

## CIORBE

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<p><b>Ciorba de legume 400g</b>  <b>Ingredient:</b> Ceapa 30g, Morcovi 30g, Radacina de telina 10g, Dovlecei 10g, Cartofi albi 200g, Ardei gras rosu 20g, Fasole verde 20g, Rosii intregi Cirio 60g, Bors cu verdeturi Magic Delikat 10g  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 57,26 Kcal / 239,36 KJ, Grăsimi: 0,24 grame, din care Acizi Grași Saturati: 0,06 grame, Glucide: 12,28 grame, din care Zaharuri: 1,48 grame, Proteine: 1,57 grame, Sare: 0,01 grame.  <b>Alergeni:</b> -</p>	14 RON
2.	<p><b>Ciorba de perisoare 400 g</b>  <b>Ingrediente:</b> Carne tocata porc Martinez 50g, Ceapa 30g, Ardei gras rosu 20g, Orez alb negatit 25g, Morcovi 30g, Cartofi albi 150g, Oua de gaina 65g, Bors cu verdeturi Magic Delikat 10g, Rosii cubulete conserva Cirio 60g, Ulei floarea soarelui Unirea 7g  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 140,03 Kcal / 585,31 KJ, Grăsimi: 6,11 grame, din care Acizi Grași Saturati: 1,24 grame, Glucide: 15 grame, din care Zaharuri: 6,07 grame, Proteine: 6,1 grame, Sare: 0,01 grame.  <b>Alergeni:</b> oua, gluten</p>	16 RON
3.	<p><b>Ciorba de vacuta 400 g</b>  <b>Ingrediente:</b> Ceapa 40g, Morcovi 30g, Radacina de telina 10g, Ardei gras rosu 20g, Fasole verde 30g, Mazare Congelata 15g, Rosii cubulete conserva Cirio 60g, Pulpa de vita 50g, Ulei floarea soarelui Unirea 5g, Bors de tarate 15g, Sare de masa 3g, Cartofi albi 200g  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 99,63 Kcal / 416,46 KJ, Grăsimi: 3,96 grame, din care Acizi Grași Saturati: 1,29 grame, Glucide: 12,12 grame, din care Zaharuri: 1,31 grame, Proteine: 3,92 grame, Sare: 0,79 grame  <b>Alergeni:</b> -</p>	16 RON
4.	<p><b>Ciorba de pui 400 g</b>  <b>Ingrediente:</b> Ceapa 30g, Morcovi 30g, Radacina de telina 10g, Ardei gras rosu 20g, Rosii intregi Cirio 50g, Cartofi albi 150g, Pulpa de pui cu piele cruda 35g, Piept de pui crud cu</p>	16 RON

	<p>piele 25g,Bors cu verdeturi Magic Delikat 10g,Orez alb negatit 10g Sare de masa 3g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 107,58 Kcal / 449,68 Kj, Grăsimi: 3,58 grame, din care Acizi Grași Saturati:0,73 grame, Glucide: 11,95 grame, din care Zaharuri: 3,23 grame, Proteine: 6,6 grame, Sare: 0,79 grame.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	
5.	<p><b>Supa de pui cu taitei de casa 400 g</b></p> <p><b>Ingrediente:</b> Ardei gras -50g (), Faina alba -40g (), Pulpa de pui cu piele -35g (), Radacina de telina -30g (), Ciocanele de pui cu piele -30g (), Ceapa -25g (), Morcovi -25g (), Ciocanele de pui cu piele -20g (), Piept de pui cu piele -10g (), Sare de masa -8g (), Oua de gaina -3g (), Frunze de patrunjel -1g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 89,84 Kcal / 375,55 Kj, Grăsimi: 2,5 g, Acizi Grași Saturati: 1,05 g, Glucide:10,39 g, Zaharuri: 1,21 g, Proteine: 5,95 g, Sare: 2,11 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> ouă, gluten</p>	16 RON
6.	<p><b>Ciorba de fasole cu afumatura 350 ml</b></p> <p><b>Ingrediente:</b> Fasole boabe fiarta -100g (), Morcovi -50g (), Ardei gras -50g (), Rosii cuburi -50g (), Cartofi albi -50g (), Ciolan de porc anterior dezosat afumat Vascar -30g (), Ceapa -20g (), Pastarnac radacina-10g (), Radacina de telina -10g (), Ulei floarea soarelui -5g (), Sare de masa -1g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 96,22 Kcal / 402,22 Kj, Grăsimi: 3,55 g, Acizi Grași Saturati: 1,09 g, Glucide:11,82 g, Zaharuri: 0,81 g, Proteine: 4,38 g, Sare: 0,28 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	16 RON
7.	<p><b>Ciorba de burta 400g</b></p> <p><b>Ingrediente:</b> Burta vita 80g,Smantana 12% 80g,Oua de gaina 65g,Morcovi 25g,Ceapa 50g,Sare de masa 3g,Otet din vin rosu Carrefour 20g,Ulei floarea soarelui Unirea 20g,Oase de vita 30g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 169,54 Kcal / 708,66 Kj, Grăsimi: 13,56 grame, din care Acizi Grași Saturati:3,75 grame, Glucide: 3,03 grame, din care Zaharuri: 1,33 grame, Proteine: 8,82 grame, Sare: 0,82grame.</p> <p><b>Alergeni:</b> oua, gluten, lapte</p>	18 RON

## GUSTARI CALDE/RECI

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<p><b>Salata de vinete (100 g)</b>  <b>Ingrediente:</b> Vinete -300g (), Ulei floarea soarelui -25g (), Ceapa -20g (), Sare de masa -3g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 226,93 Kcal / 948,58 Kj, Grăsimi: 16,01 g, Acizi Grași Saturati: 1,67 g, Glucide:21,35 g, Zaharuri: 12,23 g, Proteine: 3,45 g, Sare: 2 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	14 RON
2.	<p><b>Salata de icre (100 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Ulei floarea soarelui -50g (), Icre crap -40g (), Ceapa -20g (), Lamaie -10g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 477,3 Kcal / 1995,11 Kj, Grăsimi: 47,25 g, Acizi Grași Saturati: 5,54 g, Glucide:2,95 g, Zaharuri: 1,09 g, Proteine: 10,29 g, Sare: 0 g.  <b>Alergeni:</b> -Peste</p>	14 RON
3.	<p><b>Zacusca (100 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Vinete -300g (), Ardei capia -70g (), Rosii -40g (), Ulei floarea soarelui -10g (), Sare de masa -3g (),Piper negru -2g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 188,3 Kcal / 787,09 Kj, Grăsimi: 10,16 g, Acizi Grași Saturati: 1,03 g, Glucide:25,06 g, Zaharuri: 10,5 g, Proteine: 73,58 g, Sare: 3 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	14 RON
4.	<p><b>Cascaval pane (150 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Cascaval -80g (), Oua de gaina -60g (), Ulei floarea soarelui -20g (), Pesmet Panko -20g (), Faina alba -20g (), Sare de masa -2g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 438 Kcal / 1830,84 Kj, Grăsimi: 29,25 g, Acizi Grași Saturati: 10,68 g, Glucide:20,97 g, Zaharuri: 1,98 g, Proteine: 22,08 g, Sare: 2,25 g.  <b>Alergeni:</b>gluten, ouă</p>	18 RON
5.	<p><b>Bruschete (250g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Rosii -200g (), Paine alba -20g (), Ulei de masline extra virgin -5g (), Lamaie -5g (), Usturoi -4g (), Busuioc uscat -2g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 54,59 Kcal / 228,18 Kj, Grăsimi: 2,06 g, Acizi Grași Saturati: 0,3 g, Glucide:8,38 g, Zaharuri: 0,08 g, Proteine: 1,56 g, Sare: 0,08 g.  <b>Alergeni:</b>gluten</p>	13 RON

6.	<b>Humus (150g)</b> <b>Ingrediente:</b> Naut boabe -800g, Ulei de masline extra virgin -100g, Ulei floarea soarelui -50g, Suc de lamaie natural, fara zahar -10g, Sare de masa -5g, Piper negru -1g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 203,55 Kcal / 850,85 Kj, Grăsimi: 8,82 g, Acizi Grași Saturati: 1,05 g, Glucide:23,28 g, Zaharuri: 4,4 g, Proteine: 7,81 g, Sare: 0,25 g. <b>Alergeni:</b> gluten	14 RON
----	--	--------

## SALATE

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<b>Salata cu Ton -400g</b> <b>Ingrediente:</b> salata verde -150g (), ton in suc propriu 365 - 80g (), lamaie -50g (), crutoane natural -20g (), ceapa -10g (), porumb -10g (), mix de seminte medina -10g (), ulei de masline extra virgin -5g (), sare de masa -3g (), piper negru -2g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> valoare energetica: 79,65 kcal / 332,94 kj, grăsimi: 2,8 g, acizi grași saturati: 0,21 g, glucide: 5,24 g, zaharuri: 0,53 g, proteine: 7,73 g, sare: 1 g. <b>Alergeni:</b> gluten, pește,seminte	33 RON
2.	<b>Salata Vente -400g</b> <b>Ingrediente:</b> Cotlet de porc cu os -150g (), Salata verde - 150g (), Oua de gaina -60g (), Rosii -40g (), Castraveti -40g (), Ardei gras -30g (), Mustar -20g (), Ulei de masline extra virgin -15g (), Alune de padure -10g (), Crutoane Natural -10g (), Miere -5g (), Lamaie -5g (), Sare de masa -3g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 165,21 Kcal / 690,59 Kj, Grăsimi: 11,27 g, Acizi Grași Saturati: 3 g, Glucide: 5,16 g, Zaharuri: 1,54 g, Proteine: 11,58 g, Sare: 0,81 g. <b>Alergeni:</b> alune de pădure, gluten, ouă	33 RON
3.	<b>Salata Greceasca -400g</b> <b>Ingrediente:</b> Salata verde -150g (), Telemea de vaca -60g (), Rosii -50g (), Castraveti -30g (), Ardei gras -30g (), Lamaie -30g (), Ceapa rosie -20g (), Masline naturale Kalamata -20g (), Ulei de masline extra virgin -15g (), Sare de masa -3g (), Piper negru -2g ()	30 RON

	<p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 104,25 Kcal / 435,77 Kj, Grăsimi: 8,04 g, Acizi Grași Saturați: 1,91 g, Glucide: 4,44 g, Zaharuri: 0,19 g, Proteine: 3,79 g, Sare: 1,2 g.</p> <p><b>Alergeni</b> lactoză</p>	
4.	<p><b>Salata cu pui -400g</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Salata verde -150g (), Piept de pui dezosat -120g (), Rosii -40g (), Ardei gras -30g (), Ulei de masline extra virgin -15g (), faina din seminte de in Herbal Sana -10g (), Lamaie -5g (), Sare de masa -5g (), Piper negru -3g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 86,38 Kcal / 361,05 Kj, Grăsimi: 4,84 g, Acizi Grași Saturați: 1,09 g, Glucide:3,09 g, Zaharuri: 0,24 g, Proteine: 8,13 g, Sare: 1,25 g.</p> <p><b>Alergeni:</b>seminte</p>	33 RON
5.	<p><b>Salata mediteraneana -400g</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>salata verde -150g (), oua de gaina -60g (), telemea de vaca -30g (), rosii -30g (), castraveti -20g (), ulei de masline extra virgin -15g (), masline naturale kalamata -10g (), crutoane natural -10g (), mix de seminte medina -5g (), sare de masa -3g (), piper negru -2g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>valoare energetică: 105,33 kcal / 440,26 kj, grăsimi: 8,18 g, acizi grași saturați: 1,73 g, glucide:3,46 g, zaharuri: 0,22 g, proteine: 4,52 g, sare: 1 g.</p> <p><b>Alergeni:</b>lactoză, semințe de susan</p>	33 RON

## PREPARATE PUI

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<p><b>Piept de pui la gratar (200 g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Piept de pui dezosat -200g, Sare de masa -2g, Piper negru -1g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 120,28 Kcal / 502,75 Kj, Grăsimi: 2,62 g, Acizi Grași Saturați: 1,17 g, Glucide:0,93 g, Zaharuri: 0,3 g, Proteine: 22,66 g, Sare: 1 g.</p> <p><b>Alergeni:-</b></p>	21 RON
2.	<p><b>Pulpa dezosata la gratar (200 g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Pulpe de pui dezosate -200g, Sare de masa -5g, Piper negru -1g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 151,34 Kcal / 632,58 Kj, Grăsimi: 8 g, Acizi Grași Saturați: 3,23 g, Glucide: 0,8g, Zaharuri: 0,1 g, Proteine: 19,15 g, Sare: 2,62g.</p> <p><b>Alergeni:-</b></p>	21 RON

3.	<b>Snitel din piept de pui in crusta panko (200 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Piept de pui dezosat -130g, Oua de gaina -50g, Pesmet Panko -30g, Ulei floarea soarelui -10g, Sare de masa -5g, Piper negru -1g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 215,78 Kcal / 901,94 Kj, Grăsimi: 9,27 g, Acizi Grași Saturati: 1,3 g, Glucide:12,59 g, Zaharuri: 0,57 g, Proteine: 19,84 g, Sare: 2,5 g. <b>Alergeni:</b> ouă, gluten	25 RON
4.	<b>Gujoane de pui ( 200 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Piept de pui dezosat -130g, Oua de gaina -50g, Pesmet Panko -30g, Ulei floarea soarelui -10g, Sare de masa -5g, Piper negru -1g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 215,78 Kcal / 901,94 Kj, Grăsimi: 9,27 g, Acizi Grași Saturati: 1,3 g, Glucide: 12,59 g, Zaharuri: 0,57 g, Proteine: 19,84 g, Sare: 2,5 g. <b>Alergeni:</b> ouă, gluten	25 RON
5.	<b>Piept de pui cu ciuperci, smantana si mamaliga (400g)</b> <b>Ingrediente:</b> Smantana 12% -250g (), Ciuperci champignon -150g (), Piept de pui dezosat -120g (), Mamaliga -100g (Sare de masa, Faina de malai cereal food), Ulei floarea soarelui -5g (), Sare de masa -3g (), Piper negru -3g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 168,61 Kcal / 704,8 Kj, Grăsimi: 9,64 g, Acizi Grași Saturati: 5,01 g, Glucide: 10,25 g, Zaharuri: 2,43 g, Proteine: 10,71 g, Sare: 2 g. <b>Alergeni:</b> lactoză	31 RON
6.	<b>Ostropel de pui cu piure (350g)</b> <b>Ingrediente:</b> Pulpa de pui cu piele -200g (), Piure -200g (Cartofi albi, Lapte 2,5%, Sare de masa, Unt 65%), Ciocanele de pui cu piele -100g (), Rosii cuburi -40g (), Sare de masa -3g (), Piper negru -1,5g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 234,97 Kcal / 982,19 Kj, Grăsimi: 9,88 g, Acizi Grași Saturati: 4,71 g, Glucide:18,71 g, Zaharuri: 1,77 g, Proteine: 17,15 g, Sare: 1,74 g. <b>Alergeni:</b> lactoză	27 RON
7.	<b>Souvlaki de pui 500 g</b> <b>Ingrediente:</b> Cartofi la cuptor -200g (Cartofi albi, Ulei floarea soarelui, Sare de masa, Piper negru, Boia de ardei dulce), Piept de pui dezosat -160g (), Varza -150g (), Lipie libaneza -70g (), Iaurt 1,5% -10g (), Castraveti -10g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 128,8 Kcal / 538,38 Kj, Grăsimi: 4,74 g, Acizi Grași Saturati: 0,81 g, Glucide:	32 RON

11,64 g, Zaharuri: 0,55 g, Proteine: 9,54 g, Sare: 1,19 g. <b>Alergeni:</b> lactoză	
--	--

## PREPARATE PORC

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<b>Ceafa de porc la gratar (200 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Ceafa de porc -200g (), Sare de masa -3g (), Boia de ardei dulce -3g (), Piper negru -2g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 200,66 Kcal / 838,76 Kj, Grăsimi: 12,54 g, Acizi Grași Saturați: 5,65 g, Glucide:1,48 g, Zaharuri: 0,54 g, Proteine: 19,92 g, Sare: 1,5 g. <b>Alergeni:</b> -	24 RON
2.	<b>Cotlet de porc la gratar (200 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Cotlet de porc feliat fara os -200g (), Sare de masa -3g (), Boia de ardei dulce -3g (), Piper negru-2g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 208,66 Kcal / 872,2 Kj, Grăsimi: 11,37 g, Acizi Grași Saturați: 3,39 g, Glucide:1,48 g, Zaharuri: 0,54 g, Proteine: 25,05 g, Sare: 1,55 g. <b>Alergeni:</b> -	24 RON
3.	<b>Tigaie picanta cu mamaliguta (350 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Ardei gras rosu -100g (), Mamaliga -100g (Sare de masa, Faina de malai cereal food), Pulpa porc fara grasime -50g (), Piept de porc cu coaste -30g (), Cotlet de porc feliat fara os -30g (), Rosii cuburi -20g (), Ulei floarea soarelui -20g (), Ceapa -5g (), Ardei iute -2g (), Sare de masa -2g (), Boia de ardei dulce -2g (), Piper negru -1g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 149,22 Kcal / 623,74 Kj, Grăsimi: 8,47 g, Acizi Grași Saturați: 1,85 g, Glucide:9,28 g, Zaharuri: 0,55 g, Proteine: 8,03 g, Sare: 2,01 g. <b>Alergeni:</b> -	34 RON
5.	<b>Carne la garnita cu mamaliga si usturoi (350g)</b> <b>Ingrediente:</b> Carne de porc semi-grasa -500g (), Mamaliga - 100g (Sare de masa, Faina de malai cereal food), Ulei floarea soarelui -50g (), Usturoi -20g (), Sare de masa - 10g ()	40 RON

	<p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 459,83 Kcal / 1922,08 Kj, Grăsimi: 27,11 g, Acizi Grași Saturați: 7,7 g, Glucide:8,57 g, Zaharuri: 0,16 g, Proteine: 42,87 g, Sare: 4,29 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	
6.	<p><b>Snitel de porc in crusta panko (200g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Cotlet de porc feliat fara os -200g (), Oua de gaina -60g (), Pesmet Panko -10g (), Ulei floarea soarelui -5g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 288,2 Kcal / 1204,68 Kj, Grăsimi: 16,8 g, Acizi Grași Saturați: 4,53 g, glucide: 4,2 g, zaharuri: 0,46 g, proteine: 29,25 g, sare: 0,06 g.  <b>Alergeni:</b> ouă, gluten</p>	27 RON
7.	<p><b>Varza cu carnati de casa (350g )</b>  <b>Ingrediente:</b>Varza -400g (), Carne de porc semi-grasa -150g (), Rosii cuburi -50g (), Ulei floarea soarelui -10g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 153,33 Kcal / 640,91 Kj, Grăsimi: 7,03 g, Acizi Grași Saturați: 2,16 g, Glucide:6,97 g, Zaharuri: 0,46 g, Proteine: 14,56 g, Sare: 0,01 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	27 RON
9.	<p><b>Souvlaki de porc (500 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Cartofi la cuptor -200g (Cartofi albi, Ulei floarea soarelui, Sare de masa, Piper negru, Boia de ardei dulce), Pulpa de porc -160g (), Varza -150g (), Lipie libaneza -70g (), Iaurt 1,5% -10g (), Castraveti -10g (), Sare de masa -3g (), Piper negru -3g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 135,77 Kcal / 567,52 Kj, Grăsimi: 5,66 g, Acizi Grași Saturați: 1,04 g, Glucide: 11,83 g, Zaharuri: 0,46 g, Proteine: 8,93 g, Sare: 1,79 g.  <b>Alergeni:</b>lactoză</p>	34 RON

## PREPARATE PESTE

NR. CRT.	PRODUS	PRET
2.	<p><b>Saramura de crap cu mamaliga (450 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Crap -300g (), Rosii -150g (), Ardei gras -100g (), Mamaliga -100g (Sare de masa, Faina de malai cereal food), Ardei iute -5g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 121,47 Kcal / 507,73 Kj, Grăsimi: 3,87 g, Acizi Grași Saturați: 1,7 g, Glucide:7,93 g, Zaharuri: 0,08 g, Proteine: 12,91 g, Sare: 1,11 g.</p>	40 RON



	<b>Alergeni:</b> Peste	
<b>3.</b>	<b>Fish and chips cu sos remoulade (350 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Cartofi la cuptor -200g (Cartofi albi, Ulei floarea soarelui, Sare de masa, Piper negru, Boia de ardei dulce), Cod -160g (), Oua de gaina -120g (), Pesmet Panko -70g (), Maioneza -15g (), Sare de masa -5g (), Ulei floarea soarelui -5g (), Piper negru -3g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 281,61 Kcal / 1177,15 Kj, Grăsimi: 14,4 g, Acizi Grași Saturați: 2,65 g, Glucide: 19,42 g, Zaharuri: 1,19 g, Proteine: 18,39 g, Sare: 2,89 g. <b>Alergeni:</b> Peste, oua, gluten	<b>35 RON</b>
<b>4.</b>	<b>Crap prajit cu mamaliga si mujdei ( 350 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Crap -200g (), Mamaliga -100g (Sare de masa, Faina de malai cereal food), Faina de malai cereal food -20g (), Ulei floarea soarelui -10g (), Usturoi -5g (), Lamaie -5g (), Sare de masa -3g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 149,06 Kcal / 623,06 Kj, Grăsimi: 5,99 g, Acizi Grași Saturați: 1,77 g, Glucide: 11,75 g, Zaharuri: 0,22 g, Proteine: 11,35 g, Sare: 2,29 g. <b>Alergeni:</b> Peste, gluten	<b>37 RON</b>
<b>5.</b>	<b>Cod pane cu cartof nature si lamaie (200g, 150g, 50g)</b> <b>Ingrediente:</b> Cartofi albi -350g (), Cod -120g (), Pesmet Panko -35g (), Oua de gaina -12g (), Lamaie -5g (), Ulei floarea soarelui -4g () <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 139,02 Kcal / 581,09 Kj, Grăsimi: 1,77 g, Acizi Grași Saturați: 0,37 g, Glucide:20,66 g, Zaharuri: 1,29 g, Proteine: 10,15 g, Sare: 0,01 g. <b>Alergeni:</b> Peste, gluten	<b>35 RON</b>

## RECOMANDAREA BUCATARULUI

NR. CRT.	PRODUS	PRET
<b>1.</b>	<b>Coaste la cuptor cu sos barbeque usor picante si cartofi prajiti 400 g</b> <b>Ingrediente:</b> Coaste de porc -250g, Cartofi albi -200g, Sos barbecue -30g, Ulei floarea soarelui -20g, Boia de	<b>43 RON</b>

	ardei dulce -8g, Sare de masa -5g, Piper negru -4g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 300,9 Kcal / 1257,78 Kj, Grăsimi: 24,3 g, Acizi Grași Saturați: 7,22 g, Glucide: 11,7 g, Zaharuri: 2,94 g, Proteine: 10,52 g, Sare: 1,39 g. <b>Alergeni:</b> lactoză	
2.	<b>Paste Carbonara 350 g</b> <b>Ingrediente:</b> Paste fainoase cu 20% ou Baneasa -100g, Kaizer -100g, Oua de gaina -100g, Smantana 12% -80g, Parmezan -10g, Sare de masa -5g, Ulei floarea soarelui -5g, Piper negru -3g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 237,65 Kcal / 993,36 Kj, Grăsimi: 10,42 g, Acizi Grași Saturați: 3,03 g, Glucide: 24,76 g, Zaharuri: 1,79 g, Proteine: 10,76 g, Sare: 1,75 g. <b>Alergeni:</b> ouă, lapte, gluten,	30 RON
3.	<b>Bulz muntenesc (450 g)</b> <b>Ingrediente:</b> Oua de gaina -100g, Branza de burduf -80g, Telemea de vaca -80g, Faina de porumb (malai) -70g, Cascaval Dalia Ibanesti -30g, Unt 65% -10g, Ulei floarea soarelui -10g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare Energetică: 192,82 Kcal / 806 Kj, Grăsimi: 11,46 g, Acizi Grași Saturați: 3,5 g, Glucide: 12,41 g, Zaharuri: 0,16 g, Proteine: 9,13 g, Sare: 0,74 g. <b>Alergeni:</b> ouă, gluten, lapte	33 RON

## PREPARATE VENITE

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<b>Wrap cu humus si legume 350g</b> <b>Ingrediente:</b> dovlecei -80g, lipie libaneza -70g, hummus -70g, ardei gras rosu -60g, morcovi -60g, sare de masa -5g, piper negru -3g, frunze de patrunjel -1g <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> valoare energetică: 112,49 kcal / 470,19 kj, grăsimi: 1,97 g, acizi grași saturați: 0,22 g, glucide: 19,1 g, zaharuri: 1,14 g, proteine: 4,36 g, sare: 1,74 g. <b>Alergeni:</b> gluten, amidon de grau deglutinat	25 RON
2.	<b>Pleurotus pane cu salata asortata 350 g</b> <b>Ingrediente:</b> Ciuperci Pleurotus -200g, Pesmet Panko -80g, Ulei floarea soarelui -70g, Rosii -50g, Castraveti -40g, Ardei gras rosu -30g, Oua de gaina -10g, Piper negru -3g, Sare de masa -1g, Boia dulce	28 RON

	<p>afumată Cosmin -1g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 285,44 Kcal / 1193,13 Kj, Grăsimi: 19,38 g, Acizi Grași Saturați: 2,06 g,</p> <p>Glucide: 23,13 g, Zaharuri: 0,6 g, Proteine: 5,48 g, Sare: 0,29 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> ouă, gluten</p>	
3.	<p><b>Quesadilla de pui cu cartofi wedges 400 g</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Cartofi la cuptor -200g, Piept de pui dezosat -100g, Lipie libaneza -80g, Cascaval Dalia Ibanesti -50g, Mozzarella -40g, Ciuperci champignon -30g, Ardei gras rosu -30g, Sare de masa -2g, Piper negru -1g, Boia de ardei dulce -1g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 214,35 Kcal / 895,97 Kj, Grăsimi: 11,02 g, Acizi Grași Saturați: 3,32 g, Glucide: 14,89 g, Zaharuri: 0,68 g, Proteine: 13,39 g, Sare: 2,52 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> lactoza, gluten</p>	33 RON
4.	<p><b>Piept de curcan cu sos de branzeturi si cartofi cu ierburi aromatice (350g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Piept curcan fara piele -200g, Cartofi la cuptor -200g, Gorgonzola -30g, Smantana 12% -30g, Branza Brie -20g, Mozzarella -20g, Ulei floarea soarelui -5g, Sare de masa -2g, Piper negru -2g, Boia de ardei dulce -1g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetică: 212,69 Kcal / 889,05 Kj, Grăsimi: 13,26 g, Acizi Grași Saturați: 4,46 g, Glucide: 4,12 g, Zaharuri: 0,7 g, Proteine: 19,14 g, Sare: 2,31 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> lactoza, gluten</p>	40 RON
5.	<p><b>Piept de pui cu legume in sos de soia pe pat de orez (350g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Piept de pui -150g, Orez Basmati Scotti cu bob lung -70g, Ardei gras rosu -50g, Ceapa -20g, Morcovi -20g, Sos soia -5g, Usturoi -5g, Ulei floarea soarelui -5g, Sare de masa -2g, Boia de ardei dulce -2g, Piper negru -1g, Boia de ardei iute -1g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare Energetică: 147,79 Kcal / 617,77 Kj, Grăsimi: 2,83 g, Acizi Grași Saturați: 0,69 g, Glucide: 19,5 g, Zaharuri: 1,37 g, Proteine: 11,2 g, Sare: 1,13 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> soia, semințe de susan, gluten,</p>	29 RON
6.	<p><b>Piept de pui cu sos gorgonzola si cartofi la cuptor ( 400 g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Piept de pui dezosat -200g, Cartofi la cuptor -200g, Gorgonzola -30g, Smantana 12% -20g, Sare de masa -1g, Piper negru -0,5g</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare Energetică: 143,92 Kcal / 601,6 Kj, Grăsimi: 8,6 g, Acizi Grași Saturați: 2,93 g, Glucide:</p>	29 RON

3,27 g, Zaharuri: 0,58 g, Proteine: 13,27 g, Sare: 1,64 g. <b>Alergeni:</b> lactoza	
--	--

## GARNITURI

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<p><b>Piure de cartofi (200g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Cartofi albi -250g (), Unt 65% -10g (), Lapte 2,5% -5g (), Sare de masa -3g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 116,9 Kcal / 488,64 Kj, Grăsimi: 3,43 g, Acizi Grași Saturați: 2,03 g, Glucide: 19,79 g, Zaharuri: 0,16 g, Proteine: 125,09 g, Sare: 1,52 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	10 RON
2.	<p><b>Piure de mazare (200g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Mazare Congelata -250g (), Unt 65% -10g (), Sare de masa -3g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 116,85 Kcal / 488,43 Kj, Grăsimi: 4 g, Acizi Grași Saturați: 2,08 g, Glucide: 10,9 g, Zaharuri: 6,52 g, Proteine: 6,39 g, Sare: 1,55 g.  <b>Alergeni:</b> lactoza</p>	11 RON
3.	<p><b>Orez cu legume ( 200g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Orez bob lung Atifco -70g (), Morcovi -50g (), Ardei capia -20g (), Sare de masa -4g (), Piper negru -3g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 135,68 Kcal / 567,12 Kj, Grăsimi: 0,31 g, Acizi Grași Saturați: 0,1 g, Glucide: 31,41 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 2,94 g, Sare: 2 g.  <b>Alergeni:-</b></p>	11 RON
4.	<p><b>Cartofi prajiti ( 200g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Cartofi albi -300g (), Ulei floarea soarelui -30g (), Sare de masa -4g ()  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 227,7 Kcal / 951,79 Kj, Grăsimi: 13,95 g, Acizi Grași Saturați: 1,53 g, Glucide: 23,57 g, Zaharuri: 1,73 g, Proteine: 2,52 g, Sare: 2,02 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	10 RON
5.	<p><b>Legume la gratar (200 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Ardei capia -80g (), Rosii -50g (), Dovlecei -30g (), Ciuperci champignon -30g (), Vinete -30g (),</p>	13 RON

	<p>Ceapa rosie -20g ( )</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 27,65 Kcal / 115,58 Kj, Grăsimi: 0,27 g, Acizi Grași Saturati: 0 g, Glucide: 5,9 g, Zaharuri: 0,53 g, Proteine: 1,51 g, Sare: 0 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	
6.	<p><b>Ciuperci sote/gratar (200 g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Ciuperci champignon -400g ( ), Ulei floarea soarelui -10g ( ), Frunze de patrunjel -5g ( ), Sare de masa -4g ( ), Piper negru -3g ( )</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 90,13 Kcal / 376,72 Kj, Grăsimi: 5,27 g, Acizi Grași Saturati: 0,52 g, Glucide:7,73 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 6,44 g, Sare: 2 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	10 RON
7.	<p><b>Cartofi nature (200g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Cartofi albi -250g ( ), Lamaie -5g ( ), Ulei de masline extra virgin -3g ( ), Sare de masa -3g ( )</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 99,4 Kcal / 415,47 Kj, Grăsimi: 1,52 g, Acizi Grași Saturati: 0,24 g, Glucide: 19,88 g, Zaharuri: 1,51 g, Proteine: 2,13 g, Sare: 1,52 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	10 RON

## DESERT

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	<p><b>Placinta cu mere (150 g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Mere -200g ( ), Faina alba -30g ( ), Ulei floarea soarelui -10g ( ), Zahar alb -8g ( )</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 198,67 Kcal / 830,43 Kj, Grăsimi: 6,47 g, Acizi Grași Saturati: 0,8 g, Glucide:30,86 g, Zaharuri: 17,2 g, Proteine: 2,33 g, Sare: 0 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	10 RON
2.	<p><b>Placinta cu iaurt (150 g)</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Oua de gaina -120g ( ), Iaurt 1,5% -100g ( ), Zahar alb -100g ( ), Foi de placinta -80g ( ), Stafide -20g ( ), Esenta de vanilie -10g ( )</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 616,67 Kcal / 2577,67 Kj, Grăsimi: 9,96 g, Acizi Grași Saturati: 3,3 g, Glucide: 113,95 g, Zaharuri: 81,08 g, Proteine: 17,75 g, Sare: 0,8 g.</p> <p><b>Alergeni:</b> -</p>	12 RON

## BAUTURI

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	Coca Cola 500 ml	7 RON
2.	Coca Cola zero 500 ml	7 RON
3.	Fuze tea 500 ml	7 RON
4.	Schweppes mandarin 500 ml	7 RON
5.	Apa plata DORNA 500 ml	6 RON
6.	Apa minerala DORNA 500 ml	6 RON

## EXTRA

NR. CRT.	PRODUS	PRET
1.	Chifla (50g)	2.5 RON
2.	Ardei iute (1 buc)	2 RON
3.	Smantana (50 g )	3 RON
4.	Mujdei (50 g)	3 RON
5.	<p><b>Muraturi (150 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Castraveti -65g ( ), Zahar alb -3g ( ), Sare de masa -3g ( ), Boabe de mustar -2g ( )  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 59,52 Kcal / 248,79 Kj, Grăsimi: 1,42 g, Acizi Grași Saturati: 0,06 g, Glucide:10,26 g, Zaharuri: 6,28 g, Proteine: 1,78 g, Sare: 6,2 g.  <b>Alergeni:</b> muștar</p>	9 RON
6.	<p><b>Salata de varza (200g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Varza -45g ( ), Sare de masa -3g ( ), Ulei floarea soarelui -3g ( ), Piper negru -2g ( ), Otet alb (continesulfiti) - 2g ( )  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 88,94 Kcal / 371,77 Kj, Grăsimi: 5,84 g, Acizi Grași Saturati: 0,66 g, Glucide:7,74 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 1,88 g, Sare: 6 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	9 RON
7.	<p><b>Salata de sfecla rosie (200 g)</b>  <b>Ingrediente:</b>Sfecla rosie -60g ( ), Otet rosu (contine sulfiti) - 30g ( ), Sare de masa -4g ( )  <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b>Valoare energetica: 63 Kcal / 263,34 Kj, Grăsimi: 0,12 g, Acizi Grași Saturati: 0 g, Glucide: 11,94 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 1,92 g, Sare: 8 g.  <b>Alergeni:</b> -</p>	9 RON
8.	Salata de gogosari ( 150 g)	10 RON

	<b>Ingrediente:</b> Gogosari -65g ( ), Sare de masa -4g ( ), Otet alb (contine sulfiti) -4g ( ), Zahar alb -2g ( ) <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 44,32 Kcal / 185,26 Kj, Grăsimi: 0,26 g, Acizi Grași Saturați: 0 g, Glucide: 9,98g, Zaharuri: 4 g, Proteine: 1,18 g, Sare: 8 g. <b>Alergeni:</b> -	
9.	<b>Salata de ceapa rosie (150 g)</b>	<b>6 RON</b>
10.	<b>Sos remoulade ( 50 g)</b>	<b>3.5 RON</b>
11.	<b>Sos maioneza (50g)</b>	<b>2.5 RON</b>
12.	<b>Sos ketchup (50g)</b>	<b>2.5 RON</b>

NR. CRT.	PRODUS	PRET
	<b>CATEGORIE: MENIUL ZILEI</b>	
1.	<b>Denumire : Meniul zilei 1</b>	
1.	<b>Meniul zilei:</b> <b>Alege primul fel</b> 1.Supa crema de legume cu crutoane (350ml)  <b>Ingrediente:</b> Cartofi albi -150g ( ), Crutoane Natural -100g ( ), Ardei capia -30g ( ), Rosii -20g ( ), Morcovi -20g ( ), Ceapa -10g ( ), Smantana vegetala pentru gatit Cucina d'oro -10g ( ), Sare de masa -3g ( ), Piper negru -2g ( ) <b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetica: 99,18 Kcal / 414,59 Kj, Grăsimi: 1,24 g, Acizi Grași Saturați: 0,49 g, Glucide: 17,38 g, Zaharuri: 1,2 g, Proteine: 2,97 g, Sare: 1,06 g. <b>Alergeni:</b> soia, gluten  2.Ciorba de perisoare (350 ml)  <b>Ingrediente:</b> Cartofi albi -150g ( ), Oua de gaina -65g ( ), Rosii cubulete conserva Cirio -60g ( ), Carne tocata porc Martinez -50g ( ), Ceapa -30g ( ), Morcovi -30g ( ), Orez alb negatit -25g ( ), Ardei gras rosu -20g ( ),Bors cu verdeturi Magic Delikat -10g ( ), Ulei floarea soarelui Unirea -7g ( )	<b>37 RON</b>

**Valori nutritionale pentru 100g:** Valoare energetică: 140,03 Kcal / 585,31 Kj, Grăsimi: 6,11 g, Acizi Grași Saturați: 1,24 g, Glucide: 15 g, Zaharuri: 6,07 g, Proteine: 6,1 g, Sare: 0,01 g.  
**Alergeni:** oua, gluten

### 3. Bors de gâina (350ml)

**Ingrediente:** Cartofi albi -100g (), Ceapa -30g (), Morcovi -30g (), Conserva de roșii decojite întregi Carrefour -30g (), Carne găina cu piele -30g (), Radacina de telina -20g (), Ardei gras roșu -20g (), Aripă crudă de curcan fără piele -10g (), Ulei floarea soarelui Unirea -8g (), Sare de masă -3g (), Bors cu verdeturi Magic Delikat -1g ()

**Valori nutritionale pentru 100g:** Valoare energetică: 64,23 Kcal / 268,48 Kj, Grăsimi: 2,93 g, Acizi Grași Saturați: 0,58 g, Glucide: 6,61 g, Zaharuri: 0,69 g, Proteine: 2,79 g, Sare: 0,79 g.

**Alergeni:** -

## Alege fel principal

### 1. Snitel de pui cu cartofi la cuptor (350g)

**Ingrediente:** Cartofi la cuptor -150g (Cartofi albi, Ulei floarea soarelui, Sare de masă, Piper negru, Boia de ardei dulce), Piept de pui dezosat -130g (), Ouă de găina -50g (), Pesmet Panko -30g (), Ulei floarea soarelui -10g (), Sare de masă -5g (), Piper negru -1g ()

**Valori nutritionale pentru 100g:** Valoare energetică: 179,69 Kcal / 751,1 Kj, Grăsimi: 7,37 g, Acizi Grași Saturați: 0,98 g, Glucide: 16 g, Zaharuri: 0,42 g, Proteine: 64,99 g, Sare: 2,51 g.

**Alergeni:** ouă, gluten

### 2. Ostropel de pui cu piure (350g)

**Ingrediente:** Pulpa de pui cu piele -200g (), Piure -200g (Cartofi albi, Lapte 2,5%, Sare de masă, Unt 65%), Ciocanele de pui cu piele -100g (), Rosii cuburi -40g (), Sare de masă -3g (), Piper negru -1,5g ()



	<p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 234,97 Kcal / 982,19 Kj, Grăsimi: 9,88 g, Acizi Grași Saturați: 4,71 g, Glucide: 18,71 g, Zaharuri: 1,77 g, Proteine: 17,15 g, Sare: 1,74 g. <b>Alergeni:</b> LACTOZĂ</p> <p><b>3. Pui cu smantana ciuperci si mamaliga (350g)</b> <b>Ingrediente:</b>Smantana 12% -250g (), Ciuperci champignon - 150g (), Piept de pui dezosat -120g (), Mamaliga -100g (Sare de masa, Faina de malai cereal food), Ulei floarea soarelui -5g (), Sare de masa -3g (), Piper negru -3g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 168,61 Kcal / 704,8 Kj, Grăsimi: 9,64 g, Acizi Grași Saturați: 5,01 g, Glucide: 10,25 g, Zaharuri: 2,43 g, Proteine: 10,71 g, Sare: 2 g. <b>Alergeni:</b> lactoză</p> <p><b>Alege garnitura/desert</b></p> <p><b>1.Salata de varza(50g)</b> <b>Ingrediente:</b>Varza -45g (), Sare de masa -3g (), Ulei floarea soarelui -3g (), Piper negru -2g (), Otet alb (continesulfiti) - 2g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 88,94 Kcal / 371,77 Kj, Grăsimi: 5,84 g, Acizi Grași Saturați: 0,66 g, Glucide: 7,74 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 1,88 g, Sare: 6 g. <b>Alergeni:</b> lactoză</p> <p><b>2.Prajitura (30g)</b> <b>Ingrediente:</b>Faina alba -80g (), Ulei floarea soarelui -50g (), Zahar alb -40g (), Pudra de cacao -10g (), Gem de visine la borcan -10g ()</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 620,93 Kcal / 2595,5 Kj, Grăsimi: 32,6 g, Acizi Grași Saturați: 4,2 g, Glucide:72,64 g, Zaharuri: 31,33 g, Proteine: 6,79 g, Sare: 0 g. <b>Alergeni:</b> gluten</p>	
2.	<p><b>Denumire : Meniul zilei 2</b> <b>Pui crispy+cartofi prajiti+salata de varza(500g )</b></p> <p><b>Ingrediente:</b>Cartofi la cuptor -150g (Cartofi albi, Ulei floarea soarelui, Sare de masa, Piper negru, Boia de ardeidulce), Piept de pui dezosat -130g (), Oua de gaina -50g (), Pesmet</p>	32 RON

<p>Panko -30g (), Ulei floarea soarelui -10g (), Sare de masa -5g (), Piper negru -1g ()Varza -45g (),</p> <p><b>Valori nutritionale pentru 100g:</b> Valoare energetică: 179,69 Kcal / 751,1 Kj, Grăsimi: 7,37 g, Acizi Grași Saturați: 0,98 g, Glucide: 16g, Zaharuri: 0,42 g, Proteine: 64,99 g, Sare: 2,51g.</p> <p><b>Alergeni:</b> ouă, gluten</p>	
--	--