

RESTAURANT MARA

MIC DEJUN

Ochiuri Simple (Sunny-side up eggs) (80g)

8 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua de gaina: 100 g (Contine: **Oua**), Ulei: 15 g , Sare: 2 g

Valori nutritionale / portie (80g)

Valoare energetica: 198.19 KCal /829.22 Kj , Grasimi: 17.68 g, Acizi grasi saturati: 1.13 g, Glucide: 0.75 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 8.89 g, Sare: 1.37 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 247.74 KCal /1036.52 Kj , Grasimi: 22.09 g, Acizi grasi saturati: 1.41 g, Glucide: 0.94 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 11.11 g, Sare: 1.71 g

Alergeni: Oua

Omleta cu cascaval (Omelette with chees) (80g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua proaspete: 100 g (Contine: **Oua**), Cascaval: 40 g (Contine: **Lapte**), Ulei: 15 g , Sare: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (80g)

Valoare energetica: 194.79 KCal /814.98 Kj , Grasimi: 16.23 g, Acizi grasi saturati: 2.43 g, Glucide: 0.41 g, Zaharuri: 0.2 g, Proteine: 11.25 g, Sare: 0.97 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 243.48 KCal /1018.73 Kj , Grasimi: 20.29 g, Acizi grasi saturati: 3.04 g, Glucide: 0.51 g, Zaharuri: 0.26 g, Proteine: 14.06 g, Sare: 1.21 g

Alergeni: Oua, Lapte

Omleta cu sunca (Omelette with ham) (80g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua proaspete: 100 g (Contine: **Oua**), Sunca presata: 25 g , Ulei: 15 g , Sare: 1.5 g , Salata verde: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (80g)

Valoare energetica: 189.97 KCal /794.85 Kj , Grasimi: 16.41 g, Acizi grasi saturati: 2.66 g, Glucide: 0.25 g, Zaharuri: 0.23 g, Proteine: 10.21 g, Sare: 1.06 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 237.47 KCal /993.57 Kj , Grasimi: 20.51 g, Acizi grasi saturati: 3.32 g, Glucide: 0.31 g, Zaharuri: 0.29 g, Proteine: 12.76 g, Sare: 1.33 g

Alergeni: Oua

Omleta cu sunca si cascaval (Omelette with ham and chesse) (80g) 10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua de gaina: 100 g (Contine: **Oua**), Ulei: 15 g , Cascaval: 3 g (Contine: **Lapte**), Sunca presata: 3 g , Castraveti: 3 g , Sare: 2 g

Valori nutritionale / portie (80g)

Valoare energetica: 195.61 KCal /818.43 Kj , Grasimi: 17.26 g, Acizi grasi saturati: 1.31 g, Glucide: 0.79 g, Zaharuri: 0.03 g, Proteine: 9.2 g, Sare: 1.33 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 244.52 KCal /1023.04 Kj , Grasimi: 21.58 g, Acizi grasi saturati: 1.63 g, Glucide: 0.98 g, Zaharuri: 0.03 g, Proteine: 11.5 g, Sare: 1.66 g

Alergeni: Oua, Lapte

Omleta cu ciuperci (Omelette with mushrooms) (80g) 10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua proaspete: 100 g (Contine: **Oua**), Ulei: 15 g , Sare: 2 g , Ciuperci conserva: 2 g

Valori nutritionale / portie (80g)

Valoare energetica: 180.48 KCal /755.13 Kj , Grasimi: 16.24 g, Acizi grasi saturati: 3.19 g, Glucide: 0.34 g, Zaharuri: 0.27 g, Proteine: 8.09 g, Sare: 1.61 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 225.6 KCal /943.91 Kj , Grasimi: 20.3 g, Acizi grasi saturati: 3.99 g, Glucide: 0.42 g, Zaharuri: 0.34 g, Proteine: 10.12 g, Sare: 2.02 g

Alergeni: Oua

Salam Sibiu (100g) 20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Salam Sibiu Angst: 100 g , Salata verde: 5 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 436.05 KCal /1824.43 Kj , Grasimi: 37.26 g, Acizi grasi saturati: 13.9 g, Glucide: 0.35 g, Zaharuri: 0.45 g, Proteine: 24.91 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 436.05 KCal /1824.43 Kj , Grasimi: 37.26 g, Acizi grasi saturati: 13.9 g, Glucide: 0.35 g, Zaharuri: 0.45 g, Proteine: 24.91 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Cascaval (chesse) (100g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cascaval: 100 g (Contine: **Lapte**), Castraveti: 10 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 280.45 KCal /1173.43 Kj , Grasimi: 21.83 g, Acizi grasi saturati: 12.27 g, Glucide: 1.24 g, Zaharuri: 0.77 g, Proteine: 21.88 g, Sare: 2.73 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 280.45 KCal /1173.43 Kj , Grasimi: 21.83 g, Acizi grasi saturati: 12.27 g, Glucide: 1.24 g, Zaharuri: 0.77 g, Proteine: 21.88 g, Sare: 2.73 g

Alergeni: Lapte

Cascaval mozzarella (Mozzarella) (100g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Mozzarella: 100 g (Contine: **Lapte**)

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 318 KCal /1330.51 Kj , Grasimi: 25 g, Acizi grasi saturati: 17.3 g, Glucide: 0.1 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 23.1 g, Sare: 1.3 g

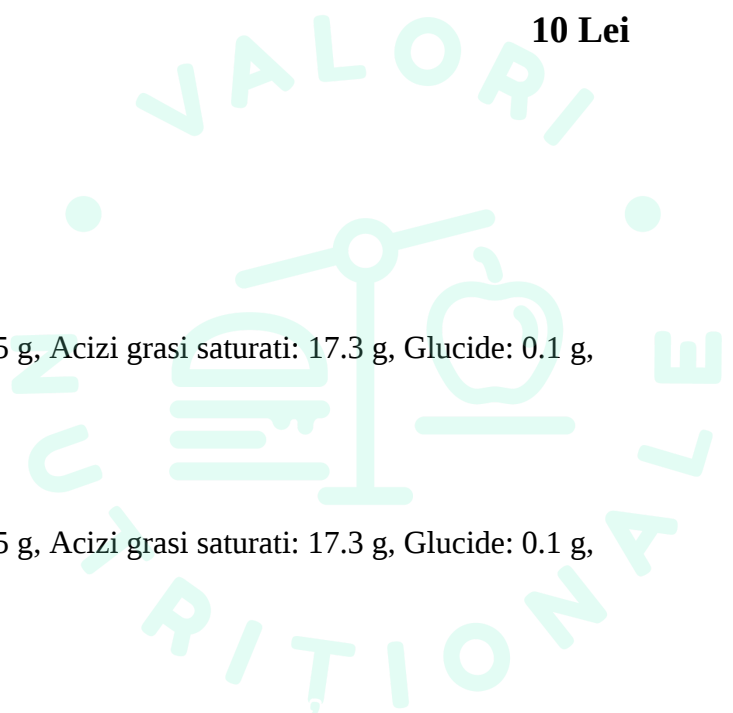
Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 318 KCal /1330.51 Kj , Grasimi: 25 g, Acizi grasi saturati: 17.3 g, Glucide: 0.1 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 23.1 g, Sare: 1.3 g

Alergeni: Lapte

Branza telemea (100g)

7 Lei



Cantitate ingrediente pentru o portie

Telemea de vaca Albalact: 100 g (Contine: **Lapte**)

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 231 KCal /966.5 Kj , Grasimi: 19 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 0 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 16 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 231 KCal /966.5 Kj , Grasimi: 19 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 0 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 16 g, Sare: 0 g

Alergeni: Lapte

Schweizer (100g)

12 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Svaiter: 100 g (Contine: **Lapte**)

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 379.4 KCal /1587.41 Kj , Grasimi: 27.8 g, Acizi grasi saturati: 17.8 g, Glucide: 5.4 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 26.9 g, Sare: 0.19 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 379.4 KCal /1587.41 Kj , Grasimi: 27.8 g, Acizi grasi saturati: 17.8 g, Glucide: 5.4 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 26.9 g, Sare: 0.19 g

Alergeni: Lapte

Sunca presata (Ham) (100g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Sunca presata: 100 g , Salata verde: 5 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 273.1 KCal /1142.64 Kj , Grasimi: 19.73 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 0.16 g, Zaharuri: 0.07 g, Proteine: 23.77 g, Sare: 0 g

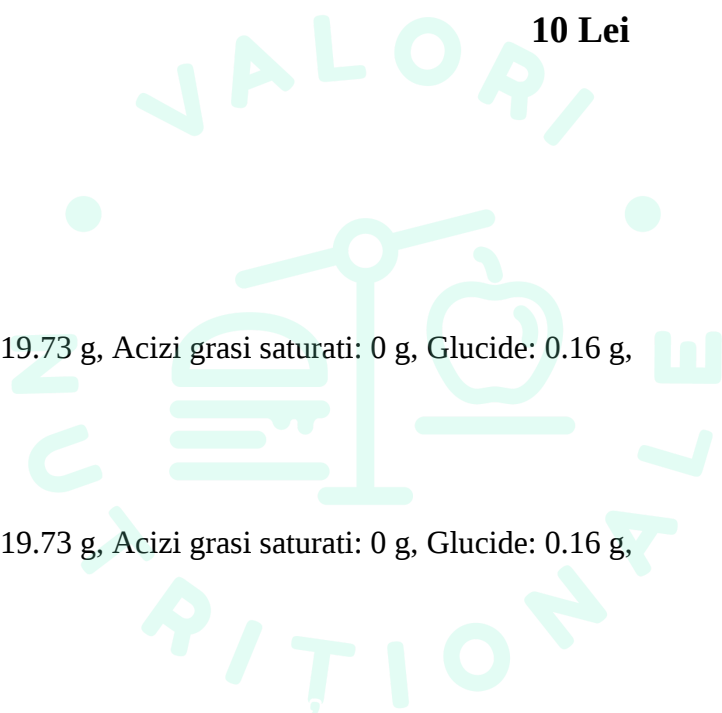
Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 273.1 KCal /1142.64 Kj , Grasimi: 19.73 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 0.16 g, Zaharuri: 0.07 g, Proteine: 23.77 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Bacon prajit (100g)

8 Lei



Cantitate ingrediente pentru o portie

Bacon: 130 g , Ulei: 10 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 398.5 KCal /1667.32 Kj , Grasimi: 38.64 g, Acizi grasi saturati: 13.79 g, Glucide: 0.46 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 12.07 g, Sare: 2.6 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 398.5 KCal /1667.32 Kj , Grasimi: 38.64 g, Acizi grasi saturati: 13.79 g, Glucide: 0.46 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 12.07 g, Sare: 2.6 g

Alergeni: -

Piept de pui afumat (smoked chicken breast) (100g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept pui afumat: 100 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 109 KCal /456.06 Kj , Grasimi: 2 g, Acizi grasi saturati: 0.5 g, Glucide: 1.8 g, Zaharuri: 0.16 g, Proteine: 21 g, Sare: 1.9 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 109 KCal /456.06 Kj , Grasimi: 2 g, Acizi grasi saturati: 0.5 g, Glucide: 1.8 g, Zaharuri: 0.16 g, Proteine: 21 g, Sare: 1.9 g

Alergeni: -

Muschi file afumat (100g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Muschi file afumat: 100 g , Salata verde: 5 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 194.14 KCal /812.3 Kj , Grasimi: 14.3 g, Acizi grasi saturati: 5.43 g, Glucide: 2.07 g, Zaharuri: 0.07 g, Proteine: 14.34 g, Sare: 2.38 g

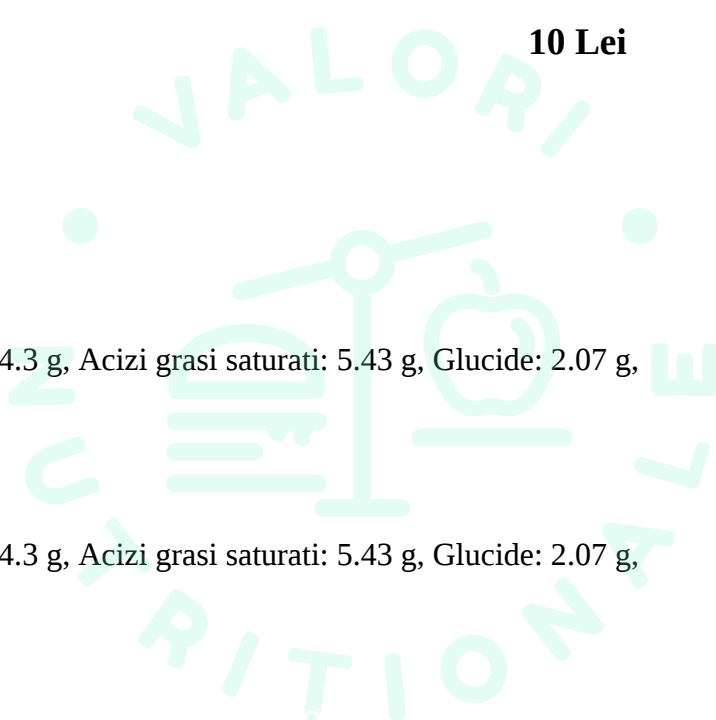
Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 194.14 KCal /812.3 Kj , Grasimi: 14.3 g, Acizi grasi saturati: 5.43 g, Glucide: 2.07 g, Zaharuri: 0.07 g, Proteine: 14.34 g, Sare: 2.38 g

Alergeni: -

Lapte (250g)

5 Lei



Cantitate ingrediente pentru o portie

Lapte: 250 g (Contine: **Lapte**)

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 165 KCal /690.36 Kj , Grasimi: 9.25 g, Acizi grasi saturati: 6 g, Glucide: 11.75 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 8.75 g, Sare: 0.25 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 66 KCal /276.14 Kj , Grasimi: 3.7 g, Acizi grasi saturati: 2.4 g, Glucide: 4.7 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 3.5 g, Sare: 0.1 g

Alergeni: Lapte

Crenvursti (120g)

6 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Crenvursti: 120 g , Mustar: 30 g (Contine: **Mustar**)

Valori nutritionale / portie (120g)

Valoare energetica: 244.56 KCal /1023.24 Kj , Grasimi: 20.16 g, Acizi grasi saturati: 0.05 g, Glucide: 1.39 g, Zaharuri: 0.79 g, Proteine: 12.96 g, Sare: 0.27 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 203.8 KCal /852.7 Kj , Grasimi: 16.8 g, Acizi grasi saturati: 0.04 g, Glucide: 1.16 g, Zaharuri: 0.66 g, Proteine: 10.8 g, Sare: 0.23 g

Alergeni: Mustar

Smantana (100g)

6 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Smantana: 100 g (Contine: **Lapte**)

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 203 KCal /849.35 Kj , Grasimi: 20 g, Acizi grasi saturati: 12 g, Glucide: 2.9 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 2.8 g, Sare: 0.1 g

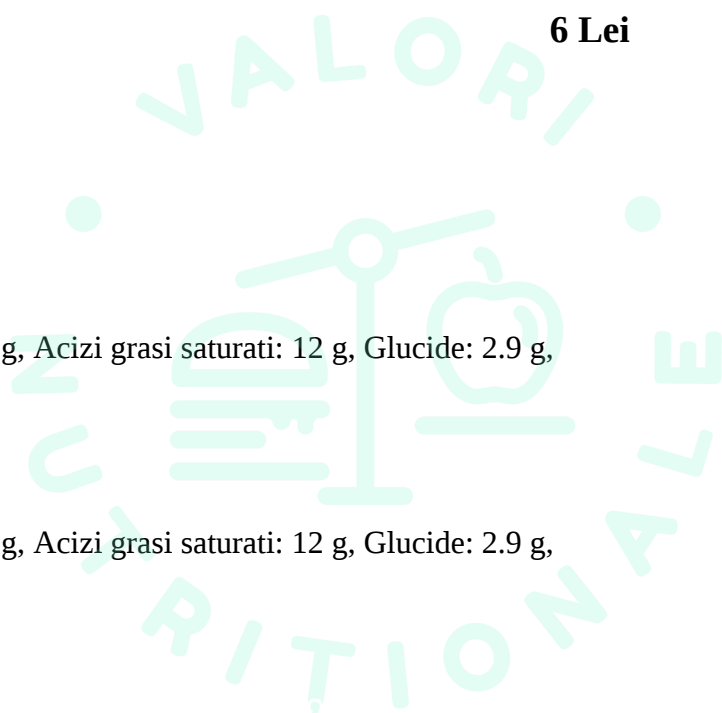
Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 203 KCal /849.35 Kj , Grasimi: 20 g, Acizi grasi saturati: 12 g, Glucide: 2.9 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 2.8 g, Sare: 0.1 g

Alergeni: Lapte

Chifla (40g)

1.5 Lei



Cantitate ingrediente pentru o portie

Faina 550: 40 g (Contine: **Gluten**), Lapte: 10 g (Contine: **Lapte**), Margarina: 2.5 g , Drojdie: 1.2 g , Sare: 1 g , Seminte floarea soarelui: 0.5 g , Seminte dovleac: 0.1 g

Valori nutritionale / portie (40g)

Valoare energetica: 118.16 KCal /494.34 Kj , Grasimi: 2.17 g, Acizi grasi saturati: 0.25 g, Glucide: 20.51 g, Zaharuri: 0.43 g, Proteine: 3.4 g, Sare: 0.76 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 295.39 KCal /1235.84 Kj , Grasimi: 5.42 g, Acizi grasi saturati: 0.61 g, Glucide: 51.28 g, Zaharuri: 1.07 g, Proteine: 8.5 g, Sare: 1.9 g

Alergeni: Gluten, Lapte

Omleta simpla (Simple omlette) (80g)

8 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua de gaina: 100 g (Contine: **Oua**), Ulei: 25 g

Valori nutritionale / portie (80g)

Valoare energetica: 243.04 KCal /1016.88 Kj , Grasimi: 22.88 g, Acizi grasi saturati: 1.76 g, Glucide: 0.7 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 8.32 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 303.8 KCal /1271.1 Kj , Grasimi: 28.6 g, Acizi grasi saturati: 2.2 g, Glucide: 0.88 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 10.4 g, Sare: 0 g

Alergeni: Oua

Masline (100g)

5 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Masline negre: 100 g

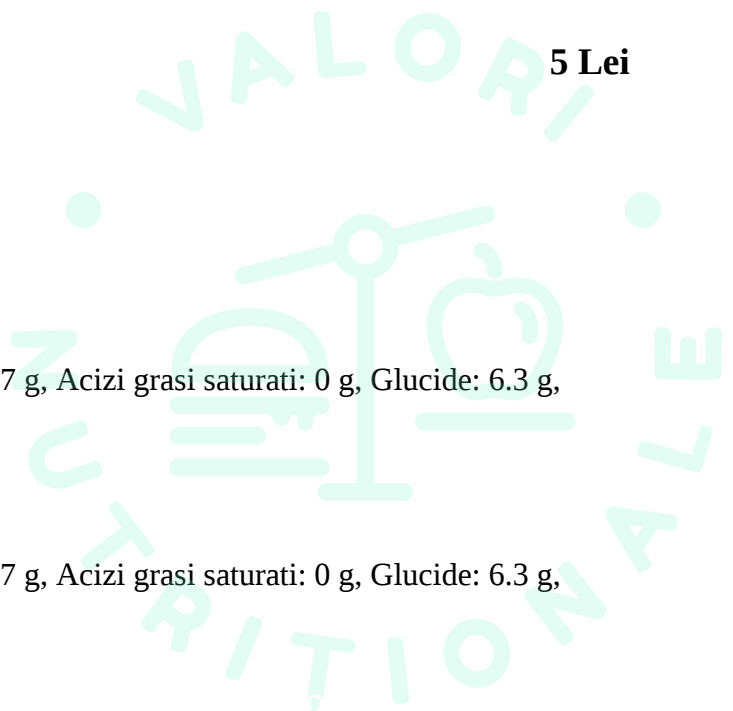
Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 115 KCal /481.16 Kj , Grasimi: 10.7 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 6.3 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 0.8 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 115 KCal /481.16 Kj , Grasimi: 10.7 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 6.3 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 0.8 g, Sare: 0 g

Alergeni: -



Unt portionat (10g)

1.5 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Unt: 10 g (Contine: **Lapte**) (Corectori de aciditate: E270 - Acid lactic)

Valori nutritionale / portie (10g)

Valoare energetica: 75.2 KCal /314.64 Kj , Grasimi: 8.2 g, Acizi grasi saturati: 5.45 g, Glucide: 0.08 g, Zaharuri: 0.08 g, Proteine: 0.07 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 752 KCal /3146.4 Kj , Grasimi: 82 g, Acizi grasi saturati: 54.5 g, Glucide: 0.8 g, Zaharuri: 0.8 g, Proteine: 0.7 g, Sare: 0 g

Alergeni: Lapte

Iaurt natural (150g)

3 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Iaurt: 150 g

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 93 KCal /389.11 Kj , Grasimi: 5.25 g, Acizi grasi saturati: 3 g, Glucide: 6.15 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 4.8 g, Sare: 0.14 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 62 KCal /259.41 Kj , Grasimi: 3.5 g, Acizi grasi saturati: 2 g, Glucide: 4.1 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 3.2 g, Sare: 0.09 g

Alergeni: -

Gem portionat (20g)

1.5 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Gem de capsuni: 20 g

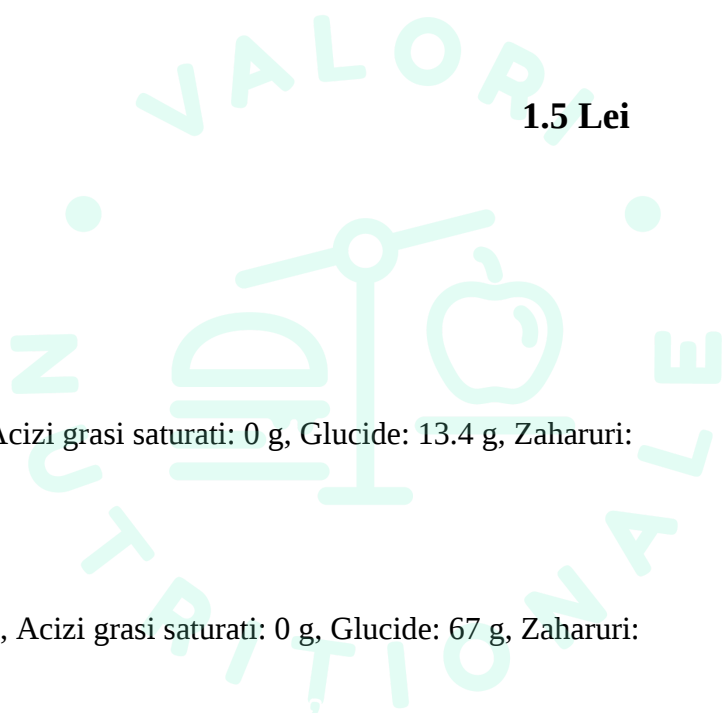
Valori nutritionale / portie (20g)

Valoare energetica: 22 KCal /92.05 Kj , Grasimi: 0 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 13.4 g, Zaharuri: 0.18 g, Proteine: 0.2 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 110 KCal /460.25 Kj , Grasimi: 0 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 67 g, Zaharuri: 0.9 g, Proteine: 1 g, Sare: 0 g

Alergeni: -



Miere portionata (20g)

2 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Miere Poliflora: 20 g

Valori nutritionale / portie (20g)

Valoare energetica: 68 KCal /284.51 Kj , Grasimi: 0 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 16 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 0.07 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 340 KCal /1422.55 Kj , Grasimi: 0 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 80 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 0.35 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Cereale Nesquick (100g)

6 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cereale Nesquick: 100 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 369 KCal /1543.9 Kj , Grasimi: 1.7 g, Acizi grasi saturati: 0.6 g, Glucide: 75.8 g, Zaharuri: 8.7 g, Proteine: 8.4 g, Sare: 0.44 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 369 KCal /1543.9 Kj , Grasimi: 1.7 g, Acizi grasi saturati: 0.6 g, Glucide: 75.8 g, Zaharuri: 8.7 g, Proteine: 8.4 g, Sare: 0.44 g

Alergeni: -

Mustar clasic (10g)

1 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Mustar: 10 g (Contine: **Mustar**) (Stabilizatori: E415 - Gumă de xantan, Coloranti artificiali: E150a - Caramel simplu, Coloranti: E160ai - Beta-caroten)

Valori nutritionale / portie (10g)

Valoare energetica: 10.2 KCal /42.68 Kj , Grasimi: 0.3 g, Acizi grasi saturati: 0.02 g, Glucide: 1.49 g, Zaharuri: 0.88 g, Proteine: 0.3 g, Sare: 0.3 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 102 KCal /426.8 Kj , Grasimi: 3 g, Acizi grasi saturati: 0.2 g, Glucide: 14.9 g, Zaharuri: 8.8 g, Proteine: 3 g, Sare: 3 g

Alergeni: Mustar

Rosii proaspete (100g)

5 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Rosii: 100 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 18 KCal /75.31 Kj , Grasimi: 0.2 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 3.9 g, Zaharuri: 1.2 g, Proteine: 0.9 g, Sare: 0.01 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 18 KCal /75.31 Kj , Grasimi: 0.2 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 3.9 g, Zaharuri: 1.2 g, Proteine: 0.9 g, Sare: 0.01 g

Alergeni: -

Castraveti proaspeti (100g)

3 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Castraveti: 100 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 15 KCal /62.76 Kj , Grasimi: 0.11 g, Acizi grasi saturati: 0.03 g, Glucide: 3.63 g, Zaharuri: 0.5 g, Proteine: 0.65 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 15 KCal /62.76 Kj , Grasimi: 0.11 g, Acizi grasi saturati: 0.03 g, Glucide: 3.63 g, Zaharuri: 0.5 g, Proteine: 0.65 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Ardei gras proaspat (100g)

6 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

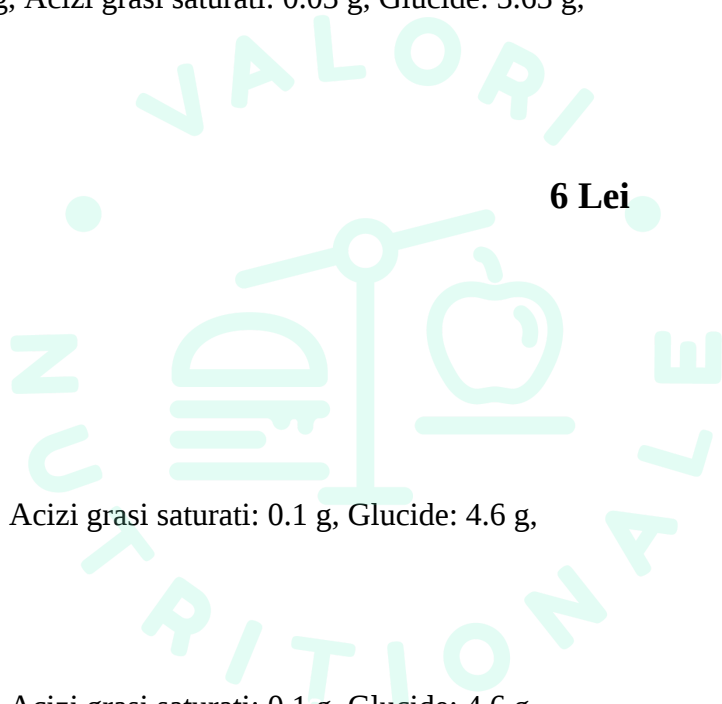
Ardei gras: 100 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 20 KCal /83.68 Kj , Grasimi: 0.2 g, Acizi grasi saturati: 0.1 g, Glucide: 4.6 g, Zaharuri: 1.7 g, Proteine: 0.9 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 20 KCal /83.68 Kj , Grasimi: 0.2 g, Acizi grasi saturati: 0.1 g, Glucide: 4.6 g, Zaharuri: 1.7 g, Proteine: 0.9 g, Sare: 0 g



Alergeni: -

Ardei iute verde (30g)

1 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Ardei iute: 30 g

Valori nutritionale / portie (30g)

Valoare energetica: 13.92 KCal /58.24 Kj , Grasimi: 0.12 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 2.64 g, Zaharuri: 0.45 g, Proteine: 0.57 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 46.4 KCal /194.13 Kj , Grasimi: 0.4 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 8.8 g, Zaharuri: 1.5 g, Proteine: 1.9 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

SPECIALITATEA CASEI

Ficatei de pui crocanti cu piure de porumb (300g)

45 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Ficat de pui crud: 400 g , Porumb dulce proaspat congelat: 100 g , Bacon: 40 g , Ceapa: 30 g , Gran Cucina Crema de gatit: 25 g , Salata verde: 25 g , Rosii cherry: 20 g , Sos tabasco: 15 g , Unt: 15 g , Piper negru măcinat : 1.5 g (piper negru măcinat.), Sare de masa: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 391.45 KCal /1637.82 Kj , Grasimi: 23.29 g, Acizi grasi saturati: 2.77 g, Glucide: 7.19 g, Zaharuri: 3.49 g, Proteine: 34.76 g, Sare: 1.23 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 130.48 KCal /545.94 Kj , Grasimi: 7.76 g, Acizi grasi saturati: 0.92 g, Glucide: 2.4 g, Zaharuri: 1.16 g, Proteine: 11.59 g, Sare: 0.41 g

Alergeni: -

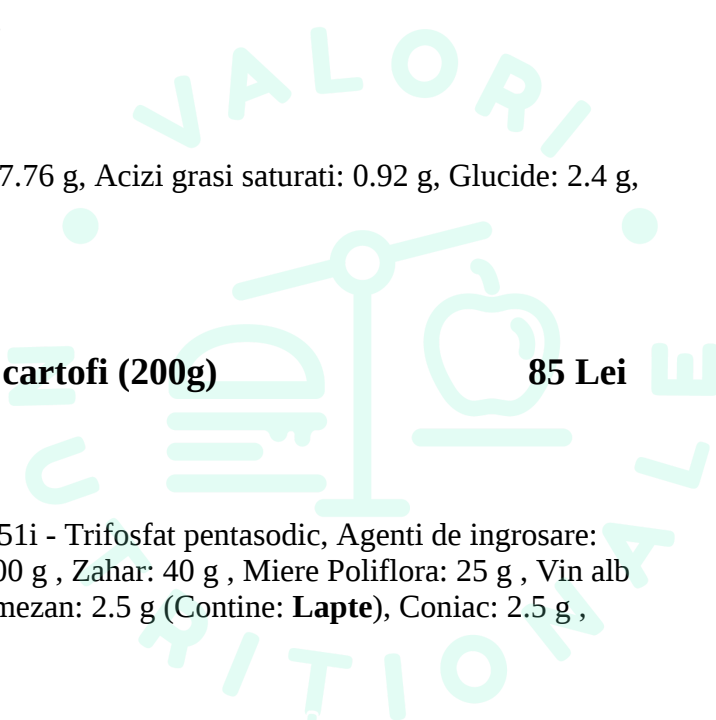
Pulpa de rata cu sos de portocale si piure de cartofi (200g)

85 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi albi: 400 g , Pulpa rata: 350 g (Stabilizatori: E451i - Trifosfat pentasodic, Agenti de ingrosare: E407 - Caragenan, E1200 - Polidextroză), Portocale: 200 g , Zahar: 40 g , Miere Poliflora: 25 g , Vin alb sec: 20 g , Lapte: 15 g (Contine: **Lapte**), Unt: 5 g , Parmezan: 2.5 g (Contine: **Lapte**), Coniac: 2.5 g , Scortisoara macinata: 1.5 g , Sare de masa: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (200g)



Valoare energetica: 311.18 KCal /1301.96 Kj , Grasimi: 16.52 g, Acizi grasi saturati: 4.3 g, Glucide: 29.25 g, Zaharuri: 10.17 g, Proteine: 10.94 g, Sare: 1.33 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 155.59 KCal /650.98 Kj , Grasimi: 8.26 g, Acizi grasi saturati: 2.15 g, Glucide: 14.62 g, Zaharuri: 5.08 g, Proteine: 5.47 g, Sare: 0.67 g

Alergeni: Lapte

cocos Galetto (500g)

65 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Carne pui: 550 g , Cartofi albi: 400 g , Ulei Spornic: 30 g , Busuioc: 2 g , Cimbru : 1.2 g (Fire de cimbru.), Sare de masa: 1 g , Oregano: 0.5 g

Valori nutritionale / portie (500g)

Valoare energetica: 935.27 KCal /3913.17 Kj , Grasimi: 53.34 g, Acizi grasi saturati: 1.52 g, Glucide: 32.24 g, Zaharuri: 5 g, Proteine: 78.91 g, Sare: 0.54 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 187.05 KCal /782.63 Kj , Grasimi: 10.67 g, Acizi grasi saturati: 0.3 g, Glucide: 6.45 g, Zaharuri: 1 g, Proteine: 15.78 g, Sare: 0.11 g

Alergeni: -

Biftec tartar in stil scotian (Steak tartar in the Scottish style) (170g)

80 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Muschi de vita crud: 150 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Paine Toast: 40 g (Contine: **Gluten**), Lamaie: 30 g , Castraveți in otet: 18 g , Ceapa: 18 g , Capere conservate: 10 g , Gin: 10 g , Unt: 5 g (Contine: **Lapte**) (Corectori de aciditate: E270 - Acid lactic), Sos Worchester: 4 g , Sos soia Heinz: 2 g (Contine: **Soia**), Patrunjel verde: 1.5 g , Sare de masa: 1.5 g , Sos tabasco: 0.5 g

Valori nutritionale / portie (170g)

Valoare energetica: 294.03 KCal /1230.21 Kj , Grasimi: 16.49 g, Acizi grasi saturati: 2.55 g, Glucide: 13.5 g, Zaharuri: 0.88 g, Proteine: 19.38 g, Sare: 1.56 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 172.96 KCal /723.65 Kj , Grasimi: 9.7 g, Acizi grasi saturati: 1.5 g, Glucide: 7.94 g, Zaharuri: 0.52 g, Proteine: 11.4 g, Sare: 0.92 g

Alergeni: Oua, Gluten, Lapte, Soia

Medalion de caprioara cu cartofi parizieni (140g)

70 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Carne de caprioara: 235 g , Cartofi gratinati: 200 g (cartofi gratinati), Hribi: 50 g , Mere: 30 g , Ulei Spornic: 30 g , SOS DEMIGLACE: 20 g (SOS DEMI GLACE), Ceapa: 20 g , Morcovi: 20 g , Telina: 15 g (Contine: **Telina**), Salata verde: 10 g , Vin alb sec: 10 g , Coniac: 3 g , Rozmarin proaspat: 1.5 g , Sare de masa: 1 g , Boia dulce: 0.5 g , Foi dafin : 0.1 g (Foi de dafin.)

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 224.24 KCal /938.23 Kj , Grasimi: 13.37 g, Acizi grasi saturati: 5.46 g, Glucide: 8.76 g, Zaharuri: 0.93 g, Proteine: 17.21 g, Sare: 0.74 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 160.17 KCal /670.16 Kj , Grasimi: 9.55 g, Acizi grasi saturati: 3.9 g, Glucide: 6.26 g, Zaharuri: 0.66 g, Proteine: 12.29 g, Sare: 0.53 g

Alergeni: Telina

Aripioare picante cu sos de usturoi (300g)

40 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Aripi de pui sectionate marinate: 400 g , Maioneza: 90 g , Salata verde: 30 g , Ceapa verde: 15 g , Usturoi: 5 g , Sos tabasco: 1.5 g , Sare de masa: 0.2 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 744.48 KCal /3114.9 Kj , Grasimi: 64.9 g, Acizi grasi saturati: 5.13 g, Glucide: 2.33 g, Zaharuri: 0.57 g, Proteine: 37.86 g, Sare: 0.42 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 248.16 KCal /1038.3 Kj , Grasimi: 21.63 g, Acizi grasi saturati: 1.71 g, Glucide: 0.78 g, Zaharuri: 0.19 g, Proteine: 12.62 g, Sare: 0.14 g

Alergeni: -

Ciolan de miel la cuptor cu cartofi copti (300g)

85 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cotlet de miel antricot: 400 g , Cartofi albi: 300 g , Branza de vaci: 70 g (Contine: **Lapte**), Salata verde: 50 g , Zahar: 40 g , Castraveti: 30 g , Ulei Spornic: 18 g , Vin alb sec: 5 g , Sare de masa: 1 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 519.76 KCal /2174.68 Kj , Grasimi: 26.51 g, Acizi grasi saturati: 9 g, Glucide: 30.33 g, Zaharuri: 15.74 g, Proteine: 39.77 g, Sare: 0.47 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 173.25 KCal /724.89 Kj , Grasimi: 8.84 g, Acizi grasi saturati: 3 g, Glucide: 10.11 g, Zaharuri: 5.25 g, Proteine: 13.26 g, Sare: 0.16 g

Alergeni: Lapte

Antricolor de vita la gratar cu sos de ciuperci (230g)

95 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Antricot de vita: 310 g , Ciuperci conserva: 200 g , Rosii: 50 g , Salata verde: 25 g , Cimbru : 15 g (Fire de cimbru.), Ulei Spornic: 10 g , Usturoi: 5 g , Vin alb sec: 0.04 g , Zahar: 0.02 g

Valori nutritionale / portie (230g)

Valoare energetica: 340.91 KCal /1426.38 Kj , Grasimi: 25.28 g, Acizi grasi saturati: 8.48 g, Glucide: 6.82 g, Zaharuri: 0.39 g, Proteine: 22.31 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 148.22 KCal /620.17 Kj , Grasimi: 10.99 g, Acizi grasi saturati: 3.69 g, Glucide: 2.97 g, Zaharuri: 0.17 g, Proteine: 9.7 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Burger somon, halloumi si sos tartar(Salmon burger with halloumi, potatoes and tartar sauce) (520g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi (congelati): 200 g , File de Somon: 180 g (Contine: **Peste**), Chifla hamburger: 90 g (Contine: **Gluten, Seminte de susan**) (Emulgatori: E472 - E472 food additive, Antioxidanti: E300 - Acid ascorbic), Branza halloumi: 50 g (Contine: **Lapte**), Rosii: 40 g , Maioneza Hellmans: 36 g (ulei vegetal de rapita, apa, oua, otet, galbenus de ou , zahar, sare, sus concentrat de lamaie, antioxidant - calciu, disodiu etilendiamina, aroma, extract de paprika , Contine: **Oua**) (Antioxidanti: E385 - Etilendiaminotetraacetat de calciu disodic), Ulei de palmier: 30 g (oleina de palmier nehidrogenata, antioxidant 320, agent antispumare E 900a) (Antioxidanti: E320 - Butilhidroxianisol, Emulgatori: E900a - Dimetilpolisiloxan), Cascaval: 25 g (Contine: **Lapte**), Castraveti murati: 12 g , Rucola: 10 g , Ceapa uscata: 9 g , Ceapa: 9 g , Gogosari murati in otet: 6 g , Patrunjel verde: 1.2 g

Valori nutritionale / portie (520g)

Valoare energetica: 1089.34 KCal /4557.78 Kj , Grasimi: 70.9 g, Acizi grasi saturati: 13.11 g, Glucide: 64.66 g, Zaharuri: 5.66 g, Proteine: 47.62 g, Sare: 1.19 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 209.49 KCal /876.5 Kj , Grasimi: 13.64 g, Acizi grasi saturati: 2.52 g, Glucide: 12.43 g, Zaharuri: 1.09 g, Proteine: 9.16 g, Sare: 0.23 g

Alergeni: Peste, Gluten, Seminte de susan, Lapte, Oua

Burger vita cu cartofi ``Ana``(Beef burger with ``Ana`` potatoes) (535g)

70 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi (congelati): 200 g , Burger vita: 180 g , Chifla hamburger: 90 g (Contine: **Gluten, Seminte de susan**) (Emulgatori: E472 - E472 food additive, Antioxidanti: E300 - Acid ascorbic), Maioneza Hellmans: 70 g (ulei vegetal de rapita, apa, oua, otet, galbenus de ou , zahar, sare, sus concentrat de lamaie, antioxidant - calciu, disodiu etilendiamina, aroma, extract de paprika , Contine: **Oua**) (Antioxidanti: E385 - Etilendiaminotetraacetat de calciu disodic), Rosii: 50 g , Ketchup heinz: 40 g , Bacon: 30 g , Cascaval Albalact: 30 g (Contine: **Lapte**), Castraveți in otet: 30 g , Ceapa: 30 g , Ulei de palmier: 30 g (oleină de palmier nehidrogenată, antioxidant 320, agent antispumare E 900a) (Antioxidanti: E320 - Butilhidroxianisol, Emulgatori: E900a - Dimetilpolisiloxan), Cascaval: 25 g (Contine: **Lapte**), Salata verde: 15 g , Usturoi: 3 g , Ceapa verde: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (535g)

Valoare energetica: 1208.63 KCal /5056.93 Kj , Grasimi: 86.16 g, Acizi grasi saturati: 23.13 g, Glucide: 67.37 g, Zaharuri: 5.49 g, Proteine: 40.19 g, Sare: 2.5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 225.91 KCal /945.22 Kj , Grasimi: 16.1 g, Acizi grasi saturati: 4.32 g, Glucide: 12.59 g, Zaharuri: 1.03 g, Proteine: 7.51 g, Sare: 0.47 g

Alergeni: Gluten, Seminte de susan, Oua, Lapte

Vrăbioara de vita cu cartofi gratinati si sos piepr verde (320g)

83 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Antricot de vita: 310 g , Cartofi gratinati: 220 g (cartofi gratinati), Smantana vegetală Gran Cucina: 100 g , Vin sec: 15 g , Piper verde: 10 g , Unt: 10 g , Ulei Spornic: 5 g , Miere Poliflora: 4 g , Sos soia Heinz: 4 g (Contine: **Soia**), Coniac: 3 g , Nucsoara: 1 g

Valori nutritionale / portie (320g)

Valoare energetica: 713.98 KCal /2987.31 Kj , Grasimi: 54.87 g, Acizi grasi saturati: 21.65 g, Glucide: 23.42 g, Zaharuri: 2.17 g, Proteine: 31.27 g, Sare: 1.38 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 223.12 KCal /933.53 Kj , Grasimi: 17.15 g, Acizi grasi saturati: 6.77 g, Glucide: 7.32 g, Zaharuri: 0.68 g, Proteine: 9.77 g, Sare: 0.43 g

Alergeni: Soia

Coaste de porc la gratar cu sos barbeque si cartofi wedges (580g)

75 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Coaste de porc BBQ: 450 g , Cartofi wedges aviko: 200 g , Ketchup heinz: 50 g , Ulei Spornic: 30 g , Valeriana: 10 g

Valori nutritionale / portie (580g)

Valoare energetica: 1553.22 KCal /6498.69 Kj , Grasimi: 118.94 g, Acizi grasi saturati: 32.37 g, Glucide: 46.84 g, Zaharuri: 3.92 g, Proteine: 95.54 g, Sare: 4.48 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 267.8 KCal /1120.46 Kj , Grasimi: 20.51 g, Acizi grasi saturati: 5.58 g, Glucide: 8.08 g, Zaharuri: 0.68 g, Proteine: 16.47 g, Sare: 0.77 g

Alergeni: -

Muschi vita Julien cu legume in sos de soia(Beef tenderloin ``Julien`` with vegetables in soy sauce) (410g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Muschi vita: 220 g , Varza alba: 100 g , Telina: 80 g (Contine: **Telina**), Morcovi: 70 g , Ardei gras: 30 g , Ceapa: 20 g , Coniac: 15 g , Ulei Spornic: 10 g , Unt: 10 g , Vin sec: 10 g , Sos soia Heinz: 2 g (Contine: **Soia**), Sos tabasco: 2 g

Valori nutritionale / portie (410g)

Valoare energetica: 408.1 KCal /1707.53 Kj , Grasimi: 17.57 g, Acizi grasi saturati: 3.13 g, Glucide: 15.9 g, Zaharuri: 5.55 g, Proteine: 38.7 g, Sare: 0.5 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 99.54 KCal /416.47 Kj , Grasimi: 4.28 g, Acizi grasi saturati: 0.76 g, Glucide: 3.88 g, Zaharuri: 1.35 g, Proteine: 9.44 g, Sare: 0.12 g

Alergeni: Telina, Soia

Pastrama berbecut cu mamaliguta (400g)

65 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Pastrama de oaie la gratar: 400 g , Castraveți in otet: 80 g , Gogosari murati in otet: 80 g , Malai superior: 70 g , Ketchup heinz: 50 g , Ardei iute: 30 g , Vin sec: 15 g , Ulei: 5 g , Ulei Spornic: 3 g , Unt: 3 g , Sare: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (400g)

Valoare energetica: 1022.04 KCal /4276.19 Kj , Grasimi: 71.9 g, Acizi grasi saturati: 0.61 g, Glucide: 43.7 g, Zaharuri: 1.35 g, Proteine: 46.94 g, Sare: 2.19 g

Valori nutritionale / 100g

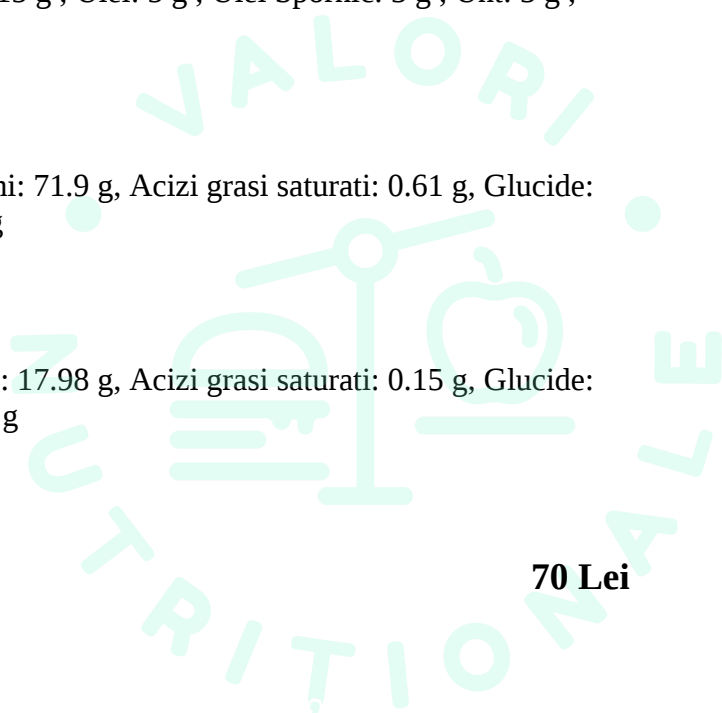
Valoare energetica: 255.51 KCal /1069.05 Kj , Grasimi: 17.98 g, Acizi grasi saturati: 0.15 g, Glucide: 10.93 g, Zaharuri: 0.34 g, Proteine: 11.73 g, Sare: 0.55 g

Alergeni: -

Tocanita de mistret (450g)

70 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie



Carne de mistret: 350 g , Ardei gras: 30 g , Morcovi: 30 g , Telina: 30 g (Contine: **Telina**), Ceapa: 25 g , Suc de rosii: 15 g , Pasta de Tomate: 5 g , Ulei: 5 g , Vin sec: 5 g , Patrunjel verde: 2 g , Sare: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (450g)

Valoare energetica: 403.17 KCal /1686.84 Kj , Grasimi: 7.84 g, Acizi grasi saturati: 2.11 g, Glucide: 10.3 g, Zaharuri: 2.1 g, Proteine: 73.94 g, Sare: 1.81 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 89.59 KCal /374.85 Kj , Grasimi: 1.74 g, Acizi grasi saturati: 0.47 g, Glucide: 2.29 g, Zaharuri: 0.47 g, Proteine: 16.43 g, Sare: 0.4 g

Alergeni: Telina

File de pastrav taranesc cu legume la gratar (570g)

58 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

File de pastrav Edenia: 350 g (Contine: **Peste**), Ciuperci champignon: 80 g , Dovlecei: 80 g , Vinete: 80 g , Lamaie: 50 g , Rosii cherry: 50 g , Ulei: 40 g , Ardei gras: 40 g , Ceapa: 30 g , Malai superior: 20 g , Faina 550: 15 g (Contine: **Gluten**), Otet balsamic Monini: 10 g , Ulei Spornic: 10 g , Ulei de masline: 5 g , Sare de masa: 3 g , Sare: 3 g , Patrunjel verde: 3 g

Valori nutritionale / portie (570g)

Valoare energetica: 766.8 KCal /3208.29 Kj , Grasimi: 46.36 g, Acizi grasi saturati: 6.19 g, Glucide: 30.87 g, Zaharuri: 6.11 g, Proteine: 57.85 g, Sare: 4.31 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 134.53 KCal /562.86 Kj , Grasimi: 8.13 g, Acizi grasi saturati: 1.09 g, Glucide: 5.42 g, Zaharuri: 1.07 g, Proteine: 10.15 g, Sare: 0.76 g

Alergeni: Peste, Gluten

Fricase de curcan cu orez (500g)

58 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept de curcan: 280 g , Ciuperci conserva: 130 g , Orez 5: 60 g , Oua de gaina: 50 g (Contine: **Oua**), Smantana vegetală Gran Cucina: 30 g , Porumb: 30 g , Ceapa: 25 g , Ulei: 15 g , Unt: 10 g , Vin rosu: 10 g , Vegeta natur legume: 5 g , Patrunjel verde: 2 g , Sare: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (500g)

Valoare energetica: 631.78 KCal /2643.36 Kj , Grasimi: 32.27 g, Acizi grasi saturati: 3.42 g, Glucide: 27.29 g, Zaharuri: 0.65 g, Proteine: 55.85 g, Sare: 8.07 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 126.36 KCal /528.67 Kj , Grasimi: 6.45 g, Acizi grasi saturati: 0.68 g, Glucide: 5.46 g, Zaharuri: 0.13 g, Proteine: 11.17 g, Sare: 1.61 g

Alergeni: Oua

Piept de rata souvide cu piure de cartofi cu branza Philadelphia (490g) 98 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi: 400 g , Piept de rata: 300 g , Portocale: 100 g , Crema branza natural Philadelphia: 30 g (Contine: **Lapte**), Miere Poliflora: 30 g , Zahar: 30 g , Lapte: 30 g (Contine: **Lapte**), Piure de cartofi instant preparat - Harvest Basket (Lidl) : 20 g , Unt Josi: 15 g (Contine: **Lapte**), Mix de fructe confiate Carrefour: 15 g , Unt: 6 g , Vin sec: 5 g , Coniac: 5 g , Sare: 4 g , Disaronno Originale: 2.5 g , Scortisoara macinata: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (490g)

Valoare energetica: 766.62 KCal /3207.56 Kj , Grasimi: 39.33 g, Acizi grasi saturati: 7.92 g, Glucide: 71.96 g, Zaharuri: 20.97 g, Proteine: 30.14 g, Sare: 2.22 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 156.45 KCal /654.6 Kj , Grasimi: 8.03 g, Acizi grasi saturati: 1.62 g, Glucide: 14.69 g, Zaharuri: 4.28 g, Proteine: 6.15 g, Sare: 0.45 g

Alergeni: Lapte

Tochitura moldoveneasca cu mamaliguta si musdei (580g) 60 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Carne la garnita : 500 g (Carne de porc, untura de porc, sare de mare.), Malai superior: 70 g , Lamaie: 20 g , Usturoi: 20 g , Ulei: 8 g , Sare: 5.5 g , Unt: 3 g (Contine: **Lapte**) (Corectori de aciditate: E270 - Acid lactic)

Valori nutritionale / portie (580g)

Valoare energetica: 2521.34 KCal /10549.27 Kj , Grasimi: 199.91 g, Acizi grasi saturati: 2.55 g, Glucide: 56.4 g, Zaharuri: 2.79 g, Proteine: 123.8 g, Sare: 7.49 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 434.71 KCal /1818.84 Kj , Grasimi: 34.47 g, Acizi grasi saturati: 0.44 g, Glucide: 9.72 g, Zaharuri: 0.48 g, Proteine: 21.34 g, Sare: 1.29 g

Alergeni: Lapte

GUSTARI RECI

Salata mediteraneana (Mediterranean salad) (250g) 30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Varza (rosie): 150 g , Rosii: 60 g , Salata verde: 50 g , Branza feta: 50 g (Contine: **Lapte**), Morcovi: 40 g , Masline negre: 30 g , Ulei masline: 10 g , Ulei Spornic: 10 g , Zahar: 5 g , Vin sec: 2 g , Sare de masa: 1 g

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 268.77 KCal /1124.53 Kj , Grasimi: 20.13 g, Acizi grasi saturati: 5.95 g, Glucide: 15.66 g, Zaharuri: 6.52 g, Proteine: 6.98 g, Sare: 1.01 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 107.51 KCal /449.81 Kj , Grasimi: 8.05 g, Acizi grasi saturati: 2.38 g, Glucide: 6.26 g, Zaharuri: 2.61 g, Proteine: 2.79 g, Sare: 0.4 g

Alergeni: Lapte

Salata Nicoise (Nicoise salad) (275g)

40 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi albi: 100 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Rosii: 50 g , Salata verde: 50 g , Ceapa: 30 g , Ciuperci conserva: 30 g , Pastai de fasole verde, congelata: 30 g , Masline negre: 30 g , Conserva de ton in ulei: 30 g (Contine: **Peste**), Mustar: 20 g (Contine: **Mustar**), File de ansoa: 15 g (Contine: **Peste**), Ulei masline: 10 g , Ulei Spornic: 10 g , Capere conservate: 3 g , Otet 9* - Raureni: 3 g , Sare de masa: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (275g)

Valoare energetica: 292.08 KCal /1222.06 Kj , Grasimi: 19.24 g, Acizi grasi saturati: 2.78 g, Glucide: 17.52 g, Zaharuri: 3.51 g, Proteine: 13.71 g, Sare: 1.49 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 106.21 KCal /444.38 Kj , Grasimi: 6.99 g, Acizi grasi saturati: 1.01 g, Glucide: 6.37 g, Zaharuri: 1.28 g, Proteine: 4.99 g, Sare: 0.54 g

Alergeni: Oua, Peste, Mustar

Salata sefului (Chef`s salad) (280g)

30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Iaurt natural 1.8% - Danone: 500 g , Piept de pui: 80 g , Morcovi: 50 g , Cascaval: 40 g (Contine: **Lapte**), Castraveti: 40 g , Sunca presata: 40 g , Salata verde: 10 g , Patrunjel verde: 5 g , Ulei de masline: 5 g , Sare de masa: 1 g

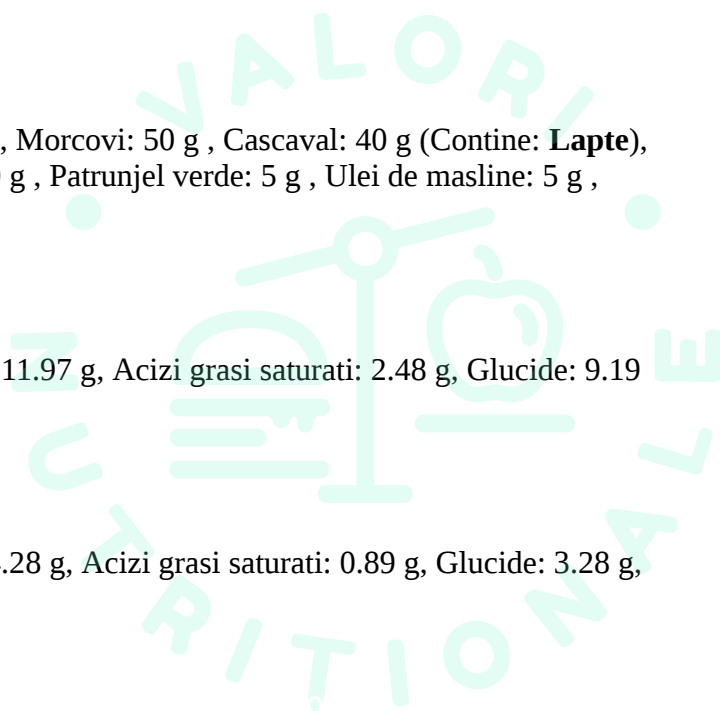
Valori nutritionale / portie (280g)

Valoare energetica: 234.52 KCal /981.22 Kj , Grasimi: 11.97 g, Acizi grasi saturati: 2.48 g, Glucide: 9.19 g, Zaharuri: 0.69 g, Proteine: 22.42 g, Sare: 0.61 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 83.76 KCal /350.43 Kj , Grasimi: 4.28 g, Acizi grasi saturati: 0.89 g, Glucide: 3.28 g, Zaharuri: 0.25 g, Proteine: 8.01 g, Sare: 0.22 g

Alergeni: Lapte



Salata Caesar (Caesar salad) (300g)

40 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Salata verde: 130 g , Piept de pui: 70 g , Paine Toast: 25 g (Contine: **Gluten**), File de anşoa: 15 g (Contine: **Peste**), Masline verzi: 15 g , Solo Italia Rapitalia: 10 g (Contine: **Lapte**), Capere conservate: 10 g , Ulei de masline: 5 g , Ulei Spornic: 5 g , Maioneza: 3 g , Sare de masa: 1 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 431.88 KCal /1806.97 Kj , Grasimi: 24.45 g, Acizi grasi saturati: 5.51 g, Glucide: 17.55 g, Zaharuri: 2.48 g, Proteine: 35.89 g, Sare: 2.18 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 143.96 KCal /602.32 Kj , Grasimi: 8.15 g, Acizi grasi saturati: 1.84 g, Glucide: 5.85 g, Zaharuri: 0.83 g, Proteine: 11.96 g, Sare: 0.73 g

Alergeni: Gluten, Peste, Lapte

Salata Capricciosa (Capricciosa salad) (340g)

30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept de pui: 70 g , Morcovi: 60 g , Rosii: 60 g , Ardei gras: 50 g , Ceapa: 40 g , Maioneza: 40 g , Ton - conserva in ulei: 40 g (Contine: **Peste**), Ciuperci conserva: 30 g , Salata verde: 30 g , Ketchup: 20 g , Lamaie: 12 g , Masline negre: 8 g , Sare de masa: 3 g

Valori nutritionale / portie (340g)

Valoare energetica: 434.47 KCal /1817.83 Kj , Grasimi: 28.82 g, Acizi grasi saturati: 4.03 g, Glucide: 17.17 g, Zaharuri: 3.42 g, Proteine: 27.31 g, Sare: 2.56 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 127.79 KCal /534.66 Kj , Grasimi: 8.48 g, Acizi grasi saturati: 1.19 g, Glucide: 5.05 g, Zaharuri: 1.01 g, Proteine: 8.03 g, Sare: 0.75 g

Alergeni: Peste

Mamaliguta cu branza si smantana(Polenta with cheese and cream) (300g) 25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Branza de vaci: 100 g (Contine: **Lapte**), Smantana: 100 g (Contine: **Lapte**), Malai superior: 70 g , Ulei: 7 g , Sare: 2 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 764.01 KCal /3196.61 Kj , Grasimi: 43.58 g, Acizi grasi saturati: 13.96 g, Glucide: 63.33 g, Zaharuri: 2.18 g, Proteine: 26.77 g, Sare: 2.3 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 254.67 KCal /1065.54 Kj , Grasimi: 14.53 g, Acizi grasi saturati: 4.65 g, Glucide: 21.11 g, Zaharuri: 0.73 g, Proteine: 8.92 g, Sare: 0.77 g

Alergeni: Lapte

GUSTARI CALDE

Gujoane piept pui cu sos tartar (Chicken schnitzel with tartar sauce) (140g) 25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept de pui: 160 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Faina alba: 30 g (Contine: **Gluten**), Ulei Spornic: 30 g , Maioneza: 30 g , Lapte: 10 g (Contine: **Lapte**), Castraveți in otet: 10 g , Ceapa: 7.5 g , Gogosari taiati in otet: 5 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 384.03 KCal /1606.77 Kj , Grasimi: 26.2 g, Acizi grasi saturati: 3.92 g, Glucide: 10.43 g, Zaharuri: 0.2 g, Proteine: 24.92 g, Sare: 1.13 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 274.3 KCal /1147.7 Kj , Grasimi: 18.71 g, Acizi grasi saturati: 2.8 g, Glucide: 7.45 g, Zaharuri: 0.14 g, Proteine: 17.8 g, Sare: 0.81 g

Alergeni: Oua, Gluten, Lapte

Cascaval pane cu susan (Fried cheese with sesame) (140g) 30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cascaval: 110 g (Contine: **Lapte**), Rosii: 40 g , Ulei de palmier: 30 g , Susan Alb: 15 g (Contine: **Seminte de susan**), Sare de masa: 1 g

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 485.5 KCal /2031.33 Kj , Grasimi: 42.34 g, Acizi grasi saturati: 12.92 g, Glucide: 3.35 g, Zaharuri: 1.39 g, Proteine: 21.72 g, Sare: 0.71 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 346.79 KCal /1450.95 Kj , Grasimi: 30.24 g, Acizi grasi saturati: 9.23 g, Glucide: 2.39 g, Zaharuri: 0.99 g, Proteine: 15.52 g, Sare: 0.51 g

Alergeni: Lapte, Seminte de susan

Inele de calamar pane cu rondelle de ceapa si sos tartar (180g) 40 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Inele de calamar: 120 g (Contine: **Moluste**), Ceapa: 60 g , Ulei de palmier: 50 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Maioneza: 30 g , Pesmet: 30 g (Contine: **Gluten**), Faina alba: 18 g (Contine: **Gluten**),

Castraveti murati: 10 g , Lapte: 10 g (Contine: **Lapte**), Gogosari murati in otet: 5 g , Sare de masa: 1 g

Valori nutritionale / portie (180g)

Valoare energetica: 551.58 KCal /2307.82 Kj , Grasimi: 42.32 g, Acizi grasi saturati: 14.69 g, Glucide: 34.17 g, Zaharuri: 1.62 g, Proteine: 9.4 g, Sare: 1.43 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 306.43 KCal /1282.12 Kj , Grasimi: 23.51 g, Acizi grasi saturati: 8.16 g, Glucide: 18.98 g, Zaharuri: 0.9 g, Proteine: 5.22 g, Sare: 0.79 g

Alergeni: Moluste, Oua, Gluten, Lapte

Spaghete cu rosii, busuioc si parmezan (Spaghetti with basil and parma cheese) 20 Lei (400g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Rosii in conserva: 200 g , Spaghete no. 3 Barilla: 100 g , Rosii cherry: 30 g , Ceapa: 25 g , Parmezan: 20 g (Contine: **Lapte**), Suc de rosii: 20 g , Ulei masline: 10 g , Usturoi: 10 g , Busuioc: 5 g , Sare de masa: 2 g

Valori nutritionale / portie (400g)

Valoare energetica: 572.56 KCal /2395.58 Kj , Grasimi: 16.29 g, Acizi grasi saturati: 4.98 g, Glucide: 83.39 g, Zaharuri: 5.78 g, Proteine: 22.2 g, Sare: 2.49 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 143.14 KCal /598.9 Kj , Grasimi: 4.07 g, Acizi grasi saturati: 1.24 g, Glucide: 20.85 g, Zaharuri: 1.45 g, Proteine: 5.55 g, Sare: 0.62 g

Alergeni: Lapte

SUPE, CREME, CIORBE

Supa de pui cu taietei (Chicken soup with noodles) (300g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept de pui: 70 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Ardei gras: 20 g , Ceapa: 20 g , Faina alba: 20 g (Contine: **Gluten**), Morcovi: 15 g , Ulei floarea soarelui: 10 g , Telina frunze: 5 g (Contine: **Telina**), Radacina de telina: 5 g (Contine: **Telina**), Patrunjel verde: 1.5 g , Condimente Secretul Gustului legume Maggi: 1.5 g , Piper negru macinat 17g: 1.5 g (Piper negru macinat.)

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 499.12 KCal /2088.31 Kj , Grasimi: 23.92 g, Acizi grasi saturati: 4.33 g, Glucide: 27.81 g, Zaharuri: 2.02 g, Proteine: 41.67 g, Sare: 0.37 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 166.37 KCal /696.1 Kj , Grasimi: 7.97 g, Acizi grasi saturati: 1.44 g, Glucide: 9.27 g, Zaharuri: 0.67 g, Proteine: 13.89 g, Sare: 0.12 g

Alergeni: Oua, Gluten, Telina

Crema de legume cu smantana (Vegetables cream with fresh cream) (300g) 20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi cruzi: 40 g , Morcovi: 35 g , Dovlecei: 30 g , Smantana: 30 g (Contine: **Lapte**), Ardei gras: 20 g , Ceapa: 20 g , Paine Toast Classic 365: 20 g (Contine: **Gluten**), Radacina de telina: 10 g (Contine: **Telina**), Telina frunze: 10 g (Contine: **Telina**), Ulei: 10 g , Unt: 5 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1.5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 378.03 KCal /1581.63 Kj , Grasimi: 24.78 g, Acizi grasi saturati: 1.62 g, Glucide: 33.27 g, Zaharuri: 4.52 g, Proteine: 5.84 g, Sare: 0.39 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 126.01 KCal /527.21 Kj , Grasimi: 8.26 g, Acizi grasi saturati: 0.54 g, Glucide: 11.09 g, Zaharuri: 1.51 g, Proteine: 1.95 g, Sare: 0.13 g

Alergeni: Lapte, Gluten, Telina

Ciorba de vacuta (Beef meat sour soup) (300g) 20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Pulpa de vita: 70 g , Cartofi cruzi: 30 g , Varza alba: 25 g , Rosii in conserva: 25 g , Ardei gras: 15 g , Ceapa: 15 g , Mazare verde congelata: 15 g , Fasole congelată: 15 g , Ulei: 15 g , Radacina de telina: 7.5 g (Contine: **Telina**), Telina frunze: 7.5 g (Contine: **Telina**), Pasta de Tomate: 5 g , Morcovi: 2 g , Sare de lamaie: 1.5 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Condimente Secretul Gustului legume Maggi: 0.1 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 456.48 KCal /1909.84 Kj , Grasimi: 34.34 g, Acizi grasi saturati: 2.08 g, Glucide: 16.63 g, Zaharuri: 3.51 g, Proteine: 17.86 g, Sare: 0.06 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 152.16 KCal /636.61 Kj , Grasimi: 11.45 g, Acizi grasi saturati: 0.69 g, Glucide: 5.54 g, Zaharuri: 1.17 g, Proteine: 5.95 g, Sare: 0.02 g

Alergeni: Telina

Ciorba de porc a ala grec (Pork meat sour greek style) (300g) 20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua proaspete: 250 g (Contine: **Oua**), Pulpa de porc: 70 g , Smantana: 30 g (Contine: **Lapte**), Ceapa: 15 g , Morcov crud: 15 g , Orez crud: 15 g , Faina alba: 10 g (Contine: **Gluten**), Ulei: 10 g , Radacina de telina: 7.5 g (Contine: **Telina**), Telina frunze: 7.5 g (Contine: **Telina**), Patrunjel verde: 2 g , Sare de lamaie: 2 g , Condimente Secretul Gustului legume Maggi: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 522.92 KCal /2187.89 Kj , Grasimi: 36.51 g, Acizi grasi saturati: 6.14 g, Glucide: 16.84 g, Zaharuri: 1.52 g, Proteine: 31.93 g, Sare: 0.81 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 174.31 KCal /729.3 Kj , Grasimi: 12.17 g, Acizi grasi saturati: 2.05 g, Glucide: 5.61 g, Zaharuri: 0.51 g, Proteine: 10.64 g, Sare: 0.27 g

Alergeni: Oua, Lapte, Gluten, Telina

Ciorba de burta (Trip soup) (300g)

25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Burta vita: 300 g (Agenti sechestranti: E451 - Trifosfați, Antioxidanti: E300 - Acid ascorbic), Smantana: 60 g (Contine: **Lapte**), Morcovi: 30 g , Ardei iute murat: 25 g , Oua de gaina: 25 g (Contine: **Oua**), Faina: 15 g (Contine: **Gluten**, Poate contine urme de: **Soia, Mustar**), Ceapa: 15 g , Telina: 15 g (Contine: **Telina**), Otet 9* - Raureni: 10 g , Ulei: 10 g , Sare: 3.5 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 333.43 KCal /1395.07 Kj , Grasimi: 43.65 g, Acizi grasi saturati: 8 g, Glucide: 12.89 g, Zaharuri: 2.84 g, Proteine: 27.1 g, Sare: 2.65 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 111.14 KCal /465.02 Kj , Grasimi: 14.55 g, Acizi grasi saturati: 2.67 g, Glucide: 4.3 g, Zaharuri: 0.95 g, Proteine: 9.03 g, Sare: 0.88 g

Alergeni: Lapte, Oua, Gluten, Telina

Poate contine urme de: Soia, Mustar

Mujdei de usturoi (100g)

3 Lei

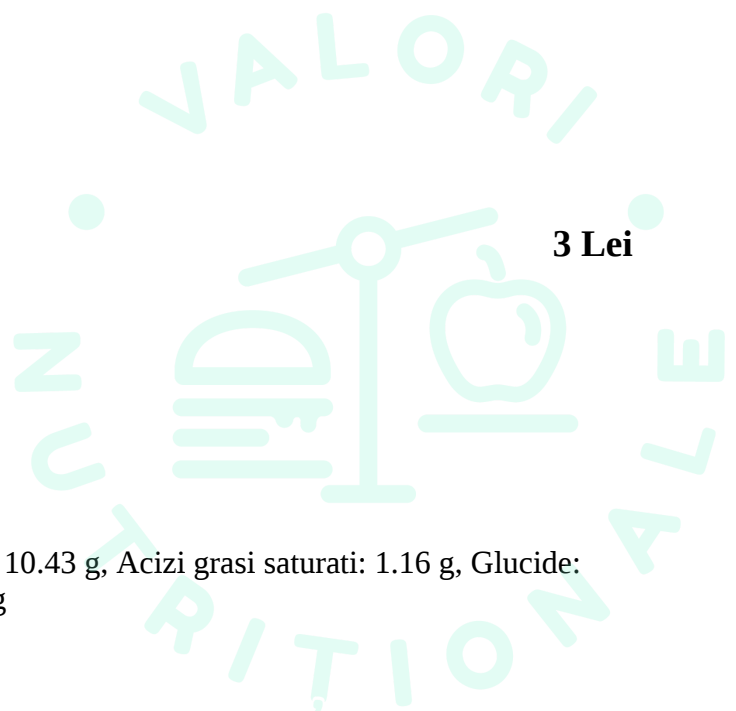
Cantitate ingrediente pentru o portie

Lamaie: 20 g , Usturoi: 20 g , Ulei: 5 g , Sare: 4 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 163.98 KCal /686.08 Kj , Grasimi: 10.43 g, Acizi grasi saturati: 1.16 g, Glucide: 17.14 g, Zaharuri: 1.96 g, Proteine: 3.06 g, Sare: 8.16 g

Valori nutritionale / 100g



Valoare energetica: 163.98 KCal /686.08 Kj , Grasimi: 10.43 g, Acizi grasi saturati: 1.16 g, Glucide: 17.14 g, Zaharuri: 1.96 g, Proteine: 3.06 g, Sare: 8.16 g

Alergeni: -

Chifle (90g)

1.5 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Faina: 40 g (Contine: **Gluten**, Poate contine urme de: **Soia, Mustar**), Lapte : 10 g (Contine: **Lapte**), Margarina: 2.5 g , Drojdie: 1.2 g , Sare: 1 g , Seminte floarea soarelui: 0.5 g , Seminte dovleac: 0.1 g

Valori nutritionale / portie (90g)

Valoare energetica: 273.25 KCal /1143.24 Kj , Grasimi: 4.78 g, Acizi grasi saturati: 0.49 g, Glucide: 46.77 g, Zaharuri: 1.89 g, Proteine: 9.37 g, Sare: 1.71 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 303.62 KCal /1270.27 Kj , Grasimi: 5.32 g, Acizi grasi saturati: 0.54 g, Glucide: 51.97 g, Zaharuri: 2.1 g, Proteine: 10.42 g, Sare: 1.9 g

Alergeni: Gluten, Lapte

Poate contine urme de: Soia, Mustar

SPECIALITATI CALDE

Muschiulet de porc cu cartofi gratinati si piper verde (160g)

60 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Muschiulet de porc: 250 g , Cartofi gratinati: 240 g (cartofi gratinati), Smantana 23% Grand Cucina: 80 g (Contine: **Lapte**), Ulei Spornic: 10 g , Unt: 10 g , Vin sec: 5 g , Coniac: 3 g , Patrunjel verde: 1.5 g , Piper verde: 0.6 g , Sare de masa: 0.5 g

Valori nutritionale / portie (160g)

Valoare energetica: 310.49 KCal /1299.1 Kj , Grasimi: 21.09 g, Acizi grasi saturati: 7.67 g, Glucide: 10.65 g, Zaharuri: 0.9 g, Proteine: 19.61 g, Sare: 1.63 g

Valori nutritionale / 100g

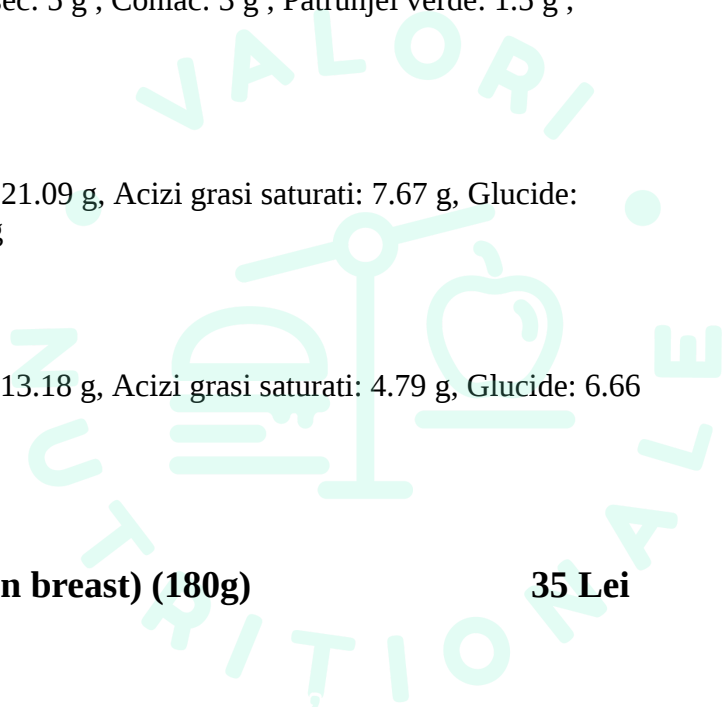
Valoare energetica: 194.06 KCal /811.94 Kj , Grasimi: 13.18 g, Acizi grasi saturati: 4.79 g, Glucide: 6.66 g, Zaharuri: 0.56 g, Proteine: 12.25 g, Sare: 1.02 g

Alergeni: Lapte

Snitel pane din piept de pui (Breaded chicken breast) (180g)

35 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie



Piept de pui: 250 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Pesmet: 50 g (Contine: **Gluten**), Ulei de palmier: 40 g , Lapte: 35 g (Contine: **Lapte**), Faina alba: 30 g (Contine: **Gluten**), Rucola: 3 g , Salata verde: 3 g , Valeriana: 3 g , Sare de masa: 1 g

Valori nutritionale / portie (180g)

Valoare energetica: 440.3 KCal /1842.21 Kj , Grasimi: 21.56 g, Acizi grasi saturati: 9.75 g, Glucide: 23.87 g, Zaharuri: 1.05 g, Proteine: 36.02 g, Sare: 0.7 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 244.61 KCal /1023.45 Kj , Grasimi: 11.98 g, Acizi grasi saturati: 5.42 g, Glucide: 13.26 g, Zaharuri: 0.58 g, Proteine: 20.01 g, Sare: 0.39 g

Alergeni: Oua, Gluten, Lapte

Frigarui de pui Mara cu legume Julien (Chicken skewers Mara with vegetables) 60 Lei (140g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept de pui: 250 g , Morcovi: 70 g , Ceapa: 60 g , Ardei gras: 50 g , Telina: 50 g (Contine: **Telina**), Varza alba: 50 g , Ulei Spornic: 5 g , Sos tabasco: 1.5 g , Sare de masa: 1 g , Pasta de ardei iute: 0.1 g

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 140.5 KCal /587.88 Kj , Grasimi: 3.66 g, Acizi grasi saturati: 0.8 g, Glucide: 5.08 g, Zaharuri: 1.53 g, Proteine: 20.87 g, Sare: 0.34 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 100.36 KCal /419.91 Kj , Grasimi: 2.61 g, Acizi grasi saturati: 0.57 g, Glucide: 3.63 g, Zaharuri: 1.1 g, Proteine: 14.91 g, Sare: 0.24 g

Alergeni: Telina

Creveti Black Tiger cu legume asiatice(Black tiger shrimps with Asian style vegetables) 70 Lei (420g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Creveți black Tiger: 200 g (Contine: **Peste**), Salata verde: 60 g , Morcovi: 40 g , Telina: 40 g (Contine: **Telina**), Dovlecei: 35 g , Ardei gras: 30 g , Lamaie: 20 g , Rosii cherry: 15 g , Ulei de susan: 15 g (Contine: **Seminte de susan**), Susan Alb: 10 g (Contine: **Seminte de susan**), Ulei: 10 g , Vin sec: 5 g , Sare: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (420g)

Valoare energetica: 442.33 KCal /1850.71 Kj , Grasimi: 27.67 g, Acizi grasi saturati: 4.77 g, Glucide: 12.06 g, Zaharuri: 4.48 g, Proteine: 36.73 g, Sare: 1.91 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 105.32 KCal /440.65 Kj , Grasimi: 6.59 g, Acizi grasi saturati: 1.14 g, Glucide: 2.87 g, Zaharuri: 1.07 g, Proteine: 8.75 g, Sare: 0.45 g

Alergeni: Peste, Telina, Seminte de susan

Tagliatele cu creveti (Tgliatelle with shrimps) (400g)

55 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Tagliatelle: 1000 g , Creveti black Tiger: 170 g (Contine: **Peste**), Smantana vegetală Gran Cucina: 70 g , Usturoi: 25 g , Parmezan: 10 g (Contine: **Lapte**), Sare: 10 g , Ulei de masline: 8 g , Patrunjel verde: 2 g

Valori nutritionale / portie (400g)

Valoare energetica: 1010.56 KCal /4228.19 Kj , Grasimi: 14.52 g, Acizi grasi saturati: 1.12 g, Glucide: 174.22 g, Zaharuri: 0.18 g, Proteine: 46.43 g, Sare: 3.34 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 252.64 KCal /1057.05 Kj , Grasimi: 3.63 g, Acizi grasi saturati: 0.28 g, Glucide: 43.55 g, Zaharuri: 0.04 g, Proteine: 11.61 g, Sare: 0.83 g

Alergeni: Peste, Lapte

Paste quatro fromage (450g)

52 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Spaghete nr. 5 Barilla: 80 g , Smantana vegetală Gran Cucina: 35 g , Branza Camembert: 30 g (Contine: **Lapte**), Branza Brie: 30 g (Contine: **Lapte**), Branza cu mucegai 50%: 20 g (Contine: **Lapte**), Parmezan: 12 g (Contine: **Lapte**), Sare: 2 g , Patrunjel verde: 2 g

Valori nutritionale / portie (450g)

Valoare energetica: 1388.26 KCal /5808.48 Kj , Grasimi: 68.05 g, Acizi grasi saturati: 34.64 g, Glucide: 122.52 g, Zaharuri: 0.15 g, Proteine: 70.57 g, Sare: 6.38 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 308.5 KCal /1290.77 Kj , Grasimi: 15.12 g, Acizi grasi saturati: 7.7 g, Glucide: 27.23 g, Zaharuri: 0.03 g, Proteine: 15.68 g, Sare: 1.42 g

Alergeni: Lapte

Muschi de porc impanat cu cartofi taranesti(Larded pork loin with potatoes peasant style) (350g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi: 400 g , Muschi de porc fara grasime: 220 g , Ceapa: 40 g , Kaizer: 30 g , Bacon: 30 g , Carnati cabanos: 20 g , Ulei: 20 g , Sare de masa: 10 g , Rucola: 5 g , Ulei Spornic: 5 g , Sare: 2 g , Patrunjel verde: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (350g)

Valoare energetica: 517.76 KCal /2166.3 Kj , Grasimi: 27.8 g, Acizi grasi saturati: 5.01 g, Glucide: 30.06 g, Zaharuri: 4.65 g, Proteine: 36.74 g, Sare: 6.06 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 147.93 KCal /618.94 Kj , Grasimi: 7.94 g, Acizi grasi saturati: 1.43 g, Glucide: 8.59 g, Zaharuri: 1.33 g, Proteine: 10.5 g, Sare: 1.73 g

Alergeni: -

Cotlet de porc la tigaie cu cartofi la cuptor si sos de hribi (440g)

65 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cotlet de porc: 350 g , Cartofi: 300 g , Hribi: 70 g , Sos demi glace: 15 g (Contine: **Gluten**) (Coloranti artificiali: E150c - Caramel amoniacal, Agenti de ingrosare: E412 - Gumă de guar), Ulei de masline: 10 g , Ulei: 10 g , Vin sec: 10 g , Coniac: 3.5 g , Sare: 1.5 g , Patrunjel verde: 1.5 g , Rozmarin proaspat: 1 g

Valori nutritionale / portie (440g)

Valoare energetica: 624.53 KCal /2613.04 Kj , Grasimi: 37.58 g, Acizi grasi saturati: 9.93 g, Glucide: 30.97 g, Zaharuri: 4.31 g, Proteine: 39.27 g, Sare: 1.3 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 141.94 KCal /593.87 Kj , Grasimi: 8.54 g, Acizi grasi saturati: 2.26 g, Glucide: 7.04 g, Zaharuri: 0.98 g, Proteine: 8.93 g, Sare: 0.3 g

Alergeni: Gluten

PREPARARE LA GRATAR

Muschi de vita la gratar (Grilled beef fillet) (150g)

90 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Muschi de vita crud: 220 g , Rosii cherry: 25 g , Ulei Spornic: 15 g , Unt: 10 g , Valeriana: 10 g , Cimbru uscat: 0.1 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 0.05 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 362.92 KCal /1518.46 Kj , Grasimi: 29.42 g, Acizi grasi saturati: 0.78 g, Glucide: 0.77 g, Zaharuri: 0.18 g, Proteine: 22.72 g, Sare: 0.01 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 241.95 KCal /1012.3 Kj , Grasimi: 19.61 g, Acizi grasi saturati: 0.52 g, Glucide: 0.51 g, Zaharuri: 0.12 g, Proteine: 15.15 g, Sare: 0.01 g

Alergeni: -

File de somon la gratar cu orez salbatic si broccoli (Grilles salmon fillet with rice and broccoli) (140g) 65 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

File de Somon: 210 g (Contine: **Peste**), Orez salbatic: 60 g , Lamaie: 50 g , Unt: 15 g , Ulei masline: 10 g , Brocoli crud: 7 g , Patrunjel verde: 1.5 g , Oregano: 1 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 0.5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 249.29 KCal /1043.02 Kj , Grasimi: 16.87 g, Acizi grasi saturati: 1.11 g, Glucide: 7.3 g, Zaharuri: 1.24 g, Proteine: 17.92 g, Sare: 0.07 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 178.06 KCal /745.01 Kj , Grasimi: 12.05 g, Acizi grasi saturati: 0.79 g, Glucide: 5.21 g, Zaharuri: 0.88 g, Proteine: 12.8 g, Sare: 0.05 g

Alergeni: Peste

File de dorada la gratar cu orez negru si sparanghel (180g)

65 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Dorada: 300 g (Contine: **Peste**), Orez salbatic: 60 g , Lamaie: 50 g , Sparanghel congelat Delhaize: 50 g , Ulei masline: 10 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Ulei de palmier: 5 g

Valori nutritionale / portie (180g)

Valoare energetica: 181.78 KCal /760.58 Kj , Grasimi: 6.45 g, Acizi grasi saturati: 1.42 g, Glucide: 7.05 g, Zaharuri: 3.74 g, Proteine: 22.56 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 100.99 KCal /422.54 Kj , Grasimi: 3.59 g, Acizi grasi saturati: 0.79 g, Glucide: 3.92 g, Zaharuri: 2.08 g, Proteine: 12.53 g, Sare: 0 g

Alergeni: Peste

File de pastrav la gratar cu legume brunoise (Fillet of grillet trout with vegetables) (150g) 65 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Pastrav file peste pe alese: 350 g (Contine: **Peste**), Lamaie: 50 g , Lemon and herb Bassa fillet: 15 g (Contine: **Peste**), Salata verde: 10 g , Valeriana: 10 g , Morcovi: 7 g , Rosii: 7 g , Patrunjel verde: 5 g , Ardei gras: 5 g , Dovlecei: 5 g , Telina frunze: 5 g (Contine: **Telina**), Ulei de palmier: 5 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1.5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 198.03 KCal /828.56 Kj , Grasimi: 9.39 g, Acizi grasi saturati: 0.83 g, Glucide: 2.6 g, Zaharuri: 0.71 g, Proteine: 10.13 g, Sare: 0.04 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 132.02 KCal /552.37 Kj , Grasimi: 6.26 g, Acizi grasi saturati: 0.56 g, Glucide: 1.74 g, Zaharuri: 0.47 g, Proteine: 6.75 g, Sare: 0.03 g

Alergeni: Peste, Telina

Muschi de porc la gratar (Grilles pork loin) (170g)

30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Carne porc muschi file crud: 300 g , Rucola: 10 g , Valeriana: 10 g , Ulei Spornic: 5 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 0.5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Kotany: 0.2 g

Valori nutritionale / portie (170g)

Valoare energetica: 212.14 KCal /887.62 Kj , Grasimi: 7.78 g, Acizi grasi saturati: 0.26 g, Glucide: 0.42 g, Zaharuri: 0.08 g, Proteine: 33.13 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 124.79 KCal /522.13 Kj , Grasimi: 4.58 g, Acizi grasi saturati: 0.15 g, Glucide: 0.25 g, Zaharuri: 0.05 g, Proteine: 19.49 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Ceafa de porc la gratar (Grilled pork chuck rib) (150g)

30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Ceafa porc: 300 g , Ulei Spornic: 10 g , Valeriana: 10 g , Salata verde: 10 g , Condimente pentru friptură - Kamis: 0.1 g

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 347.49 KCal /1453.9 Kj , Grasimi: 23.29 g, Acizi grasi saturati: 0.44 g, Glucide: 0.33 g, Zaharuri: 0.06 g, Proteine: 32.87 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 231.66 KCal /969.27 Kj , Grasimi: 15.53 g, Acizi grasi saturati: 0.29 g, Glucide: 0.22 g, Zaharuri: 0.04 g, Proteine: 21.91 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Piept de pui la gratar (150g)

30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Piept de pui: 300 g , Ulei de palmier: 15 g , Rucola: 10 g , Germeni de grau: 5 g (Contine: **Gluten**), Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 293.7 KCal /1228.84 Kj , Grasimi: 11.95 g, Acizi grasi saturati: 4.76 g, Glucide: 1.34 g, Zaharuri: 0.37 g, Proteine: 42.79 g, Sare: 0.1 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 195.8 KCal /819.23 Kj , Grasimi: 7.96 g, Acizi grasi saturati: 3.17 g, Glucide: 0.89 g, Zaharuri: 0.25 g, Proteine: 28.53 g, Sare: 0.07 g

Alergeni: Gluten

Pulpe de pui dezosate la gratar (Grilled boneless chicken chops) (140g) 30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Pulpe dezosate: 350 g , Ulei Spornic: 10 g , Valeriana: 10 g , Salata verde: 10 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 3 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 256.79 KCal /1074.4 Kj , Grasimi: 13.36 g, Acizi grasi saturati: 3.17 g, Glucide: 5.5 g, Zaharuri: 1.07 g, Proteine: 28.14 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 183.42 KCal /767.43 Kj , Grasimi: 9.55 g, Acizi grasi saturati: 2.26 g, Glucide: 3.93 g, Zaharuri: 0.77 g, Proteine: 20.1 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

GARNITURI

Cartofi prajiti cu cascaval (French fried potatoes with cheese) (150g) 15 Lei

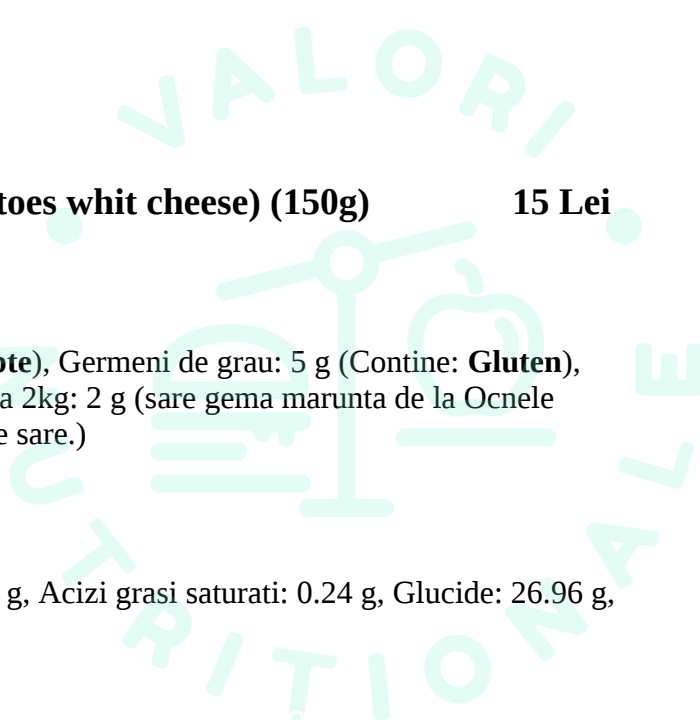
Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi (congelati): 200 g , Cascaval: 25 g (Contine: **Lapte**), Germeni de grau: 5 g (Contine: **Gluten**), Ulei Spornic: 3 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 2 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 187.38 KCal /784 Kj , Grasimi: 5.23 g, Acizi grasi saturati: 0.24 g, Glucide: 26.96 g, Zaharuri: 0.42 g, Proteine: 7.16 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g



Valoare energetica: 124.92 KCal /522.66 Kj , Grasimi: 3.49 g, Acizi grasi saturati: 0.16 g, Glucide: 17.97 g, Zaharuri: 0.28 g, Proteine: 4.77 g, Sare: 0 g

Alergeni: Lapte, Gluten

Cartofi crochete (Croquettes potatoes) (150g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Crochete de cartofi - Harvest Basket (Lidl): 200 g , Ulei de palmier: 30 g , Valeriana: 5 g , Rucola: 5 g

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 380.94 KCal /1593.84 Kj , Grasimi: 25.66 g, Acizi grasi saturati: 10.12 g, Glucide: 33.35 g, Zaharuri: 0.05 g, Proteine: 3.27 g, Sare: 1 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 253.96 KCal /1062.56 Kj , Grasimi: 17.1 g, Acizi grasi saturati: 6.75 g, Glucide: 22.23 g, Zaharuri: 0.03 g, Proteine: 2.18 g, Sare: 0.67 g

Alergeni: -

Cartofi natur (Boiled potatoes) (250g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi albi: 300 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 10 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Unt: 10 g , Salata verde: 10 g , Patrunjel verde: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 213.14 KCal /891.79 Kj , Grasimi: 6.37 g, Acizi grasi saturati: 0.05 g, Glucide: 35.87 g, Zaharuri: 5.57 g, Proteine: 4 g, Sare: 0.04 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 85.26 KCal /356.72 Kj , Grasimi: 2.55 g, Acizi grasi saturati: 0.02 g, Glucide: 14.35 g, Zaharuri: 2.23 g, Proteine: 1.6 g, Sare: 0.02 g

Alergeni: -

Cartofi taranesti cu bacon (Rustic potatoes with bacon) (150g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi cruzi: 300 g , Bacon: 30 g , Ceapa: 30 g , Spornic ulei floarea soarelui: 20 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Germeni de grau: 5 g (Contine: **Gluten**), Patrunjel verde: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 211.51 KCal /884.95 Kj , Grasimi: 11.26 g, Acizi grasi saturati: 2.38 g, Glucide: 23.39 g, Zaharuri: 3 g, Proteine: 4.36 g, Sare: 0.33 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 141.01 KCal /589.97 Kj , Grasimi: 7.51 g, Acizi grasi saturati: 1.59 g, Glucide: 15.6 g, Zaharuri: 2 g, Proteine: 2.91 g, Sare: 0.22 g

Alergeni: Gluten

Piure de cartofi (Mashed potatoes) (250g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi cruzi: 400 g , Lapte: 20 g (Contine: **Lapte**), Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 15 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Unt: 5 g , Germeni de grau: 1.5 g (Contine: **Gluten**)

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 218.06 KCal /912.36 Kj , Grasimi: 3.02 g, Acizi grasi saturati: 0.28 g, Glucide: 42.64 g, Zaharuri: 5.15 g, Proteine: 5.14 g, Sare: 0.02 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 87.23 KCal /364.94 Kj , Grasimi: 1.21 g, Acizi grasi saturati: 0.11 g, Glucide: 17.06 g, Zaharuri: 2.06 g, Proteine: 2.06 g, Sare: 0.01 g

Alergeni: Lapte, Gluten

Ciuperci sote (Mushrooms sauteed) (200g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Ciuperci conserva: 200 g , Lamaie: 15 g , Unt: 5 g , Vin alb sec: 2 g , Patrunjel verde: 1.5 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 92.92 KCal /388.75 Kj , Grasimi: 4.2 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 10.42 g, Zaharuri: 0.42 g, Proteine: 3.63 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 46.46 KCal /194.37 Kj , Grasimi: 2.1 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 5.21 g, Zaharuri: 0.21 g, Proteine: 1.81 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Cartofi wedges (Wedges potatoes) (180g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Cartofi Wedges: 200 g , Ulei de palmier: 30 g , Rosii cherry: 20 g

Valori nutritionale / portie (180g)

Valoare energetica: 370.94 KCal /1552.03 Kj , Grasimi: 26.5 g, Acizi grasi saturati: 11.37 g, Glucide: 29.38 g, Zaharuri: 3.93 g, Proteine: 3.36 g, Sare: 0.78 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 206.08 KCal /862.24 Kj , Grasimi: 14.72 g, Acizi grasi saturati: 6.32 g, Glucide: 16.32 g, Zaharuri: 2.18 g, Proteine: 1.86 g, Sare: 0.44 g

Alergeni: -

Orez cu ciuperci (Rice with mushrooms) (200g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Orez 5: 600 g , Ciuperci conserva: 30 g , Ulei de palmier: 10 g , Unt: 5 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 2 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.), Patrunjel verde: 1.5 g , Germeni de grau: 1.5 g (Contine: **Gluten**), Condimente Secretul Gustului legume Maggi: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 328.97 KCal /1376.4 Kj , Grasimi: 9.74 g, Acizi grasi saturati: 1.52 g, Glucide: 49.42 g, Zaharuri: 0.08 g, Proteine: 7.89 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 164.49 KCal /688.2 Kj , Grasimi: 4.87 g, Acizi grasi saturati: 0.76 g, Glucide: 24.71 g, Zaharuri: 0.04 g, Proteine: 3.94 g, Sare: 0 g

Alergeni: Gluten

Mamaliga (200g)

5 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Malai: 70 g , Unt: 3 g , Spornic ulei floarea soarelui: 3 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1.5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 301.5 KCal /1261.45 Kj , Grasimi: 15.2 g, Acizi grasi saturati: 0.75 g, Glucide: 140.9 g, Zaharuri: 1.08 g, Proteine: 12.72 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 150.75 KCal /630.72 Kj , Grasimi: 7.6 g, Acizi grasi saturati: 0.37 g, Glucide: 70.45 g, Zaharuri: 0.54 g, Proteine: 6.36 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

DESERT

Clatite cu dulceata si topping de fructe (140g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua proaspete: 200 g (Contine: **Oua**), Dulceata de fructe asortate: 80 g , Lapte: 80 g (Contine: **Lapte**), Faina alba: 50 g (Contine: **Gluten**), Topping de capsuni Szamoca: 50 g , Ulei: 20 g , Lamaie: 10 g , Esenta de rom: 2 g , Sare iodata alimentara gema maruntita 2kg: 1.5 g (sare gema marunta de la Ocnele Mari, iodura de potasiu (min.32.5 mg - max.52mg)/kg de sare.)

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 284.3 KCal /1189.22 Kj , Grasimi: 12.27 g, Acizi grasi saturati: 2.95 g, Glucide: 33.19 g, Zaharuri: 0.42 g, Proteine: 9.34 g, Sare: 0.26 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 203.07 KCal /849.44 Kj , Grasimi: 8.76 g, Acizi grasi saturati: 2.11 g, Glucide: 23.7 g, Zaharuri: 0.3 g, Proteine: 6.67 g, Sare: 0.18 g

Alergeni: Oua, Lapte, Gluten

Clatite cu crema de ciocolata (150g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Oua proaspete: 200 g (Contine: **Oua**), Fineti: 100 g , Faina alba: 80 g (Contine: **Gluten**), Lapte: 80 g (Contine: **Lapte**), Ulei Floriol: 20 g , Topping ciocolata: 15 g (Contine: **Lapte**) (Agenti de ingrosare: E14XX - Amidon modificat, Emulgatori: E476 - Poliricinoleat de poliglicerol, Conservanti: E202 - Sorbat de potasiu), Lamaie: 10 g , Esenta de rom: 2 g , Sare de masa: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 415.72 KCal /1736.51 Kj , Grasimi: 23.57 g, Acizi grasi saturati: 7.81 g, Glucide: 38.05 g, Zaharuri: 17.98 g, Proteine: 11.85 g, Sare: 0.72 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 277.15 KCal /1157.67 Kj , Grasimi: 15.71 g, Acizi grasi saturati: 5.21 g, Glucide: 25.37 g, Zaharuri: 11.98 g, Proteine: 7.9 g, Sare: 0.48 g

Alergeni: Oua, Gluten, Lapte

Lava cake cu inghetata (lava cake with ice cream) (180g)

25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Augusto Bambo inghetata vanilie: 60 g , Fructe confiate - Fruit2Go: 30 g , Menta proaspata: 20 g , Biscuiti cu susan si mac Croco Mix: 20 g (Contine: **Seminte de susan**)

Valori nutritionale / portie (180g)

Valoare energetica: 314.86 KCal /1317.39 Kj , Grasimi: 8.02 g, Acizi grasi saturati: 3.86 g, Glucide: 51.55 g, Zaharuri: 1.66 g, Proteine: 10.2 g, Sare: 0.07 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 174.92 KCal /731.88 Kj , Grasimi: 4.45 g, Acizi grasi saturati: 2.15 g, Glucide: 28.64 g, Zaharuri: 0.92 g, Proteine: 5.67 g, Sare: 0.04 g

Alergeni: Seminte de susan

Papanasi cu dulceata (Cheese dumplings) (180g)

25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Branza de vaci: 100 g (Contine: **Lapte**), Faina alba: 100 g (Contine: **Gluten**), Smantana: 100 g (Contine: **Lapte**), Dulceata de fructe asortate: 80 g , Oua proaspete: 50 g (Contine: **Oua**), Ulei: 50 g , Lamaie: 10 g , Esenta de rom: 3 g , Sare de masa: 2 g , Bicarbonat de sodiu alimentar 50g: 1.5 g (Agent de afanare carbonat acid de sodiu E500ii.)

Valori nutritionale / portie (180g)

Valoare energetica: 530.69 KCal /2219.88 Kj , Grasimi: 30.65 g, Acizi grasi saturati: 2.64 g, Glucide: 47.82 g, Zaharuri: 0.17 g, Proteine: 13.78 g, Sare: 0.82 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 294.83 KCal /1233.27 Kj , Grasimi: 17.03 g, Acizi grasi saturati: 1.47 g, Glucide: 26.57 g, Zaharuri: 0.1 g, Proteine: 7.66 g, Sare: 0.46 g

Alergeni: Lapte, Gluten, Oua

Clatite cu branza de vaci si stafide (100g)

Cantitate ingrediente pentru o portie

Branza de vaci: 100 g (Contine: **Lapte**), Faina alba: 80 g (Contine: **Gluten**), Lapte: 80 g (Contine: **Lapte**), Smantana: 60 g (Contine: **Lapte**), Ulei Spornic: 15 g , Lamaie: 10 g , Stafide: 8 g , Oua de gaina: 6 g (Contine: **Oua**), Esenta de rom: 2 g , Sare: 1 g

Valori nutritionale / portie (100g)

Valoare energetica: 224.7 KCal /939.88 Kj , Grasimi: 11.3 g, Acizi grasi saturati: 0.98 g, Glucide: 21.38 g, Zaharuri: 0.16 g, Proteine: 8.79 g, Sare: 0.31 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 224.7 KCal /939.88 Kj , Grasimi: 11.3 g, Acizi grasi saturati: 0.98 g, Glucide: 21.38 g, Zaharuri: 0.16 g, Proteine: 8.79 g, Sare: 0.31 g

Alergeni: Lapte, Gluten, Oua

Inghetata asortata (260g)

10 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Inghetata: 250 g (Contine: **Lapte, Oua**, Poate contine urme de: **Arahide**) (Coloranti: E110), Topping cioco: 10 g

Valori nutritionale / portie (260g)

Valoare energetica: 377.9 KCal /1581.14 Kj , Grasimi: 13.04 g, Acizi grasi saturati: 11.53 g, Glucide: 59.89 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 4.61 g, Sare: 0.18 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 145.35 KCal /608.13 Kj , Grasimi: 5.02 g, Acizi grasi saturati: 4.43 g, Glucide: 23.03 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 1.77 g, Sare: 0.07 g

Alergeni: Lapte, Oua

Poate contine urme de: Arahide

PRODUSE DE POST

Fasole batuta(Bean paste) (150g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Fasole alba conserva: 130 g , Ceapa: 40 g , Ulei: 30 g , Pasta de Tomate: 15 g , Salata verde: 5 g , Sare: 2 g , Foi de Dafin (Frunze): 0.2 g

Valori nutritionale / portie (150g)

Valoare energetica: 282.47 KCal /1181.83 Kj , Grasimi: 20.67 g, Acizi grasi saturati: 2.32 g, Glucide: 18.32 g, Zaharuri: 5.19 g, Proteine: 5.27 g, Sare: 1.61 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 188.31 KCal /787.89 Kj , Grasimi: 13.78 g, Acizi grasi saturati: 1.54 g, Glucide: 12.21 g, Zaharuri: 3.46 g, Proteine: 3.51 g, Sare: 1.07 g

Alergeni: -

Salata de vinete cu rosii (Eggplant salad with tomatoes) (200g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Vinete: 200 g , Rosii: 110 g , Maioneza vegetala - Hellmann's: 20 g , Ulei: 10 g , Sare: 0.25 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 169.58 KCal /709.53 Kj , Grasimi: 14.65 g, Acizi grasi saturati: 1.27 g, Glucide: 9.68 g, Zaharuri: 4.77 g, Proteine: 1.82 g, Sare: 0.33 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 84.79 KCal /354.76 Kj , Grasimi: 7.32 g, Acizi grasi saturati: 0.63 g, Glucide: 4.84 g, Zaharuri: 2.39 g, Proteine: 0.91 g, Sare: 0.16 g

Alergeni: -

Platou bruschete (Platter with bruschettas) (300g)

30 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Rosii: 100 g , Naut boabe 400g: 50 g (Naut, apa, sare, antioxidant: acid ascorbic.), Paine Toast: 40 g (Contine: **Gluten**), Salata verde: 30 g , Ulei: 15 g , Lamaie: 10 g , Pasta de susan: 10 g (Contine: **Seminte de susan**), Ulei de masline: 5 g , Usturoi: 4 g , Busuioc: 3 g , Ulei de masline: 2.5 g , Patrunjel verde: 2 g , Piper negru: 1.5 g , Sare: 1 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 484.08 KCal /2025.38 Kj , Grasimi: 33.85 g, Acizi grasi saturati: 3.73 g, Glucide: 37.4 g, Zaharuri: 7.52 g, Proteine: 9.22 g, Sare: 1.85 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 161.36 KCal /675.13 Kj , Grasimi: 11.28 g, Acizi grasi saturati: 1.24 g, Glucide: 12.47 g, Zaharuri: 2.51 g, Proteine: 3.07 g, Sare: 0.62 g

Alergeni: Gluten, Seminte de susan

Ciorba de fasole (Bean soup) (300g)

20 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Fasole boabe: 100 g , Rosii: 30 g , Ceapa rosie: 30 g , Ulei: 20 g , Telina: 20 g (Contine: **Telina**), Morcovi: 20 g , Ceapa: 20 g , Pasta de Tomate: 15 g , Otet: 5 g , Patrunjel verde: 3 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 412.22 KCal /1724.73 Kj , Grasimi: 23.45 g, Acizi grasi saturati: 2.52 g, Glucide: 37.88 g, Zaharuri: 2.5 g, Proteine: 12.01 g, Sare: 0.03 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 137.41 KCal /574.91 Kj , Grasimi: 7.82 g, Acizi grasi saturati: 0.84 g, Glucide: 12.63 g, Zaharuri: 0.83 g, Proteine: 4 g, Sare: 0.01 g

Alergeni: Telina

Pleurotus la gratar cu mamaliguta(Grilled pleurotus with polenta) (200g)

35 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Ciuperci Pleurotus: 350 g , Malai superior: 70 g , Rosii cherry: 50 g , Sos tabasco: 15 g , Lamaie: 10 g , Usturoi: 10 g , Ulei: 7 g , Sare: 3.5 g , Usturoi uscat: 3 g , Unt: 3 g , Patrunjel verde: 2 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 185.19 KCal /774.84 Kj , Grasimi: 4.74 g, Acizi grasi saturati: 0.52 g, Glucide: 31.51 g, Zaharuri: 4.45 g, Proteine: 6.85 g, Sare: 1.42 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 92.6 KCal /387.42 Kj , Grasimi: 2.37 g, Acizi grasi saturati: 0.26 g, Glucide: 15.76 g, Zaharuri: 2.22 g, Proteine: 3.43 g, Sare: 0.71 g

Alergeni: -

Varza calita cu mamaliguta (Stir-fried cabbage with polenta) (200g) 25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Varza alba: 300 g , Malai superior: 70 g , Rosii in conserva: 50 g , Ulei: 30 g , Rosii: 30 g , Ceapa: 25 g , Pasta de Tomate: 15 g , Ardei iute: 10 g , Ulei Spornic: 3 g , Unt: 3 g , Secretul gustului: 3 g , Marar: 2.5 g , Sare: 2 g , Piper negru: 2 g , Sare de lamaie: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 256.16 KCal /1071.78 Kj , Grasimi: 13.7 g, Acizi grasi saturati: 1.43 g, Glucide: 29.46 g, Zaharuri: 4.24 g, Proteine: 3.75 g, Sare: 0.79 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 128.08 KCal /535.89 Kj , Grasimi: 6.85 g, Acizi grasi saturati: 0.72 g, Glucide: 14.73 g, Zaharuri: 2.12 g, Proteine: 1.87 g, Sare: 0.39 g

Alergeni: -

Legume la gratar (Grilled vegetables) (250g) 25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Ciuperci champignon: 80 g , Dovlecei: 80 g , Vinete: 80 g , Rosii cherry: 50 g , Ardei gras: 40 g , Ceapa: 30 g , Otet balsamic Monini: 10 g , Ulei: 10 g , Ulei de masline: 5 g , Sare: 3 g , Patrunjel verde: 3 g

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 142.95 KCal /598.12 Kj , Grasimi: 10.02 g, Acizi grasi saturati: 0.78 g, Glucide: 11.01 g, Zaharuri: 4.62 g, Proteine: 3.04 g, Sare: 1.94 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 57.18 KCal /239.25 Kj , Grasimi: 4.01 g, Acizi grasi saturati: 0.31 g, Glucide: 4.4 g, Zaharuri: 1.85 g, Proteine: 1.21 g, Sare: 0.77 g

Alergeni: -

Fasole verde sote (Sauted green beans) (250g) 25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Fasole verde (conserva): 200 g , Ceapa: 30 g , Rosii in conserva: 20 g , Ulei: 15 g , Secretul gustului: 2.5 g , Sare: 2.5 g , Usturoi: 2.5 g , Patrunjel verde: 2.5 g , Piper negru: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 183.64 KCal /768.31 Kj , Grasimi: 14.13 g, Acizi grasi saturati: 1.52 g, Glucide: 13.84 g, Zaharuri: 1.17 g, Proteine: 3.07 g, Sare: 2.29 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 73.46 KCal /307.32 Kj , Grasimi: 5.65 g, Acizi grasi saturati: 0.61 g, Glucide: 5.54 g, Zaharuri: 0.47 g, Proteine: 1.23 g, Sare: 0.92 g

Alergeni: -

Paste tricolore (Tri color pasta) (300g)

35 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Dovlecei: 80 g , Spaghete: 80 g , Ardei gras: 30 g , Rosii cherry: 30 g , Morcovi: 20 g , Telina: 20 g (Contine: **Telina**), Otet balsamic Monini: 15 g , Ulei: 12 g , Ulei de masline: 10 g , Sos tabasco: 5 g , Ghimbir: 5 g , Busuioc: 3 g , Sare: 2 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 352.99 KCal /1476.89 Kj , Grasimi: 22.03 g, Acizi grasi saturati: 1.33 g, Glucide: 31.17 g, Zaharuri: 2.65 g, Proteine: 6.44 g, Sare: 2 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 117.66 KCal /492.3 Kj , Grasimi: 7.34 g, Acizi grasi saturati: 0.44 g, Glucide: 10.39 g, Zaharuri: 0.88 g, Proteine: 2.15 g, Sare: 0.67 g

Alergeni: Telina

Mere in foetaj (Apple puff pastry tart) (300g)

25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Mere: 150 g , Aluat foetaj proxi: 80 g , Topping cioco: 30 g , Zahar vanilinat 8g: 20 g (Zahar, aroma etilvanilina.), Zahar: 20 g , Menta proaspata: 2 g , Scortisoara macinata: 1.5 g

Valori nutritionale / portie (300g)

Valoare energetica: 578.33 KCal /2419.71 Kj , Grasimi: 22.91 g, Acizi grasi saturati: 9.97 g, Glucide: 89.86 g, Zaharuri: 29.08 g, Proteine: 5.89 g, Sare: 0.92 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 192.78 KCal /806.57 Kj , Grasimi: 7.64 g, Acizi grasi saturati: 3.32 g, Glucide: 29.95 g, Zaharuri: 9.69 g, Proteine: 1.96 g, Sare: 0.31 g

Alergeni: -

Platou cu fructe (Fruit plate) (250g)

25 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Portocale: 120 g , Grefă: 100 g , Struguri: 80 g , Kiwi: 50 g

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 128.36 KCal /537.04 Kj , Grasimi: 0.91 g, Acizi grasi saturati: 0.07 g, Glucide: 32 g, Zaharuri: 3.91 g, Proteine: 1.81 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 51.34 KCal /214.82 Kj , Grasimi: 0.37 g, Acizi grasi saturati: 0.03 g, Glucide: 12.8 g, Zaharuri: 1.57 g, Proteine: 0.73 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

SALATE

Salata asortata de iarna (200g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Castraveți in otet: 100 g , Gogosari murati in otet: 100 g , Ulei: 10 g , Patrunjel verde: 5 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 110.05 KCal /460.43 Kj , Grasimi: 9.31 g, Acizi grasi saturati: 1.05 g, Glucide: 5.04 g, Zaharuri: 0.16 g, Proteine: 1.43 g, Sare: 1.86 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 55.02 KCal /230.21 Kj , Grasimi: 4.66 g, Acizi grasi saturati: 0.53 g, Glucide: 2.52 g, Zaharuri: 0.08 g, Proteine: 0.72 g, Sare: 0.93 g

Alergeni: -

Salata de ardei capia copti (200g)

15 Lei

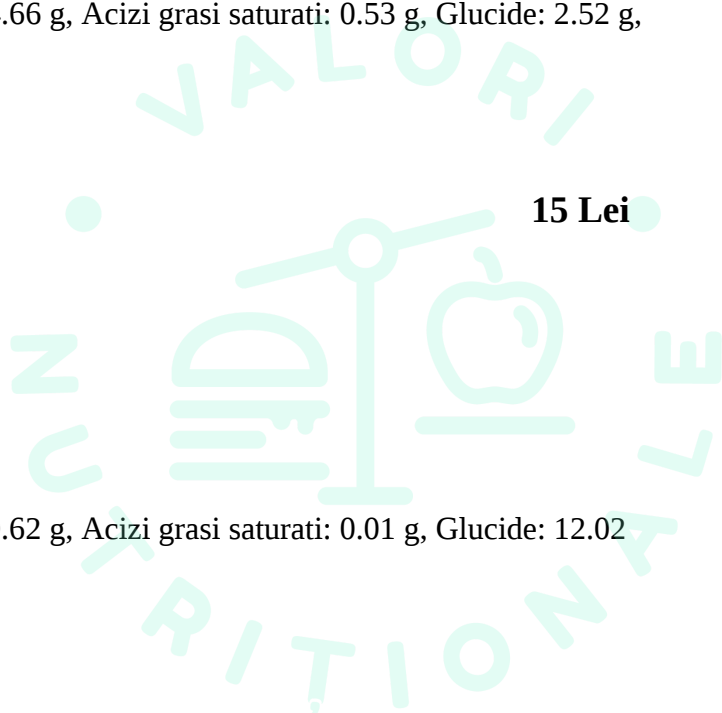
Cantitate ingrediente pentru o portie

Ardei capia copti: 200 g , Patrunjel verde: 5 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 61.66 KCal /257.98 Kj , Grasimi: 0.62 g, Acizi grasi saturati: 0.01 g, Glucide: 12.02 g, Zaharuri: 4.07 g, Proteine: 2.1 g, Sare: 0 g

Valori nutritionale / 100g



Valoare energetica: 30.83 KCal /128.99 Kj , Grasimi: 0.31 g, Acizi grasi saturati: 0 g, Glucide: 6.01 g, Zaharuri: 2.03 g, Proteine: 1.05 g, Sare: 0 g

Alergeni: -

Salata verde cu sos de lamaie (140g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Salata verde: 100 g , Lamaie: 20 g , Ulei de masline: 10 g , Rucola: 10 g , Ulei: 2 g , Sare: 1 g

Valori nutritionale / portie (140g)

Valoare energetica: 122.85 KCal /514 Kj , Grasimi: 12.15 g, Acizi grasi saturati: 0.23 g, Glucide: 5.36 g, Zaharuri: 1.98 g, Proteine: 1.64 g, Sare: 1.01 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 87.75 KCal /367.14 Kj , Grasimi: 8.68 g, Acizi grasi saturati: 0.16 g, Glucide: 3.83 g, Zaharuri: 1.41 g, Proteine: 1.17 g, Sare: 0.72 g

Alergeni: -

Salata de rosii cu branza (200g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Rosii: 170 g , Telemea vaca: 55 g (Contine: **Lapte**), Ulei: 10 g , Patrunjel verde: 2 g

Valori nutritionale / portie (200g)

Valoare energetica: 213.22 KCal /892.13 Kj , Grasimi: 17.25 g, Acizi grasi saturati: 6.27 g, Glucide: 5.94 g, Zaharuri: 2.06 g, Proteine: 9.38 g, Sare: 1.86 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 106.61 KCal /446.06 Kj , Grasimi: 8.62 g, Acizi grasi saturati: 3.14 g, Glucide: 2.97 g, Zaharuri: 1.03 g, Proteine: 4.69 g, Sare: 0.93 g

Alergeni: Lapte

Salata de legume proaspete (220g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Rosii: 100 g , Ardei gras: 60 g , Castraveti: 50 g , Ceapa: 20 g , Ulei: 5 g , Otet: 3 g , Piper: 0.5 g , Sare: 0.2 g

Valori nutritionale / portie (220g)

Valoare energetica: 87.54 KCal /366.29 Kj , Grasimi: 4.94 g, Acizi grasi saturati: 0.58 g, Glucide: 10.02 g, Zaharuri: 2.71 g, Proteine: 1.84 g, Sare: 0.19 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 39.79 KCal /166.49 Kj , Grasimi: 2.25 g, Acizi grasi saturati: 0.26 g, Glucide: 4.55 g, Zaharuri: 1.23 g, Proteine: 0.84 g, Sare: 0.09 g

Alergeni: -

Salata de varza alba cu rosii (250g)

15 Lei

Cantitate ingrediente pentru o portie

Varza alba: 250 g , Rosii: 70 g , Ulei: 10 g , Otet: 7 g , Marar: 5 g , Sare: 0.25 g

Valori nutritionale / portie (250g)

Valoare energetica: 133.59 KCal /558.96 Kj , Grasimi: 7.56 g, Acizi grasi saturati: 0.87 g, Glucide: 12.89 g, Zaharuri: 5.26 g, Proteine: 2.93 g, Sare: 0.22 g

Valori nutritionale / 100g

Valoare energetica: 53.44 KCal /223.59 Kj , Grasimi: 3.02 g, Acizi grasi saturati: 0.35 g, Glucide: 5.16 g, Zaharuri: 2.1 g, Proteine: 1.17 g, Sare: 0.09 g

Alergeni: -

