharuri (g): 6.9, Proteine (g): 29.2, Sare (g): 2.2/ Alergeni: -/ Poate conține urme de: Gluten, Țelină, Muștar/ Conservant: Nitrit de sodiu (E 250), Acetat de potasiu (E 261), Antioxidant: Acid ascorbic (E 300), Ascorbat de sodiu (E 301), Erisorbat de sodiu (E 316),

### 13. Supa zilei (300 ml)

### 17. Crocant de rață cu Pain d'épices (300 g)

(pulpă de rață 220 g, esalota 25 g, cartofi 100 g, foi de plăcintă 50 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3821.8 / 913.5, Grăsimi (g): 46.3 din care: Acizi grași saturați (g) 23.5, Glucide (g): 60 din care: Zaharuri (g): 2.9, Proteine (g): 66.3, Sare (g): 0.8

### 18. Coquelet gătit cu bere Gueuze, cartofi wedges și salată mixtă (300 g)

(o jumătate de coquelet - 200 g, bere 50 ml, cartofi 70 g, salată 70 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1768.2 / 419.7, Grăsimi (g): 10 din care: Acizi grași saturați (g) 2.3, Glucide (g): 23 din care: Zaharuri (g): 2.1, Proteine (g): 50.8, Sare (g): 0.2/ Alergeni: - / \*provenit din produse congelate

### 19. Șnițel belgian cu cartofi prăjiți și salată (350 g)

(cotlet de porc 150 g, cartofi 100 g, salată 60 g, fulgi de porumb 20g, ulei, făină)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 1560.2 / 371.3, Grăsimi (g): 6.9 din care: Acizi grași saturați (g) 0.1, Glucide (g): 39 din care: Zaharuri (g): 18.7, Proteine (g): 37.5, Sare (g): 0.2/ Alergeni: Gluten/ Poate conține urme de: Arahide, Soia, Nuci, Țelină, Muștar, Susan

## STARTERS

### 20. Salată Caesar (350 g)

(salată iceberg 70 g, piept de pui 100 g, sos caesar, roșii cherry 60 g, parmezan 50 g, crutoane 50 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1834 / 441, Grăsimi (g): 28.8 din care: Acizi grași saturați (g) 4.2, Glucide (g): 27.2 din care: Zaharuri (g): 5.1, Proteine (g): 20.3, Sare (g): 1.3/ Alergeni -

### 21. Salată cu halloumi și rodii (330 g)

(salate mixte 120 g, rodii 50 g, halloumi la grătar 90 g, avocado 40 g dressing)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3559 / 861.8, Grăsimi (g): 80.6 din care: Acizi grași saturați (g) 21.4, Glucide (g): 16.4 din care: Zaharuri (g): 9.5, Proteine (g): 20.6, Sare (g): 3.4 ; Alergeni -

### 22. Salată cu piept de rață caramelizată, mango și rucola (350g)

(piept de rața - 80g, salate mixte 90 g, mango 60 g, roșii cherry 60g, avocado 60 g, dressing)

Informații nutriționale porție : Valoare Energetică (kJ/kcal): 1416.7 / 351.5, Grăsimi (g): 14.4 din care: Acizi grași saturați (g) 2.8, Glucide (g): 16.2 din care: Zaharuri (g): 12.2, Proteine (g): 39.4, Sare (g): 0.3/ Alergeni -

### 23. Salată de primăvară (350 g)

(salată verde 100 g, roșii 50 g, castraveți 30 g, ardei gras 30 g, măsline 50 g, brânză vegetală 50 g, ulei de măsline, dressing)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 546.2 / 142.8, Grăsimi (g): 9.6 din care: Acizi grași saturați (g) 1.4, Glucide (g): 8.1 din care: Zaharuri (g): 4.6, Proteine (g): 6.2, Sare (g): 1.1, Alergeni -

### 24. Zacuscă de ghebe homemade (200 g) - 28 lei

(ghebe 50g, ceapă 50g, gogoșari 50 g, vinete 50g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 223.5 / 53.3, Grăsimi (g): 0.8 din care: Acizi grași saturați (g) 25.1, Glucide (g): 13.2 din care: Zaharuri (g): 7.4, Proteine (g): 12.7, Sare (g): 0.5

## FELURI PRINCIPALE

### 29. Mușchi de vită cu sos de piper verde și piure de cartofi cu trufe (350 g)

(mușchi de vită 180, smântână 40 ml, piper verde 40 g, cartofi 90 g)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 2359.8 / 562.3, Grăsimi (g): 36.2 din care: Acizi grași saturați (g) 16.9, Glucide (g): 19 din care: Zaharuri (g): 1.6, Proteine (g): 41.4, Sare (g): 0.3; Alergeni: Lapte/ \*provenit din produse congelate/ Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E

### 30. Piept de pui cu sos de Roquefort și orez basmati cu trufe (300 g)

(piept pui, 180 g, orez 100 g, trufe, Roquefort, unt, esalote, smantana)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2340 / 551, Grăsimi (g): 3.9 din care: Acizi grași saturați (g) 1.1, Glucide (g): 77.5 din care: Zaharuri (g): 0.5, Proteine (g): 52, Sare (g): 0.4; Alergeni: -

### 31. Mușchiuleț de porc cu sos de ciuperci și cartofi la cuptor cu ierburi aromate (400 g)

(mușchi de porc 160 g, bacon, usturoi, ciuperci 50 g, smântână 50 ml, cartofi 120 g, rozmarin)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1826.9 / 432.8, Grăsimi (g): 7.3 din care: Acizi grași saturați (g) 2.6, Glucide (g): 37.8 din care: Zaharuri (g): 2.1, Proteine (g): 52.5, Sare (g): 0.3 / Alergeni: Sulfiți / \*provenit din produse congelate

### 25. Crêpes cu pui, ciuperci și whiskey (300g)

(făină 80 g, lapte 70 ml, smântână 20 ml, ciuperci 40 g, pui 80 g, whiskey)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2245.3 / 533.2, Grăsimi (g): 11.5 din care: Acizi grași saturați (g) 5.3, Glucide (g): 71.8 din care: Zaharuri (g): 7.9, Proteine (g): 38.8, Sare (g): 0.3, Alergeni: Gluten, Lapte/ \*provenit din produse congelate

### 26. Crêpes cu jambon, cașcaval și ciuperci (300g)

(făină 80 g, lapte 70 ml, smântână 20 ml, jambon 40 g, cașcaval 50 g, ciuperci 30 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2245.3 / 533.2, Grăsimi (g): 11.5 din care: Acizi grași saturați (g) 5.3, Glucide (g): 71.8 din care: Zaharuri (g): 7.9, Proteine (g): 38.8, Sare (g): 0.3, Alergeni: Gluten, Lapte

### 27. Foie gras la tigaie, sos coulis porto, caise si pere confiate (200 g)

(foie gras 100 g, reducție de vin porto 30 ml, sos brun de rață 20 g, caise, pere, zahăr brun 30 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2904.1 / 699.3, Grăsimi (g): 50.1 din care: Acizi grași saturați (g) 22.9, Glucide (g): 39.5 din care: Zaharuri (g): 30.7, Proteine (g): 8.5, Sare (g): 5.5, Alergeni: -

### 28. Nuga de foie gras, dulceață de ceapă, pâine d'épices (200 g)

(foie gras 100 g, fructe uscate 20 g, fistic 20 g, ceapă 20 g, zahăr, condimente, faina 20 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3624.8 / 875.7, Grăsimi (g): 77.4 din care: Acizi grași saturați (g) 30.6, Glucide (g): 29 din care: Zaharuri (g): 10.6, Proteine (g): 17.7, Sare (g): 1.2

Alergeni: Gluten, Nuci/ \*provenit din produse congelate

### 32. Ciolan de porc la cuptor cu stoemp de andive și bacon (950 g)

(ciolan porc 800 g, sos brun, vin, andive proaspete, cartofi 120g, bacon 20 g)

Informații nutriționale porție

Valoare Energetică (kJ/kcal): 9827.2 / 2349.3, Grăsimi (g): 148.7 din care: Acizi grași saturați (g) 53.9, Glucide (g): 20.3 din care: Zaharuri (g): 0.8, Proteine (g): 221.3, Sare (g): 5.3/ Alergeni: -

### 33. File de dorada la grătar, sos de citrice și risotto (300 g)

(file dorada 180 g, smântână 20 ml, ceapă 30 g, vin alb, unt, portocale,

lămâi, risotto 200 g)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 4145.2 / 981.1, Grăsimi (g): 13.5 din care: Acizi grași saturați (g) 4.3, Glucide (g): 163.1 din care: Zaharuri (g): 2.5, Proteine (g): 56.4, Sare (g): 0.5 / Alergeni: Pește, Lapte/ \*provenit din produse congelate / Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410)

### 34. Biban la grătar & legume mediteraneene (300 g)

(file biban 180 g, dovlecei 50 g, ceapă 50 g, zucchini 50 g, ardei 50 g, roșii 30 g, ulei de masline, sare, ierburi de Provence)

Valoare Energetică (kJ/kcal): 838.9 / 204.5, Grăsimi (g): 1.6 din care: Acizi grași saturați (g) 0.5, Glucide (g): 9.5 din care: Zaharuri (g): 7.8, Proteine (g): 38.3, Sare (g): 0.2/ Alergeni - Peste / \*provenit din produse congelate

### 35. Butterfish la grătar cu risotto și sos de mango (300 g)

(file de butterfish 150 g, orez 100 g, unt 20 g, smântână 20 ml, mango )  
Informații nutriționale porție : Valoare Energetică (kJ/kcal): 3322.5 / 793.2, Grăsimi (g): 35.1 din care: Acizi grași saturați (g) 15.1, Glucide (g): 80.8 din care: Zaharuri (g): 0.8, Proteine (g): 38.7, Sare (g): 0.2/ Alergeni: Pește, Lapte/ \*provenit din produse congelate

### 36. Tocăniță de hribi și ciuperci salbatice cu sos de usturoi și mămliguță (350g)

(hribi 140 g, champignons 60 g, ceapa 50 g, smântână lichidă 40 ml, mălai)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2715.8 / 2354.5, Grăsimi (g): 19.4 din care: Acizi grași saturați (g) 10, Glucide (g): 133.6 din care: Zaharuri (g): 31, Proteine (g): 22.6, Sare (g): 0.2/ Alergeni: - / \*provenit din produse congelate

### 37. Risotto cu fructe de mare (300 g)

(risotto 100 g, scoici 60 g, creveți 60 g, inele calamar 100 g, roșii 20 g, usturoi)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1120.2 / 269.3, Grăsimi (g): 4.8 din care: Acizi grași saturați (g) 0.8, Glucide (g): 22.4 din care: Zaharuri (g): 2.2, Proteine (g): 34.2, Sare (g): 2 Alergeni :Crustacee, Moluște/ \*provenit din produse congelate

### 38. Coaste de porc cu bere neagra, cartofi prăjiți si salată (550 g)

(coaste de porc 250 g, cartofi 100 g, bere neagra 70 ml, miere, sare, piper, salată verde 50 g, roșii cherry 70 g)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3377.6 / 810.6, Grăsimi (g): 50.3 din care: Acizi grași saturați (g) 19.5, Glucide (g): 25.8 din care: Zaharuri (g): 7.6, Proteine (g): 60.8, Sare (g): 0.6/ Alergeni: - / \*provenit din produse congelate

## GARNITURI/ SALATE

### 42. Legume la grătar/ cartofi prăjiți/ piure de cartofi/ cartofi wedges cu rozmarin (200 g) -

### 43. Stoemp de andive/ Piure de cartofi cu trufe (200 g) -

### 44. Salată de murături de casă/ Salată de ghebe murate cu gogoșari (200 g) -

## DESERTURI

### 46. Tiramisu (140 ml)

(pișcoturi, ness, cafea, mascarpone, ouă, zahăr)  
Valoare Energetică (kJ/kcal): 1079.5 / 258.4, Grăsimi (g): 17.3 din care: Acizi grași saturați (g) 10.8, Glucide (g): 22.4 din care: Zaharuri (g): 9.2, Proteine (g): 2.1, Sare (g): 0.1/ Alergeni: lapte, gluten, oua/ \*provenit din produse congelate

### 47. Lava cake cu caramel și înghețată de vanilie (150 g)

(cicocolată 64% 60 g, zahăr 20 g, făină 20 g, unt, ouă 20 g, lapte 20 g)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2116.4 / 505.8, Grăsimi (g): 25.3 din care: Acizi grași saturați (g) 13.5, Glucide (g): 60.6 din care: Zaharuri (g): 34.9, Proteine (g): 11.5, Sare (g): 0.1/ Alergeni: Gluten, Ouă, Lapte

### 39. Pistolet (Burger) de vită cu cartofi prăjiți (350g)

(chifle 90 g, carne de vită 120 g, ceapă 20 g, cașcaval 40 g, condimente, sosuri, cartofi 70 g)

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2626.9 / 626.7, Grăsimi (g): 24.3 din care: Acizi grași saturați (g) 13.5, Glucide (g): 57.2 din care: Zaharuri (g): 10.2, Proteine (g): 46.4, Sare (g): 1.2/ Alergeni: - / \*provenit din produse congelate

### 40. Pistolet (Burger) cu halloumi (350g)

(chifle 90 g, halloumi la grătar 120 g, avocado 100 g, dovlecei 20 g, salata verde 20 g, condimente, sosuri)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 3300.1 / 792.9, Grăsimi (g): 49.5 din care: Acizi grași saturați (g) 22, Glucide (g): 54.6 din care: Zaharuri (g): 3.5, Proteine (g): 36.6, Sare (g): 5.1/ Alergeni: Lapte/ \*provenit din produse congelate

### 41. Pistolet (Burger) vegan (350 g)

(chifle 90 g, chiftea vegetala 90 g, branza vegetala 20 g, rosii 20 g, dovlecei 20 g, cartofi 100 g)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 2284.9 / 546.1, Grăsimi (g): 8.3 din care: Acizi grași saturați (g) 5.2, Glucide (g): 79.1 din care: Zaharuri (g): 2.6, Proteine (g): 41.6, Sare (g): 1.6/ Alergeni: -

### 48. Terină de clătite, caramel de portocală, sorbet de portocală (150 g)

(făină 30 g, ouă 20 g, lapte 60 ml, zahăr 20 g, unt 20 g, portocale, gelatină)  
Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1627.6 / 389.4, Grăsimi (g): 21 din care: Acizi grași saturați (g) 12.8, Glucide (g): 42.3 din care: Zaharuri (g): 23.9, Proteine (g): 8.3, Sare (g): 0.1/ Alergeni: Gluten, Ouă, Lapte

### 49. Tartă cu mere (200 g)

(aluat fraged 50 g, mere 130 g, unt, zahăr)  
Informații nutriționale 100 g: Valoare Energetică (kJ/kcal): 834 / 199 Grăsimi (g): 7.8 din care: Acizi grași saturați (g) 3.9, Glucide (g): 29 din care: Zaharuri (g): 18, Proteine (g): 2.3, Sare (g): 0.1 Alergeni: gluten, oua, lapte/ \*provenit din produse congelate

## SPECIALITATEA WATERLOO

servite tot anul.... dar cea mai bună perioadă este între 15 octombrie și 15 aprilie

### MOULES FRITES

#### (MIDII PROASPETE CU CARTOFI PRĂJIȚI) - 500 g

- **Midii Waterloo - midii proaspete, lemon gras, usturoi, ardei iute, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii cu bere albă - midii proaspete, bere, legume, lămâie, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii marinière - midii proaspete, unt, legume asortate, vin alb, pătrunjel, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii cu sos Roquefort - midii proaspete, unt, legume, smântână, vin alb, brânză Roquefort, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii à la provençale - midii proaspete, ulei de măsline, roșii, legume, vin alb, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii Luteze - midii proaspete, vin alb, smântână, ciuperci, pătrunjel, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii Dijonnaises - midii proaspete, smântână, muștar, legume, lămâie, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii Ardennaises - midii proaspete, unt, ceapă, vin alb, prosciutto, ciuperci, smântână, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii à la bordelaise - midii proaspete, unt, vin alb, legume, roșii, usturoi, cimbru, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii cu curcuma și ardei - midii proaspete, unt, vin alb, smântână, curcuma, ardei, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște

- **Midii Chef Daniel - midii proaspete, lemon gras, chili, ghimbir, usturoi, zahăr brun, Nuoc-mâm, bere, busuioc thai, cartofi**

Informații nutriționale porție: Valoare Energetică (kJ/kcal): 1767 / 417.6, Grăsimi (g): 7.2 din care: Acizi grași saturați (g) 1.5, Glucide (g): 33.8 din care: Zaharuri (g): 1.2, Proteine (g): 55.8, Sare (g): 7.3 / Alergeni: Moluște