

Platouri reci

Platou Rece

600g

branza telemea 150g, cascaval 130g, sunculita taraneasca 100g, castraveti cruzi 50g, masline negre 50g, ceapa rosie 50g, sunca presata 40g, salam picant 30g Alergeni: 2,10,9,7,3,1, Aditivi: Conservant: E200

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 207.93kcal / 870 kJ, Grasimi / Lipide 15.93g, Acizi grasi saturati 9.39g, Glucide/ Carbohidrati 2.58g, Zaharuri 0.84g, Fibre 0.36g, Proteine 12.57g, Sare 1.52g

Platou Branzeturi

600g

branza telemea 100g, branza feta 100g, mozzarella 100g, gorgonzola 100g, branza camembert 100g, parmezan 100g, rosii cherry 100g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 293.22kcal / 1227 kJ, Grasimi / Lipide 23.1g, Acizi grasi saturati 14.33g, Glucide/ Carbohidrati 3.92g, Zaharuri 0.17g, Fibre 0.17g, Proteine 18.37g, Sare 2.02g

Platouri calde

Gustare Calda

2500g

piept de pui pane, prajit 450g, cascaval 410g, cartofi chips [cartofi, ulei de floarea soarelui] 400g, ciuperci champignon la gratar 300g, ficat de pui fript 300g, carnati picanti proaspeti 250g, castraveti in otet 9-12 cm [Castraveti, apa, otet din vin (6.5%), zahar, sare, condiment: MUSTAR boabe] 180g, gogosari in otet 180g, oua consum 30g Alergeni: 2,10,3, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E300 Conservant: E200

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 188.23kcal / 788 kJ, Grasimi / Lipide 12.31g, Acizi grasi saturati 4.56g, Glucide/ Carbohidrati 6.39g, Zaharuri 0.62g, Fibre 0.35g, Proteine 11.74g, Sare 1.03g

Platou Romanesc

2500g

ceafa de porc cruda 400g, pulpa de pui cruda 400g, cartofi chips 400g (produs / din produs congelat), pasta mici 320g, carnati picanti proaspeti 200g, ficat de pui fript 200g, gogosari in otet 150g, castraveti in otet 150g, mustar 50g Alergeni: 10,1, Aditivi: Agent antiaglomerant: E509

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 182.51kcal / 764 kJ, Grasimi / Lipide 12.08g, Acizi grasi saturati 3.98g, Glucide/ Carbohidrati 4.14g, Zaharuri 1.02g, Fibre 0.33g, Proteine 13.4g, Sare 0.71g

Platou Haiducesc

2500g

coaste de porc 390g, mici gastro 350g, cartofi fierti 350g, mamaliga (apa, malai, sare iodată) 300g, pulpa de miel 250g, piept de pui file, fara piele 250g, castraveti 9-12 cm 150g, gogosari in otet 150g, ardei gras verde 100g, bacon afumat 60g, mustar 50g, ceapa 50g, sos usturoi 50g Alergeni: 10,7,12,1,3, Aditivi: Colorant: E101

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 136.34kcal / 570 kJ, Grasimi / Lipide 7.87g, Acizi grasi saturati 2.79g, Glucide/ Carbohidrati 5.58g, Zaharuri 1.01g, Fibre 0.67g, Proteine 10.44g, Sare 0.57g

Platou The Globe

2500g

ceafa de porc gatita 400g, mici gastro 350g, coaste de porc 350g, varza acra 300g, cartofi chips 300g (produs / din produs congelat), carnati picanti proaspeti 250g, ciuperci pane 250g, aripioare de pui picante 200g, sos de usturoi 50g, mustar 50g Alergeni: 10,9,1,3,12,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 196.12kcal / 821 kJ, Grasimi / Lipide 14.15g, Acizi grasi saturati 5.44g, Glucide/ Carbohidrati 3.76g, Zaharuri 0.42g, Fibre 0.43g, Proteine 13.28g, Sare 0.99g

Gustari

Caprese

250g

mozzarella 170g, rosii 70g, ulei de masline 5g, busuioc uscat 5g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 243.98kcal / 1021 kJ, Grasimi / Lipide 19g, Acizi grasi saturati 10.04g, Glucide/ Carbohidrati 4.47g, Zaharuri 0.77g, Fibre 1.09g, Proteine 15.26g, Sare 0.31g

Caprese cu vinete la gratar 250g

mozzarella 100g, vinete crude 95g, rosii 40g, salata verde 8g, ulei de masline 5g, busuioc uscat 2g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 159.12kcal / 666 kJ, Grasimi / Lipide 12g, Acizi grasi saturati 6.02g, Glucide/ Carbohidrati 4.76g, Zaharuri 1.8g, Fibre 1.67g, Proteine 9.3g, Sare 0.19g

Salata de vinete 300g

vinete coapte tocate 240g, ulei de floarea soarelui 30g, ceapa galbena 30g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 119.8kcal / 501 kJ, Grasimi / Lipide 8.86g, Acizi grasi saturati 0.7g, Glucide/ Carbohidrati 7.84g, Zaharuri 2.56g, Fibre 0.19g, Proteine 0.08g, Sare 0g

Fasole batuta 300g

fasole boabe fiarta 260g, ceapa galbena 30g, ulei de floarea soarelui 10g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 153.53kcal / 642 kJ, Grasimi / Lipide 3.45g, Acizi grasi saturati 0.37g, Glucide/ Carbohidrati 23.22g, Zaharuri 0g, Fibre 9.2g, Proteine 7.86g, Sare 0g

Halumi la gratar 250g

branza halloumi 250g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 321kcal / 1343 kJ, Grasimi / Lipide 25g, Acizi grasi saturati 14.3g, Glucide/ Carbohidrati 0g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 21.4g, Sare 5.98g

Zacusca 300g

zacusca de vinete 300g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 100kcal / 418 kJ, Grasimi / Lipide 5g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 0g, Zaharuri 5g, Fibre 0g, Proteine 5g, Sare 2g

Somon afumat 100g

file somon afumat 70g, paine alba felii 10g, lamaie 10g, ulei de masline 5g, salata verde 5g Alergeni: 12,14,10,9,5,4,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 248.95kcal / 1042 kJ, Grasimi / Lipide 14.56g, Acizi grasi saturati 2.54g, Glucide/ Carbohidrati 13.9g, Zaharuri 6.2g, Fibre 0.35g, Proteine 16.27g, Sare 2.58g

Legume la gratar cu parmezan 250g

dovlecel la gratar 70g, vinete crude 60g, ardei gras galben 60g, rosii 55g, ulei de masline 5g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 57.92kcal / 242 kJ, Grasimi / Lipide 4.2g, Acizi grasi saturati 0.28g, Glucide/ Carbohidrati 4.83g, Zaharuri 1.43g, Fibre 0.98g, Proteine 0.67g, Sare 0g

Legume pane cu sos de smantana 250g

ciuperci champignon 75g, dovlecei 75g, smantana 12% 50g, ou de gaina 30g, faina alba 10g, patrunjel crud 5g, usturoi crud 5g Alergeni: 1,3,2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 75.8kcal / 317 kJ, Grasimi / Lipide 3.8g, Acizi grasi saturati 2.03g, Glucide/ Carbohidrati 6.64g, Zaharuri 2.32g, Fibre 0.83g, Proteine 4.17g, Sare 0.08g

Ciuperci umplute 200g

ciuperci champignon 140g, mozzarella 30g, gorgonzola 30g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 117.1kcal / 490 kJ, Grasimi / Lipide 8.57g, Acizi grasi saturati 4.83g, Glucide/ Carbohidrati 3.17g, Zaharuri 0.7g, Fibre 0.7g, Proteine 8.52g, Sare 0.56g

Cascaval pane cu cartofi prajiti 200g

cascaval 100g, cartofi fry'n'dip 70g (produs / din produs congelat), pesmet ambalat 10g, ou de gaina 10g, faina alba 10g Alergeni: 2,1,3, Aditivi: Conservant: E200

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 237.3kcal / 993 kJ, Grasimi / Lipide 13.05g, Acizi grasi saturati 6.63g, Glucide/ Carbohidrati 8.38g, Zaharuri 0.52g, Fibre

0.28g, Proteine 11.58g, Sare 1.33g

Platou cald

350g

mici gastro 140g, ficat de pui fript 80g, carnati afumati 70g, cascaval pane 60g Alergeni: 1,2,3,12,10, Aditivi: Agent de ingrosare: E407, E464

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 242.86kcal / 1016 kJ, Grasimi / Lipide 16.49g, Acizi grasi saturati 6.6g, Glucide/ Carbohidrati 0.8g, Zaharuri 0.47g, Fibre 0g, Proteine 19.02g, Sare 0.94g

Clatite cu sunca ,cascaval si sos de smantana gratinate

220g

lapte 3.5% 100g, cascaval 40g, faina standard alba de grau 650 30g, oua consum 20g, sunca presata 20g, smantana vegetala [apă, ulei de palmier (17%), zară praf, amidon modificat din porumb, maltodextrine, stabilizatori: gumă de guar (E412)] 10g Alergeni:

2,1,3,10,9,7, Aditivi: Agent de ingrosare: E412 Conservant: E200

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 170.59kcal / 714 kJ, Grasimi / Lipide 9.05g, Acizi grasi saturati 5.33g, Glucide/ Carbohidrati 12.33g, Zaharuri 2.57g, Fibre 0g, Proteine 8.7g, Sare 0.69g

Clatite cu somon afumat si sos de smantana gratinate

220g

clatite simple 120g, file somon afumat 50g, mozzarella 30g, smantana vegetala [apă, ulei de palmier (17%), zară praf, amidon modificat din porumb, maltodextrine, stabilizatori: gumă de guar (E412)] 20g Alergeni: 2,1,3,12,14,10,9,5,4, Aditivi: Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 242.73kcal / 1016 kJ, Grasimi / Lipide 14.3g, Acizi grasi saturati 5.98g, Glucide/ Carbohidrati 15.31g, Zaharuri 3.23g, Fibre 0.33g, Proteine 12.92g, Sare 1.07g

Omleta simpla

150g

ou de gaina 130g, ulei de floarea soarelui 20g Alergeni: 3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 230.6kcal / 965 kJ, Grasimi / Lipide 19.8g, Acizi grasi saturati 3.6g, Glucide/ Carbohidrati 0.63g, Zaharuri 0.32g, Fibre 0g, Proteine 10.92g, Sare 0.31g

Omleta taraneasca 200g

ou de gaina 90g, cascaval 50g, kaizer 20g, rosii 20g, patrunjel crud 10g, ceapa galbena 10g Alergeni: 2,3,10,9,7,1, Aditivi: Conservant: E200

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 161.55kcal / 676 kJ, Grasimi / Lipide 10.9g, Acizi grasi saturati 5.01g, Glucide/ Carbohidrati 1.31g, Zaharuri 0.56g, Fibre 0.34g, Proteine 11.68g, Sare 0.83g

Ochiuri pe plita cu bacon 180g

oua consum 120g, bacon prefeliat, prajit 60g Alergeni: 3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 270kcal / 1130 kJ, Grasimi / Lipide 19.7g, Acizi grasi saturati 6.73g, Glucide/ Carbohidrati 0.97g, Zaharuri 0.4g, Fibre 0g, Proteine 20.63g, Sare 1.49g

Bruschete & Crostini

Bruschete cu rosii 120g

paine alba feliata 65g, rosii 50g, ulei de masline 5g Alergeni: 1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 160kcal / 669 kJ, Grasimi / Lipide 4.27g, Acizi grasi saturati 0.87g, Glucide/ Carbohidrati 27.08g, Zaharuri 26.56g, Fibre 0.5g, Proteine 4.05g, Sare 0.72g

Bruschete cu anchois 150g

paine alba feliata 65g, rosii 53g, file de ansoa 20g, ulei de masline 5g, usturoi crud 5g, busuioc maruntit [frunze de busuioc maruntite si deshidratate] 2g Alergeni: 5,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 159.39kcal / 667 kJ, Grasimi / Lipide 4.38g, Acizi grasi saturati 0.7g, Glucide/ Carbohidrati 23.25g, Zaharuri 21.86g, Fibre 0.76g, Proteine 7.23g, Sare 2.49g

Bruschete formaggi 120g

paine alba feliată 60g, mozzarella 50g, ulei de măsline 5g, usturoi crud 3g, busuioc maruntit [frunze de busuioc maruntite și deshidratate] 2g Alergeni: 2,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 285.66kcal / 1195 kJ, Grasimi / Lipide 14.66g, Acizi grași saturați 6.8g, Glucide/ Carbohidrați 26.42g, Zaharuri 24.21g, Fibre 0.37g, Proteine 12.72g, Sare 0.83g

Bruschete olive 120g

paine alba feliată 60g, pasta de măsline 60g Alergeni: 1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 249kcal / 1042 kJ, Grasimi / Lipide 15.28g, Acizi grași saturați 2.53g, Glucide/ Carbohidrați 25.58g, Zaharuri 23.58g, Fibre 0.9g, Proteine 3.77g, Sare 1.69g

Crostini cu somon afumat 150g

paine alba feliată 60g, file somon afumat 40g, mozzarella 40g, ulei de măsline 5g, usturoi crud 3g, busuioc maruntit 2g Alergeni: 2,12,14,10,9,5,4,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 275.66kcal / 1153 kJ, Grasimi / Lipide 13.78g, Acizi grași saturați 5.17g, Glucide/ Carbohidrați 23.69g, Zaharuri 19.53g, Fibre 0.29g, Proteine 14.6g, Sare 1.35g

Ciorbe/Supe

Ciorba de pui a la grec 400g

apa 250g, smântână 20% 35g, piept de pui file, fără piele 60g, ouă consum 25g, ceapă albă crudă 5g, telină fiartă 10g, morcov fiert 10g, concentrat de pui 3g, marar 2g Alergeni: 9,3,2, Aditivi: Colorant: E150c Agenți de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aromă: E621, E631, E627

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 127.49kcal / 533 kJ, Grasimi / Lipide 8.7g, Acizi grași saturați 4.48g, Glucide/ Carbohidrați 1.99g, Zaharuri 0.45g, Fibre 0.31g, Proteine 9.98g, Sare 0.11g

Ciorba de perisoare

400g

apa plata 250g, perisoare 80g (carne tocata, orez, piper negru, sare de masa), sultan bulion 18% 25g, ceapa galbena 10g, telina fiarta 10g, morcov fiert 10g, patrunjel crud 8g, concentrat pentru legume 5g, sare iodata 2g Alergeni: 9,1,2,3,10, Aditivi: Colorant: E101

Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 100.83kcal / 422 kJ, Grasimi / Lipide 5.53g, Acizi grasi saturati 2.08g, Glucide/ Carbohidrati 3.59g, Zaharuri 0.93g, Fibre 0.43g, Proteine 8.76g, Sare 1.68g

Ciorba de legume

400g

apa 300g, cartofi albi cruzi 40g, bors magic [acidifianti (acid citric, acid lactic), amidon de porumb, regulator de aciditate (lactat de calciu), sare iodata, leustean radacina (4%), seminte de TELINA, sare, tarate de GRAU (1,1%), grasime vegetala de palmier, leustean (0,3%), faina de porumb (0,1%), arome (extract de leustean)] 10g, telina fiarta 10g, ceapa 10g, morcov fiert 10g, sultan bulion 18% 20g Alergeni: 9,2,3, Aditivi: Agent de ingrosare: E327 Agenti

transportatori: E270 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 32.17kcal / 135 kJ, Grasimi / Lipide 0.18g, Acizi grasi saturati 0.05g, Glucide/ Carbohidrati 5.51g, Zaharuri 1.1g, Fibre 0.73g, Proteine 0.56g, Sare 0.47g

Ciorba de vacuta

400g

apa 250g, pulpa vita 80g, cartofi albi cruzi 35g, ceapa galbena 5g, telina fiarta 10g, morcov fiert 10g, concentrat de vita 5g, sare de masa iodata 3g, patrunjel crud 2g Alergeni: 9, Aditivi: Antioxidant: E392 Agenti de sechestrare: E330 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 34.14kcal / 143 kJ, Grasimi / Lipide 0.15g, Acizi grasi saturati 0.05g, Glucide/ Carbohidrati 2.52g, Zaharuri 0.31g, Fibre 0.48g, Proteine 5.71g, Sare 0.75g

Ciorba de burta

400g

apa 250g, burta vita 80g, smantana 20% 60g, ou de gaina 30g, otet din vin 10g, morcov fiert 10g, telina fiarta 10g, ceapa galbena 5g, concentrat de vita 5g, sare de masa iodata 2g, foi dafin 1g Alergeni: 3,9,2, Aditivi: Antioxidant: E392 Agenti de sechestrare: E330 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 111.91kcal / 468 kJ, Grasimi / Lipide 8.6g, Acizi grasi saturati 5.01g, Glucide/ Carbohidrati 2.03g, Zaharuri 0.28g, Fibre 0.33g, Proteine 6.46g, Sare 0.61g

Ciorba radauteana

400g

apa 250g, piept de pui file, fara piele 60g, oua consum 25g, smantana 20% 20g, morcovi gatiti 10g, telina fiarta 10g, otet 5g, ceapa 10g, concentrat de pui 5g, patrunjel crud 5g Alergeni: 9,3,2, Aditivi: Colorant: E150c Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aroma: E621, E631, E627

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 75.8kcal / 317 kJ, Grasimi / Lipide 4g, Acizi grasi saturati 1.76g, Glucide/ Carbohidrati 1.38g, Zaharuri 0.59g, Fibre 0.32g, Proteine 8.1g, Sare 0.11g

Special taste

Aripioare picante cu chipsuri de cartofi ,sos de ketchup si maioneza

300g

aripi de pui cu piele prajite 150g, cartofi fry'n'dip 70g (produs / din produs congelat), ketchup dulce 20g, maioneza 20g, ou de gaina 20g, pesmet ambalat 18g, ardei rosu fulgi [Ardei rosu fulgi deshidratat] 2g Alergeni: 7,3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 252.67kcal / 1057 kJ, Grasimi / Lipide 14.41g, Acizi grasi saturati 3.19g, Glucide/ Carbohidrati 11.26g, Zaharuri 2.1g, Fibre 0.36g, Proteine 11.58g, Sare 0.93g

Coaste de porc cu sos barbeque si cartofi wedges 400g

coaste de porc, slabe, la gratar 240g, cartofi spicy wedges 50g (produs / din produs congelat), sos barbeque 7g, concentrat de costita afumata 1g, piper negru 2g Alergeni: 1,2,3,9,10, Aditivi: Colorant: E150c, E160c Antioxidant: E392 E150 Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 216.23kcal / 905 kJ, Grasimi / Lipide 8.8g, Acizi grasi saturati 2.94g, Glucide/ Carbohidrati 17.13g, Zaharuri 9.25g, Fibre 1.15g, Proteine 15.59g, Sare 0.92g

Fish and chips,sos remulade 250g

salau de nil calibrul 300/500 150g, cartofi fry'n'dip 50g (produs / din produs congelat), oua consum 20g, pesmet 10g, sos remoulade 10g, sos alb bechamel 10g Alergeni: 3,1,5,2,9,10,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 124.24kcal / 520 kJ, Grasimi / Lipide 4.53g, Acizi grasi saturati 0.8g, Glucide/ Carbohidrati 4.3g, Zaharuri 0.59g, Fibre 0g, Proteine 13.63g, Sare 0.5g

Strips de pui cu chispuri de cartofi,sos de ketchup si maioneza 250g

cartofi fry'n'dip 100g (produs / din produs congelat), strips de pui crocante 100g, ketchup dulce 20g, sos maioneza 20g, fulgi de porumb 10g Alergeni: 10,3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 202.44kcal / 847 kJ, Grasimi / Lipide 10.51g, Acizi grasi saturati 1.24g, Glucide/ Carbohidrati 9.8g, Zaharuri 2.79g, Fibre 0.16g, Proteine 9.08g, Sare 1.1g

Burger clasic 300g

burger [carne de vită (91 %), apă, gris de orez, sare, condimente (conțin pudră de MUSTAR), arome, extract de condimente, aromă de fum] 150g, chifla pentru burger 60g, cartofi fry'n'dip 50g (produs / din produs congelat), ketchup dulce 15g, rosii 10g, castraveti in otet 9-12 cm 10g, salata verde 5g Alergeni: 1,10, Aditivi:

Emulsifiant: E481, E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 217.98kcal / 912 kJ, Grasimi / Lipide 11.64g, Acizi grasi saturati 4.52g, Glucide/ Carbohidrati 13.56g, Zaharuri 3.14g, Fibre 0.74g, Proteine 11.01g, Sare 0.93g

Egg burger

300g

burger [carne de vită (91 %), apă, gris de orez, sare, condimente (conțin pudră de MUSTAR), arome, extract de condimente, aromă de fum] 150g, chifla pentru burger 60g, cartofi fry'n'dip 50g (produs / din produs congelat), oua consum 15g, ketchup dulce 10g, rosii 10g, ceapa alba cruda 10g, salata verde 5g Alergeni: 1,3,10, Aditivi: Emulsifiant: E481, E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 229.58kcal / 961 kJ, Grasimi / Lipide 12.44g, Acizi grasi saturati 4.79g, Glucide/ Carbohidrati 13.65g, Zaharuri 3.13g, Fibre 0.78g, Proteine 11.94g, Sare 0.9g

Vegan burger

300g

branza halloumi 100g, chifla pentru burger 60g, cartofi fry'n'dip 50g (produs / din produs congelat), ketchup dulce 20g, vinete crude 15g, dovlecei 15g, ardei gras verde 15g, rosii 10g, ceapa 10g, salata verde 5g Alergeni: 2,1, Aditivi: Emulsifiant: E481, E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 199.85kcal / 836 kJ, Grasimi / Lipide 10g, Acizi grasi saturati 5.05g, Glucide/ Carbohidrati 13.27g, Zaharuri 3.67g, Fibre 0.77g, Proteine 9.81g, Sare 2.32g

Cheeseburger

300g

burger [carne de vită (91 %), apă, gris de orez, sare, condimente (conțin pudră de MUSTAR), arome, extract de condimente, aromă de fum] 150g, chifla pentru burger 60g, cartofi fry'n'dip 50g (produs / din produs congelat), ketchup dulce 10g, rosii 5g, cedar felii [Lapte de vaca pasteurizat, sare, culturi lactice, cheag, colorant: betacaroten] 10g, castraveti in otet 9-12 cm 10g, salata verde 5g Alergeni: 1,10,2, Aditivi: Emulsifiant: E481, E471 E160ai

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 230.93kcal / 966 kJ, Grasimi / Lipide 12.7g, Acizi grasi saturati 5.29g, Glucide/ Carbohidrati 13.56g, Zaharuri 3.14g, Fibre 0.74g, Proteine 11.85g, Sare 0.98g

Bacon burger

300g

burger [carne de vită (91 %), apă, gris de orez, sare, condimente (conțin pudră de MUSTAR), arome, extract de condimente, aromă de fum] 150g, chifla pentru burger 60g, cartofi fry'n'dip 50g (produs / din produs congelat), ketchup dulce 10g, bacon feliat [piept de porc fara os, apa, zaharuri(dextroza, zahar), sare, aroma de fum] 10g, rosii 5g, castraveti in otet 9-12 cm 10g, salata verde 5g Alergeni: 1,2,7,9,10, Aditivi: Emulsifiant: E481, E471 Agenti de sechestrare: E331 Antioxidant: E300 Agent de incarcare: E325 Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 225.58kcal / 944 kJ, Grasimi / Lipide 12.22g, Acizi grasi saturati 4.73g, Glucide/ Carbohidrati 13.58g, Zaharuri 3.16g, Fibre 0.74g, Proteine 11.58g, Sare 1.01g

Chili con carne

400g

carne de vita tocata, gatita 150g, orez fiert 100g, ardei 50g, sos de rosii 50g, rosii 25g, concentrat de vita 10g, fasole rosie 10g, chilli macinat 5g Aditivi: Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 112.26kcal / 470 kJ, Grasimi / Lipide 3.18g, Acizi grasi saturati 1.22g, Glucide/ Carbohidrati 9.46g, Zaharuri 1.37g, Fibre 0.76g, Proteine 10.54g, Sare 0.41g

Paella

300g

orez fiert 50g, fructe de mare 50g (produs / din produs congelat), piept de pui gatit fara piele 25g, midii crude 15g, ceapa galbena 2.5g, patrunjel crud 2.5g, ulei de masline 2.5g, concentrat pentru legume 1.5g, piper negru 1g Alergeni: 14,1,2,3,9,10,4, Aditivi: Colorant: E101 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 61.54kcal / 257 kJ, Grasimi / Lipide 1.37g, Acizi grasi saturati 0.26g, Glucide/ Carbohidrati 5.64g, Zaharuri 0.12g, Fibre 0.23g, Proteine 6.26g, Sare 0.56g

Piept de curcan la gratar cu sos de lamaie 350g

piept de curcan file 220g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 110g, sos lemon butter 20g Alergeni: 12,1,2,3, Aditivi: Agenti de sechestrare: E331 E500ii, E14XX Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 100.09kcal / 419 kJ, Grasimi / Lipide 1.33g, Acizi grasi saturati 0.18g, Glucide/ Carbohidrati 4.85g, Zaharuri 0.29g, Fibre 0.83g, Proteine 16.77g, Sare 0.22g

Pulpa de rata cu varza calita 350g

pulpa de rata gatita 180g, varza alba murata 140g, bulion de tomate [tomate] 25g, piper negru 3g, foi dafin 2g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 140.4kcal / 587 kJ, Grasimi / Lipide 5.94g, Acizi grasi saturati 1.56g, Glucide/ Carbohidrati 2.59g, Zaharuri 0.77g, Fibre 1.29g, Proteine 14.29g, Sare 0.92g

Salata cu muschi de vita 400g

muschi de vita gatit fara adaos 100g, salata verde 100g, rucola 50g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 40g, gorgonzola 40g, branza brie 40g, rosii cherry 30g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 172.85kcal / 723 kJ, Grasimi / Lipide 11.18g, Acizi grasi saturati 5.98g, Glucide/ Carbohidrati 3.23g, Zaharuri 0.5g, Fibre 0.68g, Proteine 15.53g, Sare 0.99g

Creveti picanti 200g

creveti cruzi 150g, rosii cherry 15g, ardei verde iute 10g, chili fulgi 5g, patrunjel crud 5g, ulei de masline 5g, ceapa alba cruda 5g, usturoi proaspat 5g Alergeni: 4,8,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 121.17kcal / 507 kJ, Grasimi / Lipide 3.74g, Acizi grasi saturati 0.42g, Glucide/ Carbohidrati 3.44g, Zaharuri 0.48g, Fibre 0.41g, Proteine 18.34g, Sare 0.34g

Pui coquelet cu cartofi prajiti 700g

pui grill punga 500g, cartofi fry'n'dip 185g (produs / din produs congelat), condimente pentru pui 10g, usturoi proaspăt

5g Alergeni: 1,2,3,7,9,10,11, Aditivi: Agent antiaglomerant: E551

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 168.29kcal / 704 kJ, Grasimi / Lipide 9.41g, Acizi grași saturați 2.21g, Glucide/ Carbohidrați 1.57g, Zaharuri 0.34g, Fibre 0.1g, Proteine 14.26g, Sare 0.71g

Snitel de vitel cu chipsuri de cartofi 400g

antricot de vita crud 220g, cartofi fry'n'dip 150g (produs / din produs congelat), ou de găina 15g, pesmet ambalat 10g, făina albă

5g Alergeni: 1,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 208.69kcal / 873 kJ, Grasimi / Lipide 12.13g, Acizi grași saturați 4.31g, Glucide/ Carbohidrați 3.67g, Zaharuri 0.36g, Fibre 0.11g, Proteine 12.73g, Sare 0.15g

Snitel de pui cu sos gorgonzola și sparanghel 300g

piept de pui gătit fără piele 150g, gorgonzola 50g, sparanghel gătit 40g, Smantana vegetală de gătit (apa, grăsimi vegetale hidrogenate- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenți de îngroșare- E415, E407, emulgator E471, sare).

30g, ou de găina 20g, pesmet ambalat 10g Alergeni: 2,3,1, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de îngroșare: E407a Agent de încărcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 190.8kcal / 798 kJ, Grasimi / Lipide 9.82g, Acizi grași saturați 5.74g, Glucide/ Carbohidrați 4.22g, Zaharuri 0.78g, Fibre 0.37g, Proteine 21.16g, Sare 0.59g

Snitel de pui cu parmezan gratinat 300g

piept de pui file, fără piele 150g, cartofi rozmarin 100g, mozzarella pentru pizza baton 50g, sos de roșii 50g, pesmet 30g, oua consum 20g Alergeni: 12,2,3,1, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de încărcare: E415 Agenți de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 195.33kcal / 817 kJ, Grasimi / Lipide 7.02g, Acizi grași saturați 4.23g, Glucide/ Carbohidrați 13.97g, Zaharuri 1.08g, Fibre 1.12g, Proteine 17.75g, Sare 0.63g

Snitel The Globe

400g

piept de pui file, fara piele 150g, cartofi fry'n'dip 100g (produs / din produs congelat), pesmet 70g, telemea de vaca 60g, oua consum

20g Alergeni: 2,3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 196.15kcal / 821 kJ, Grasimi / Lipide 6.72g, Acizi grasi saturati 3.12g, Glucide/ Carbohidrati 13.77g, Zaharuri 0.88g, Fibre 0g, Proteine 14.5g, Sare 0.63g

Snitel vanatoresc

400g

piure de cartofi cu unt si lapte 160g, cotlet de porc 150g, pesmet 20g, oua consum 20g, smantana vegetala [apă, ulei de palmier (17%), zară praf, amidon modificat din porumb, maltodextrine, stabilizatori: gumă de guar (E412)] 20g, ciuperci champignon 20g, ceapa alba cruda 10g Alergeni: 2,3,1, Aditivi: Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 142.85kcal / 598 kJ, Grasimi / Lipide 6.02g, Acizi grasi saturati 3.1g, Glucide/ Carbohidrati 11.14g, Zaharuri 1.17g, Fibre 0.68g, Proteine 10.49g, Sare 0.45g

Salate speciale..

Salata cu creveti

400g

salata verde 210g, creveti fierti 50g, ton conserva in ulei 50g, lipie 20g, rosii 20g, ou de gaina fiert 20g, masline negre intregi, in saramura 20g, sunca presata 10g Alergeni: 4,1,3,5,10,9,2,7,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 83.33kcal / 349 kJ, Grasimi / Lipide 3.47g, Acizi grasi saturati 0.71g, Glucide/ Carbohidrati 4.82g, Zaharuri 0.65g, Fibre 0.85g, Proteine 8.05g, Sare 0.64g

Salata paesana

400g

salata verde 240g, ciuperci champignon crude 45g, mozzarella 30g, smantana 20% 20g, lipie 20g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 20g, rosii 20g, usturoi proaspat 5g Alergeni: 1,2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 83.11kcal / 348 kJ, Grasimi / Lipide 4.48g, Acizi grasi saturati 2.54g, Glucide/ Carbohidrati 6.53g, Zaharuri 0.9g, Fibre 1.09g, Proteine 4.97g, Sare 0.37g

Salata quattro formaggi

400g

salata verde 210g, lipie 40g, camembert [lapte de vaca pasteurizat, sare, culturi lactice, cheag, culturi de mucegai Penicillium candidum, Geotrichum candidum] 30g, mozzarella 30g, gorgonzola 30g, parmezan [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 30g, rosii cherry 30g Alergeni: 2,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 146.15kcal / 611 kJ, Grasimi / Lipide 8.96g, Acizi grasi saturati 5.26g, Glucide/ Carbohidrati 9.05g, Zaharuri 1.49g, Fibre 1.99g, Proteine 8.39g, Sare 0.89g

Salata cu somon

400g

salata verde 210g, file somon afumat 50g, andive crude 50g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 30g, ciuperci champignon 30g, lipie 20g, ulei de masline 10g Alergeni:

1,2,12,14,10,9,5,4,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 109.1kcal / 456 kJ, Grasimi / Lipide 6.37g, Acizi grasi saturati 1.84g, Glucide/ Carbohidrati 7.2g, Zaharuri 0.74g, Fibre 1.25g, Proteine 6.53g, Sare 0.77g

Salata mexicana

400g

salata verde 200g, lipie 50g, ardei gras galben 50g, ton bucati in suc propriu 40g, rosii 20g, ciuperci champignon 20g, porumb dulce 10g, ceapa 10g Alergeni: 1,5,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 60.2kcal / 252 kJ, Grasimi / Lipide 0.41g, Acizi grasi saturati 0.09g, Glucide/ Carbohidrati 10.33g, Zaharuri 0.98g, Fibre 1.27g, Proteine 4.25g, Sare 0.33g

Salata italiana

400g

salata verde 150g, piept de pui file, fara piele 120g, lipie 50g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 20g, mozzarella 20g, rosii 20g, ciuperci champignon 20g Alergeni: 1,2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 115.1kcal / 482 kJ, Grasimi / Lipide 3.67g, Acizi grasi saturati 1.69g, Glucide/ Carbohidrati 9.2g, Zaharuri 0.69g, Fibre 0.87g, Proteine 11.15g, Sare 0.47g

Salata di Roma 400g

salata verde 200g, lipie 50g, rosii 45g, telemea de vaca 40g, masline negre 30g, oua consum 20g, sunca presata 10g, busuioc maruntit [frunze de busuioc maruntite si deshidratate] 5g Alergeni:

1,2,3,10,9,7,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 97.68kcal / 409 kJ, Grasimi / Lipide 4.41g, Acizi grasi saturati 2.18g, Glucide/ Carbohidrati 10.14g, Zaharuri 1.62g, Fibre 1.4g, Proteine 4.8g, Sare 0.62g

Salat ton 400g

salata verde 200g, ton bucati in suc propriu 70g, lipie 60g, rosii 40g, ceapa 20g, ulei de masline 10g Alergeni: 1,5,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 88.3kcal / 369 kJ, Grasimi / Lipide 2.78g, Acizi grasi saturati 0.45g, Glucide/ Carbohidrati 10.65g, Zaharuri 1.06g, Fibre 1.19g, Proteine 5.69g, Sare 0.45g

Salata pui si parmezan 400g

salata verde 200g, piept de pui file, fara piele 140g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 20g, rucola 20g, mustar boabe 20g Alergeni: 2,10,8,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 95.25kcal / 399 kJ, Grasimi / Lipide 3.68g, Acizi grasi saturati 1.04g, Glucide/ Carbohidrati 3.98g, Zaharuri 0.7g, Fibre 0.73g, Proteine 11.41g, Sare 0.3g

Salata vegetariana 400g

salata verde 200g, lipie 50g, rosii 50g, castraveti cruzi 40g, ardei gras verde 30g, ceapa 20g, ulei de masline 10g Alergeni: 1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 69.13kcal / 289 kJ, Grasimi / Lipide 2.61g, Acizi grasi saturati 0.38g, Glucide/ Carbohidrati 10.06g, Zaharuri 1.44g, Fibre 1.34g, Proteine 2.11g, Sare 0.2g

Salata mediteraneana 400g

salata verde 200g, feta pdo 50g, lipie 40g, castraveti cruzi 30g, rosii 30g, ardei gras verde 30g, masline negre 20g Alergeni: 1,2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 80.15kcal / 335 kJ, Grasimi / Lipide

3.9g, Acizi grasi saturati 2.28g, Glucide/ Carbohidrati 8.33g, Zaharuri 1.14g, Fibre 1.21g, Proteine 3.9g, Sare 0.54g

Salata bulgareasaca

400g

salata verde 200g, telemea de vaca 50g, rosii 40g, ardei gras verde 40g, masline negre 30g, sunca presata 20g, oua consum

20g Alergeni: 2,3,10,9,7,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 73.47kcal / 307 kJ, Grasimi / Lipide 5.2g, Acizi grasi saturati 2.72g, Glucide/ Carbohidrati 3.21g, Zaharuri 1.2g, Fibre 1.06g, Proteine 4.28g, Sare 0.56g

Salata Cezar

300g

salata verde 200g, piept de pui gatit fara piele 80g, sos caesar 20g, parmezan 20g, file de ansoa 5g, crutoane simple 5g Alergeni: 1,5,2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 128.03kcal / 536 kJ, Grasimi / Lipide 6.9g, Acizi grasi saturati 1.93g, Glucide/ Carbohidrati 4.19g, Zaharuri 1.53g, Fibre 1.81g, Proteine 12.23g, Sare 0.84g

Salata orientala

300g

cartofi albi cruzi 200g, castraveti murati 30g, ardei 20g, masline negre 20g, ceapa galbena 20g, ulei floarea soarelui 10g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 88.3kcal / 369 kJ, Grasimi / Lipide 4.06g, Acizi grasi saturati 0.5g, Glucide/ Carbohidrati 11.51g, Zaharuri 0.97g, Fibre 1.73g, Proteine 0.78g, Sare 0.42g

Paste

Spaghete cu creveti si usturoi

350g

spaghete 135g, creveti fierti 100g (produs / din produs congelat), rosii 50g, sos de rosii 50g, ulei de masline 10g, usturoi proaspat

5g Alergeni: 4,3,1, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 199.06kcal / 833 kJ, Grasimi / Lipide 3.5g, Acizi grasi saturati 0.63g, Glucide/ Carbohidrati 31.61g, Zaharuri 2.4g, Fibre 0.43g, Proteine 10.05g, Sare 0.41g

Spaghete milaneze

350g

spaghete 180g, sunca presata 60g, sos de rosii 50g, ciuperci champignon 50g, usturoi proaspat 5g, busuioc 5g Alergeni:

3,1,10,9,2,7, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 234.26kcal / 980 kJ, Grasimi / Lipide 3.38g, Acizi grasi saturati 1.28g, Glucide/ Carbohidrati 41.72g, Zaharuri 2.99g, Fibre 0.4g, Proteine 9.08g, Sare 0.51g

Spaghete carbonara

350g

paste 200g, bucati bacon 65g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 40g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 20g, galbenus de ou 20g, piper negru 5g Alergeni:

3,1,2, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 222.09kcal / 929 kJ, Grasimi / Lipide 10.8g, Acizi grasi saturati 6.07g, Glucide/ Carbohidrati 19.85g, Zaharuri 0.62g, Fibre 0.93g, Proteine 9.12g, Sare 1.02g

Spaghete cu fructe de mare

350g

spaghete 200g, fructe de mare 100g (produs / din produs congelat), sos de rosii 40g, usturoi proaspat 10g Alergeni: 4,3,1, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 240.6kcal / 1007 kJ, Grasimi / Lipide 0.93g, Acizi grasi saturati 0.29g, Glucide/ Carbohidrati 45.52g, Zaharuri 2.69g, Fibre 0.24g, Proteine 11.86g, Sare 0.36g

Pene all arrabbiata

350g

pene cu oua 200g, sos de rosii 50g Alergeni: 3,1, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 220.71kcal / 923 kJ, Grasimi / Lipide 1.31g, Acizi grasi saturati 0.29g, Glucide/ Carbohidrati 44.37g, Zaharuri 2.75g, Fibre 0.23g, Proteine 7.66g, Sare 0.19g

Pene bolognese

350g

pene cu oua 150g, carne de vita cruda tocata 70%/ 30% 100g, sos de rosii 60g, morcov crud 15g, ceapa alba cruda 15g, telina radacina 10g Alergeni: 9,3,1, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 266.97kcal / 1117 kJ, Grasimi / Lipide 9.58g, Acizi grasi saturati 3.59g, Glucide/ Carbohidrati 34.7g, Zaharuri 2.53g, Fibre 0.5g, Proteine 10.09g, Sare 0.29g

Penne quattro formaggi

350g

pene cu oua 170g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 60g, mozzarella 50g, gorgonzola 40g, parmezan [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 30g Alergeni: 2,3,1, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 346.97kcal / 1452 kJ, Grasimi / Lipide 14.7g, Acizi grasi saturati 9.43g, Glucide/ Carbohidrati 39.94g, Zaharuri 3.73g, Fibre 1.06g, Proteine 14.61g, Sare 0.87g

Penne siciliene gratinate la cuptor

350g

pene cu oua 150g, sos de rosii 50g, mozzarella 40g, piept de pui file, fara piele 40g, ciuperci champignon 40g, bucatele de bacon 30g Alergeni: 2,3,1, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 260.43kcal / 1090 kJ, Grasimi / Lipide 6.4g, Acizi grasi saturati 2.27g, Glucide/ Carbohidrati 36.74g, Zaharuri 2.41g, Fibre 1.22g, Proteine 13.92g, Sare 0.63g

Tortellini all panna

350g

Metro Chef tortellini cu carne {72% paste cu OU [faina de GRAU dur, OU (19.4%)], 28% umplutura [carne de porc (40.8%), PESMET (faina de GRAU, apa, drojdie de bere, sare), ulei vegetal de floarea soarelui, fibre de GRAU, OU, sare, fulgi de cartofi, zer praf din LAPTE, arome (contin GRAU), ceapa, condimente, BRANZA Geana Padano cu Denumire de Origine Controlata (DOP) (LAPTE, sare, cheag, conservant: lizozima din OU), antioxidant: extract de rozmarin]} 210g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 50g, ciuperci champignon 30g, sunca presata 20g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 20g, oua consum 20g Alergeni: 2,3,10,9,7,1, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415 Antioxidant: E392 Conservant: E1105

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 315.03kcal / 1318 kJ, Grasimi / Lipide 11.29g, Acizi grasi saturati 6.4g, Glucide/ Carbohidrati 41.07g, Zaharuri 1.95g, Fibre 0.09g, Proteine 11.45g, Sare 0.97g

Tortellini la cuptor

350g

Metro Chef tortellini cu carne {72% paste cu OU [faina de GRAU dur, OU (19.4%)], 28% umplutura [carne de porc (40.8%), PESMET (faina de GRAU, apa, drojdie de bere, sare), ulei vegetal de floarea soarelui, fibre de GRAU, OU, sare, fulgi de cartofi, zer praf din LAPTE, arome (contin GRAU), ceapa, condimente, BRANZA Geana Padano cu Denumire de Origine Controlata (DOP) (LAPTE, sare, cheag, conservant: lizozima din OU), antioxidant: extract de rozmarin]} 200g, mozzarella 40g, bucatele de bacon 30g, ciuperci champignon 30g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 30g, sos de rosii 20g Alergeni: 2,1,3,7, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415 Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Conservant: E1105

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 323.86kcal / 1355 kJ, Grasimi / Lipide 11.65g, Acizi grasi saturati 5.59g, Glucide/ Carbohidrati 41.18g, Zaharuri 1.86g, Fibre 1.05g, Proteine 13.11g, Sare 1.09g

Tagliatelle cu vegetale

350g

tagliatelle 200g, ciuperci champignon 40g, vinete crude 35g, dovlecei 35g, sos de rosii 20g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 20g Alergeni: 1,2, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 228.43kcal / 956 kJ, Grasimi / Lipide 2.55g, Acizi grasi saturati 1.47g, Glucide/ Carbohidrati 43.14g, Zaharuri 3.37g, Fibre 2.66g, Proteine 7.61g, Sare 0.14g

Tagliatelle somon si caviar

350g

tagliatelle 200g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 90g, file somon afumat 50g, icre somon 10g Alergeni: 14,10,9,5,4,12,1,2, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 311.57kcal / 1304 kJ, Grasimi / Lipide 9.49g, Acizi grasi saturati 6.38g, Glucide/ Carbohidrati 44.24g, Zaharuri 3.3g, Fibre 2.06g, Proteine 11.27g, Sare 0.54g

Lasagna

250g

lapte de vaca 3% 100g, carne de vita cruda tocata 70%/ 30% 95g, parmezan [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 40g, foi lasagna uscate 30g, sos de rosii 30g, morcov fiert 20g, faina alba 13g, ceapa galbena 10g, unt 65% 10g, nucsoara macinata 2g Alergeni: 1,2, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330 Agent de incarcare: E415 E440a Agent gelatinizant: E508 Colorant: E101 Conservant: E200 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 313.17kcal / 1310 kJ, Grasimi / Lipide 20.27g, Acizi grasi saturati 9.36g, Glucide/ Carbohidrati 18.9g, Zaharuri 4.96g, Fibre 3.76g, Proteine 13.75g, Sare 0.88g

Eztra parmezan

50g

parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 50g Alergeni: 2,
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 421kcal / 1761 kJ, Grasimi / Lipide
28g, Acizi grasi saturati 15.5g, Glucide/ Carbohidrati 12.4g, Zaharuri 0.08g, Fibre 0g,
Proteine 29.6g, Sare 4.38g

Pizza

Pizza Casei

440g

aluat integral pizza 120g, sunca 80g, mozzarella 80g, sos de rosii
80g, carnati afumati 20g, salam uscat 20g, masline feliate 20g,
ciuperci champignon 20g Alergeni: 1,2,7,9,10, Aditivi: Agent
antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent
de ingrosare: E412, E407 Agenti de sechestrare: E330 E262ii
Antioxidant: E316 Conservant: E250
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 234.32kcal / 980 kJ, Grasimi / Lipide
11.35g, Acizi grasi saturati 4.33g, Glucide/ Carbohidrati 21.39g, Zaharuri 3.09g,
Fibre 1.64g, Proteine 11.97g, Sare 1.35g

Pizza Taraneasca

440g

aluat integral pizza 130g, sunca 80g, mozzarella 80g, sos de rosii
80g, bucatele de bacon 30g, carnati afumati 20g, ceapa alba cruda
20g Alergeni: 1,2,7,9, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de
afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412, E407
Agenti de sechestrare: E330 E262ii Antioxidant: E316 Conservant:
E250
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 246.61kcal / 1032 kJ, Grasimi /
Lipide 10.56g, Acizi grasi saturati 3.92g, Glucide/ Carbohidrati 24.58g, Zaharuri
3.07g, Fibre 2.43g, Proteine 13.48g, Sare 1.4g

Pizza Salami

440g

aluat integral pizza 150g, mozzarella 120g, sos de rosii 90g, salam
uscat 40g, masline feliate 40g Alergeni: 1,2,7,10, Aditivi: Agent
antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent
de ingrosare: E412 Agenti de sechestrare: E330
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 273.73kcal / 1145 kJ, Grasimi /

Lipide 13.97g, Acizi grasi saturati 5.18g, Glucide/ Carbohidrati 26.22g, Zaharuri 3.23g, Fibre 1.43g, Proteine 11.22g, Sare 1.09g

Pizza Ton

440g

aluat integral pizza 150g, mozzarella 110g, sos de rosii 90g, ton maruntit in suc propriu 50g, masline feliate 30g, ceapa alba cruda 10g Alergeni: 1,2,7,5, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 232.98kcal / 975 kJ, Grasimi / Lipide 9.32g, Acizi grasi saturati 3.6g, Glucide/ Carbohidrati 25.95g, Zaharuri 3.1g, Fibre 1.58g, Proteine 11.87g, Sare 0.93g

Pizza Diavola

440g

aluat integral pizza 120g, sunca 80g, mozzarella 80g, sos de rosii 80g, ceapa alba cruda 35g, salam uscat 20g, ciuperci champignon 20g, METRO Chef Peperoncini Maruntit (ardei iute (peperoncini) maruntit) 5g Alergeni: 1,2,7,9,10, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412, E407 Agenti de sechestrare: E330 E262ii Antioxidant: E316 Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 220.86kcal / 924 kJ, Grasimi / Lipide 9.8g, Acizi grasi saturati 3.97g, Glucide/ Carbohidrati 22.04g, Zaharuri 3.39g, Fibre 1.74g, Proteine 11.2g, Sare 1.36g

Pizza de Post

440g

faina alba de grau 550 pentru pizza 200g, sos de rosii 80g, ardei gras rosu 40g, ceapa alba cruda 35g, masline feliate 30g, ciuperci champignon 30g, porumb dulce 20g, drojdie 5g Alergeni: 1, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 192.61kcal / 806 kJ, Grasimi / Lipide 1.61g, Acizi grasi saturati 0.11g, Glucide/ Carbohidrati 38.61g, Zaharuri 1.49g, Fibre 1.43g, Proteine 5.87g, Sare 0.36g

Pizza Prosciutto e Funghi

440g

aluat integral pizza 120g, sunca 80g, mozzarella 80g, sos de rosii 80g, ciuperci champignon 80g Alergeni: 1,2,7,9, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412, E407 Agenti de sechestrare: E330 E262ii Antioxidant: E316 Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 195kcal / 816 kJ, Grasimi / Lipide 7.69g, Acizi grasi saturati 3.26g, Glucide/ Carbohidrati 21.28g, Zaharuri 3.23g, Fibre 1.78g, Proteine 10.6g, Sare 1.18g

Pizza Quattro Stagioni

440g

aluat integral pizza 120g, sunca 80g, mozzarella 80g, sos de rosii 80g, masline feliate 40g, salam uscat 20g, ciuperci champignon 20g Alergeni: 1,2,7,9,10, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412, E407 Agenti de sechestrare: E330 E262ii Antioxidant: E316 Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 227.95kcal / 954 kJ, Grasimi / Lipide 11.02g, Acizi grasi saturati 3.93g, Glucide/ Carbohidrati 21.63g, Zaharuri 3.05g, Fibre 1.64g, Proteine 10.99g, Sare 1.54g

Pizza di Roma

440g

aluat integral pizza 120g, mozzarella 80g, sos de rosii 80g, sunca 70g, ciuperci champignon 40g, piept de pui gatit fara piele 30g, oua consum 20g Alergeni: 1,2,7,9,3, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412, E407 Agenti de sechestrare: E330 E262ii Antioxidant: E316 Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 208.43kcal / 872 kJ, Grasimi / Lipide 8.19g, Acizi grasi saturati 3.42g, Glucide/ Carbohidrati 20.95g, Zaharuri 2.95g, Fibre 1.65g, Proteine 12.77g, Sare 1.04g

Pizza Quatro Formaggi 440g

aluat integral pizza 200g, mozzarella 70g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 70g, gorgonzola 50g, parmezan 50g Alergeni: 1,2,7, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412, E407a Emulsifiant: E471 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 339.45kcal / 1420 kJ, Grasimi / Lipide 16.9g, Acizi grasi saturati 9.52g, Glucide/ Carbohidrati 34.13g, Zaharuri 5.32g, Fibre 3.05g, Proteine 14.24g, Sare 1.6g

Pizza cu fructe de mare 440g

aluat integral pizza 150g, mozzarella 120g, sos de rosii 90g, fructe de mare 80g Alergeni: 1,2,7,4, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 231.27kcal / 968 kJ, Grasimi / Lipide 8.83g, Acizi grasi saturati 3.94g, Glucide/ Carbohidrati 25.72g, Zaharuri 3.1g, Fibre 1.55g, Proteine 12.77g, Sare 1.02g

Pizza Margherita 350g

aluat integral pizza 150g, mozzarella 120g, sos de rosii 75g, oregano maruntit 5g Alergeni: 1,2,7, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 275.34kcal / 1152 kJ, Grasimi / Lipide 11.02g, Acizi grasi saturati 4.93g, Glucide/ Carbohidrati 32.32g, Zaharuri 4.4g, Fibre 1.97g, Proteine 12.29g, Sare 1.02g

Focaccia simpla 300g

aluat integral pizza 280g, ulei de masline 15ml, oregano uscat 5g Alergeni: 1,2,7, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 377.62kcal / 1580 kJ, Grasimi / Lipide 9.74g, Acizi grasi saturati 0.69g, Glucide/ Carbohidrati 64.52g, Zaharuri 6.73g, Fibre 4.07g, Proteine 10.14g, Sare 0.93g

Focaccia cu parmezan

300g

aluat integral pizza 240g, parmezan 40g, ulei de masline 15ml, oregano uscat 5g Alergeni: 1,2,7, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 386.15kcal / 1616 kJ, Grasimi / Lipide 12.76g, Acizi grasi saturati 2.76g, Glucide/ Carbohidrati 57.12g, Zaharuri 7.43g, Fibre 5.24g, Proteine 12.66g, Sare 1.38g

Focaccia cu usturoi

300g

aluat integral pizza 270g, ulei de masline 15ml, usturoi crud 10g, oregano uscat 5g Alergeni: 1,2,7, Aditivi: Agent antiaglomerant: E500 Agent de afanare: E450 Colorant: E101 Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 370.48kcal / 1550 kJ, Grasimi / Lipide 9.57g, Acizi grasi saturati 0.69g, Glucide/ Carbohidrati 63.2g, Zaharuri 6.49g, Fibre 4.04g, Proteine 10g, Sare 0.9g

Peste si fructe de mare

Hamsie prajita cu lamaie

180g

Hamsie 150g, lamaie 30g Alergeni: 4,5,14,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 223.17kcal / 934 kJ, Grasimi / Lipide 15.88g, Acizi grasi saturati 0.01g, Glucide/ Carbohidrati 6.56g, Zaharuri 0.42g, Fibre 0.47g, Proteine 13.52g, Sare 0g

File de salau gratinat la cuptor

250g

salau de nil calibrul 300/500 150g (produs / din produs congelat), mozzarella 20g, oua consum 20g, ulei de floarea soarelui 15g, ciuperci champignon 15g, pesmet 10g, lamaie 10g, faina alba 10g, condimente pentru peste 5g Alergeni: 1,2,7,9,10,11,3,5, Aditivi: Agent antiaglomerant: E551 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 167.64kcal / 701 kJ, Grasimi / Lipide 8.7g, Acizi grasi saturati 1.92g, Glucide/ Carbohidrati 7.81g, Zaharuri 0.54g, Fibre 0.36g, Proteine 15.49g, Sare 1.02g

Rulouri de salu gratinat cu broccoli 200g

salau de nil calibrul 300/500 150g (produs / din produs congelat), mozzarella 20g, broccoli congelat buchetele 20g (produs / din produs congelat), Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 10g Alergeni: 2,5, Aditivi: Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 100.75kcal / 422 kJ, Grasimi / Lipide 4.04g, Acizi grasi saturati 2.53g, Glucide/ Carbohidrati 1.2g, Zaharuri 0.36g, Fibre 0.3g, Proteine 16.77g, Sare 0.54g

Salau meuniere 200g

salau de nil calibrul 300/500 150g (produs / din produs congelat), pesmet 10g, faina alba de grau 10g, oua consum 10g, unt 57% 5g, vin alb sec 5g, lamaie 5g, capere conservate 5g Alergeni: 1,3,5,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 115.4kcal / 483 kJ, Grasimi / Lipide 2.61g, Acizi grasi saturati 1.02g, Glucide/ Carbohidrati 7.77g, Zaharuri 0.38g, Fibre 0.15g, Proteine 16.35g, Sare 0.63g

Pastrav copt cu vin si sos de lamaie 250g

pastrav eviscerat 230g (produs / din produs congelat), unt 57% 5g, vin alb sec 5g, lamaie 5g, patrunjel crud 3g, marar 2g Alergeni: 5,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 105.56kcal / 442 kJ, Grasimi / Lipide 1.62g, Acizi grasi saturati 1.53g, Glucide/ Carbohidrati 1.29g, Zaharuri 0.08g, Fibre 0.11g, Proteine 11.15g, Sare 0.46g

Somon la gratar cu capere 200g

somon crud 185g (produs / din produs congelat), unt 57% 5g, lamaie 5g, capere conservate 5g Alergeni: 5,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 131.98kcal / 552 kJ, Grasimi / Lipide

5.53g, Acizi grasi saturati 1.52g, Glucide/ Carbohidrati 0.36g, Zaharuri 0.08g, Fibre 0.15g, Proteine 19.08g, Sare 0.32g

Dorada la gratar cu lamaie 350g

dorada gatita 300g (produs / din produs congelat), lamaie

50g Alergeni: 5,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 118.14kcal / 494 kJ, Grasimi / Lipide 2.99g, Acizi grasi saturati 0.7g, Glucide/ Carbohidrati 1.42g, Zaharuri 0.39g, Fibre 0.4g, Proteine 20.56g, Sare 0.8g

Sea bass 350g

biban de mare gatit 350g (produs / din produs congelat) Alergeni:

5,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 152kcal / 636 kJ, Grasimi / Lipide 6.22g, Acizi grasi saturati 1.14g, Glucide/ Carbohidrati 0.1g, Zaharuri 0.04g, Fibre 0g, Proteine 22.5g, Sare 0.99g

Crap prajit cu mamaliguta 350g

crap crud 200g (produs / din produs congelat), mamaliga (apa, malai, sare iodata) 140g, malai 10g Alergeni: 5,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 108.51kcal / 454 kJ, Grasimi / Lipide 3.46g, Acizi grasi saturati 0.63g, Glucide/ Carbohidrati 7.64g, Zaharuri 0.02g, Fibre 0.53g, Proteine 11.04g, Sare 0.29g

Frigaruie de creveti cu somon 200g

somon crud 135g (produs / din produs congelat), creveti cruzi

31/40 50g (produs / din produs congelat), miere poliflora 5g,

portocale 5g, curry 5g Alergeni: 5,4,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 125.37kcal / 525 kJ, Grasimi / Lipide 3.03g, Acizi grasi saturati 0.03g, Glucide/ Carbohidrati 3.5g, Zaharuri 3.2g, Fibre 0.35g, Proteine 18.05g, Sare 0g

Creveti gratinati cu sos de rosii si busuioc 120g

creveti cruzi 31/40 84g (produs / din produs congelat), mozzarella 20g, sos de rosii 10g, sos ardei rosu 2g, usturoi crud 2g, busuioc

2g Alergeni: 2,4, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 117.69kcal / 492 kJ, Grasimi / Lipide 4.79g, Acizi grasi saturati 2.59g, Glucide/ Carbohidrati 2.33g, Zaharuri 0.68g, Fibre 0.18g, Proteine 16.33g, Sare 0.56g

Calamar pane 200g

inele calamar 145g (produs / din produs congelat), sos de rosii 20g, pesmet paine auriu plante aromatice 12g, faina alba de grau 10g, oua consum 10g, chili fulgi 3g Alergeni: 8,1,10,3,11,2,7, Aditivi:

Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 124.78kcal / 522 kJ, Grasimi / Lipide 1.69g, Acizi grasi saturati 0.25g, Glucide/ Carbohidrati 11.57g, Zaharuri 0.51g, Fibre 0.1g, Proteine 13.11g, Sare 0.31g

Calamar la gratar 200g

calamari intregi fara piele, cruzi 180g (produs / din produs congelat), unt 57% 5g, patrunjel crud 5g, lamaie 5g, marar 5g Alergeni: 14,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 79.8kcal / 334 kJ, Grasimi / Lipide 2.3g, Acizi grasi saturati 1.03g, Glucide/ Carbohidrati 0.66g, Zaharuri 0.09g, Fibre 0.21g, Proteine 14.17g, Sare 0.73g

Caracatita in sos de lamaie si usturoi 200g

tentacule prefierte de caracatita 150g (produs / din produs congelat), ulei de masline 12g, unt 57% 10g, rosii cherry 10g, faina alba de grau 5g, lamaie 5g, usturoi crud 5g, piper negru 3g Alergeni: 1,14,5,4,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 157.17kcal / 658 kJ, Grasimi / Lipide 9.25g, Acizi grasi saturati 2.73g, Glucide/ Carbohidrati 4.37g, Zaharuri 0.14g, Fibre 0.63g, Proteine 15.01g, Sare 0.72g

Cocktail de fructe de mare la gratar 250g

midii gatite 50g (produs / din produs congelat), calamar baby california calibrul 12-14cm, congelat 50g (produs / din produs congelat), tentacule caracatita prefiarta 50g (produs / din produs congelat), creveti cruzi 31/40 50g (produs / din produs congelat), inele calamar 30g (produs / din produs congelat), sos de rosii 20g Alergeni: 14,4,12,5,3, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 101.77kcal / 426 kJ, Grasimi / Lipide 1.7g, Acizi grasi saturati 0.53g, Glucide/ Carbohidrati 4.93g, Zaharuri 0.44g, Fibre 0.13g, Proteine 16.28g, Sare 1.06g

Scoici in sos rosu cu usturoi 450g

midii crude 300g (produs / din produs congelat), sos de rosii 75g, patrunjel crud 30g, vin alb sec 20g, busuioc 12g, usturoi crud 10g, piper negru 3g Alergeni: 14, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 74.45kcal / 311 kJ, Grasimi / Lipide 1.58g, Acizi grasi saturati 0.3g, Glucide/ Carbohidrati 5.21g, Zaharuri 0.65g, Fibre 0.72g, Proteine 8.72g, Sare 0.68g

Midii pane 250g

midii gatite 180g (produs / din produs congelat), lamaie 30g, pesmet 20g, oua consum 20g Alergeni: 14,3,1,
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 170.04kcal / 711 kJ, Grasimi / Lipide 4.42g, Acizi grasi saturati 1g, Glucide/ Carbohidrati 12.38g, Zaharuri 0.56g, Fibre 0.34g, Proteine 19.36g, Sare 1.75g

Tocanita de rapane cu mamaliguta 400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, carne de rapane 120g (produs / din produs congelat), sos de rosii 70g, ardei gras rosu 40g, ceapa galbena 20g Alergeni: 14,5,4, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 60.68kcal / 254 kJ, Grasimi / Lipide 0.45g, Acizi grasi saturati 0.04g, Glucide/ Carbohidrati 15.08g, Zaharuri 2.56g, Fibre 0.89g, Proteine 9.73g, Sare 0.46g

Piept de pui la gratar cu rosie coapta

400g

piept de pui file, fara piele 200g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfit de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 150g, rosii 50g Alergeni: 12, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 95.63kcal / 400 kJ, Grasimi / Lipide 1.83g, Acizi grasi saturati 0.34g, Glucide/ Carbohidrati 6.01g, Zaharuri 0.5g, Fibre 1.11g, Proteine 12.56g, Sare 0.14g

Pui gorgonzola

350g

piept de pui file, fara piele 150g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfit de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 150g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 30g, gorgonzola 20g Alergeni: 2,12, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415 Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 130.29kcal / 545 kJ, Grasimi / Lipide 5.49g, Acizi grasi saturati 3.21g, Glucide/ Carbohidrati 7.03g, Zaharuri 0.56g, Fibre 1.1g, Proteine 12.36g, Sare 0.34g

Pui Diavola

400g

piept de pui file, fara piele 150g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfit de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 150g, sos de rosii 30g, morcov crud 20g, vinete crude 20g, dovlecei 20g, ardei verde iute 8g, sos tabasco 2g Alergeni: 12, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 85.86kcal / 359 kJ, Grasimi / Lipide 1.29g, Acizi grasi saturati 0.06g, Glucide/ Carbohidrati 7.14g, Zaharuri 1.06g, Fibre 1.45g, Proteine 9.78g, Sare 0.18g

Snitel de pui cu rucola

350g

piept de pui file, fara piele 150g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfit de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 120g, oua consum 20g, rosii 15g, rucola 15g, pesmet 10g, ceapa rosie 10g, ulei de masline 5g, busuioc maruntit [frunze de busuioc maruntite si deshidratate] 5g Alergeni: 12,3,1, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 121.16kcal / 507 kJ, Grasimi / Lipide 3.77g, Acizi grasi saturati 0.75g, Glucide/ Carbohidrati 8.41g, Zaharuri 1.07g, Fibre 1.31g, Proteine 12.28g, Sare 0.17g

Snitel de pui cu cartofi prajiti

350g

cartofi fry'n'dip [cartofi, ulei de floarea soarelui] 170g, piept de pui file, fara piele 150g, oua consum 20g, pesmet 10g Alergeni: 3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 142.26kcal / 595 kJ, Grasimi / Lipide 4.31g, Acizi grasi saturati 0.79g, Glucide/ Carbohidrati 3.17g, Zaharuri 0.35g, Fibre 1.46g, Proteine 12.03g, Sare 0.14g

Piept de pui gratinat

400g

piept de pui file, fara piele 150g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfit de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 150g, Metro Chef Cascaval Clasic (LAPTE de vaca crud, cheag, sare) 40g, bacon [piept de porc fara os, apa, sare] 20g, ciuperci champignon 20g, Smantana vegetala de gatit (apa, grasime vegetala hidrogenata- ulei de palmier 23%, zer lapte, lapte praf, amidon de porumb, agenti de ingrosare- E415, E407, emulgator E471, sare). 20g Alergeni: 12,1,2,7,9,10, Aditivi: Antioxidant: E301, E223, E300 Agent de incarcare: E415 Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E407a Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 140.18kcal / 587 kJ, Grasimi / Lipide 6.74g, Acizi grasi saturati 3.36g, Glucide/ Carbohidrati 6.04g, Zaharuri 0.5g, Fibre 1.03g, Proteine 12.67g, Sare 0.58g

Pulpa de pui la gratar cu rozmarin

350g

pulpa de pui cruda 200g, cartof copt 125g, smantana 12% 20g, rozmarin proaspat 5g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 168.8kcal / 706 kJ, Grasimi / Lipide 10.29g, Acizi grasi saturati 3.08g, Glucide/ Carbohidrati 8.24g, Zaharuri 0.76g, Fibre 0.74g, Proteine 10.32g, Sare 0.29g

Pui Maltez

350g

piept de pui file, fara piele 150g, mozzarella 90g, sos de rosii 40g, ciuperci champignon 30g, mazare fiarta 30g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 10g Alergeni: 2, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 155.26kcal / 650 kJ, Grasimi / Lipide 8.4g, Acizi grasi saturati 4.37g, Glucide/ Carbohidrati 2.91g, Zaharuri 0.89g, Fibre 0.51g, Proteine 16.73g, Sare 0.42g

Fajita de pui 350g

piept de pui file, fara piele 150g, orez alb gatit 100g, ardei gras rosu 20g, ardei gras verde 20g, smantana 20% 15g, knorr sos de soia 10g, mazare verde fina 10g, morcov crud 10g, ceapa 10g, curry 5g, sos soia Alergeni: 1,7,2, Aditivi: E14XX Conservant: E202

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 117.96kcal / 494 kJ, Grasimi / Lipide 2.32g, Acizi grasi saturati 0.87g, Glucide/ Carbohidrati 12.2g, Zaharuri 3.16g, Fibre 0.82g, Proteine 11.13g, Sare 0.6g

Ciulama de pui cu ciuperci si mamaliguta 350g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, piept de pui gatit fara piele 150g, faina alba de grau 100g, ciuperci champignon 35g, smantana vegetala [apă, ulei de palmier (17%), zară praf, amidon modificat din porumb, maltodextrine, stabilizatori: gumă de guar (E412)] 10g, concentrat de pui 5g Alergeni: 3,1, Aditivi: Colorant: E150c Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aroma: E621, E631, E627 Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 207.93kcal / 870 kJ, Grasimi / Lipide 2.45g, Acizi grasi saturati 1.04g, Glucide/ Carbohidrati 27.04g, Zaharuri 1.05g, Fibre 0.45g, Proteine 18.46g, Sare 0.31g

Ostropel de pui cu piure 350g

pulpe de pui, gatite 150g, piure de cartofi cu unt si lapte 150g, sos de rosii 40g, usturoi crud 10g, concentrat de pui 5g Alergeni: 2,3, Aditivi: Colorant: E150c Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aroma: E621, E631, E627

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 156.64kcal / 655 kJ, Grasimi / Lipide 7.74g, Acizi grasi saturati 2.99g, Glucide/ Carbohidrati 11.02g, Zaharuri 1.01g, Fibre 1g, Proteine 10.1g, Sare 1.11g

Pui hanghai 180g

piept de pui file, fara piele 150g, pesmet 10g, mustar 10g, oua consum 10g Alergeni: 10,3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 133.56kcal / 559 kJ, Grasimi / Lipide 3.18g, Acizi grasi saturati 0.75g, Glucide/ Carbohidrati 4.41g, Zaharuri 0.22g, Fibre 0.24g, Proteine 20.49g, Sare 0.32g

Ciocanele la ceaun cu mujdei si cartofi prajiti 350g

pulpe de pui crude 200g, cartofi fry'n'dip [cartofi, ulei de floarea soarelui] 130g (produs / din produs congelat), apa 10g, usturoi crud 5g, condimente pentru pui 5g Alergeni: 1,2,3,7,9,10,11, Aditivi:

Agent antiaglomerant: E551

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 218.8kcal / 915 kJ, Grasimi / Lipide 11.37g, Acizi grasi saturati 2.76g, Glucide/ Carbohidrati 6.89g, Zaharuri 0.3g, Fibre 1.41g, Proteine 13.45g, Sare 1.01g

Aripioare in sos barbeque cu cartofi prajiti 350g

aripi de pui 200g, cartofi fry'n'dip [cartofi, ulei de floarea soarelui] 130g (produs / din produs congelat), sos barbeque 15g, condimente pentru pui 5g Alergeni: 10,1,2,3,7,9,11, Aditivi: Agent

antiaglomerant: E551

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 168.2kcal / 704 kJ, Grasimi / Lipide 8.88g, Acizi grasi saturati 2.47g, Glucide/ Carbohidrati 3.27g, Zaharuri 1.77g, Fibre 1.22g, Proteine 10.77g, Sare 1.94g

Ficatei la tigaie cu ceapa 200g

ficat de pui prajit 180g, ceapa alba cruda 10g, ulei floarea soarelui 10g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 275.3kcal / 1152 kJ, Grasimi / Lipide 17.88g, Acizi grasi saturati 3.56g, Glucide/ Carbohidrati 7.18g, Zaharuri 0.02g, Fibre 0.32g, Proteine 20.09g, Sare 1.11g

Ficatei la gratar 200g

ficat de pui fript 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 172kcal / 720 kJ, Grasimi / Lipide 6.43g, Acizi grasi saturati 2.03g, Glucide/ Carbohidrati 1.11g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 25.8g, Sare 0.23g

File de porc cu parmezan la cuptor

350g

cotlet de porc 200g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 100g, dovlecei 15g, bacon afumat 15g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 10g, sos de rosii 10g Alergeni: 2,7,12, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415 Agenti de sechestrare: E330
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 136.96kcal / 573 kJ, Grasimi / Lipide 5.84g, Acizi grasi saturati 2.2g, Glucide/ Carbohidrati 4.97g, Zaharuri 0.43g, Fibre 0.82g, Proteine 14.79g, Sare 0.41g

Cotlet de porc la gratar

350g

cotlet de porc 200g, rosii 30g, vinete crude 30g, dovlecei 30g, ardei gras rosu 20g, ciuperci champignon 20g, ceapa 20g
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 98.74kcal / 413 kJ, Grasimi / Lipide 4.07g, Acizi grasi saturati 1.42g, Glucide/ Carbohidrati 2.17g, Zaharuri 1.34g, Fibre 0.72g, Proteine 12.9g, Sare 0.07g

File de porc cu ciuperci si sos de vin

350g

cotlet de porc 200g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 100g, ciuperci champignon 20g, vin alb sec 10g, smantana vegetala light, lichida 10g, unt 57% 5g, faina alba de grau 5g Alergeni: 12,1,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471 Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 132.23kcal / 553 kJ, Grasimi / Lipide 5.29g, Acizi grasi saturati 1.91g, Glucide/ Carbohidrati 5.76g, Zaharuri 0.57g, Fibre 0.79g, Proteine 13.65g, Sare 0.13g

Ceafa de porc la gratar

350g

ceafa de porc cruda 200g, rosii 30g, vinete crude 30g, dovlecei 30g, ardei gras rosu 20g, ciuperci champignon 20g, ceapa 20g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 177.03kcal / 741 kJ, Grasimi / Lipide 12.33g, Acizi grasi saturati 4.51g, Glucide/ Carbohidrati 2.17g, Zaharuri 1.34g, Fibre 0.72g, Proteine 13.87g, Sare 0.1g

Valdostana

350g

cotlet de porc 150g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 100g, rosii 30g, Metro Chef Cascaval Clasic (LAPTE de vaca crud, cheag, sare) 30g, sunca presata 20g, ciuperci champignon 20g Alergeni: 12,10,9,2,7,3,1, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 130.2kcal / 545 kJ, Grasimi / Lipide 6.11g, Acizi grasi saturati 2.48g, Glucide/ Carbohidrati 4.96g, Zaharuri 0.53g, Fibre 0.89g, Proteine 12.83g, Sare 0.48g

Snitel de porc

350g

cotlet de porc 150g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 120g, oua consum 20g, rosii 15g, rucola 15g, pesmet 10g, ceapa rosie 10g, ulei de masline 5g, busuioc maruntit [frunze de busuioc maruntite si deshidratate] 5g Alergeni: 12,3,1, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 136.16kcal / 570 kJ, Grasimi / Lipide 5.62g, Acizi grasi saturati 1.56g, Glucide/ Carbohidrati 8.41g, Zaharuri 1.07g, Fibre 1.31g, Proteine 11.9g, Sare 0.17g

Snitel de porc cu piure

350g

piure de cartofi cu unt si lapte 170g, cotlet de porc 150g, oua consum 20g, pesmet 10g Alergeni: 2,3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 141.71kcal / 593 kJ, Grasimi / Lipide 5.78g, Acizi grasi saturati 2.58g, Glucide/ Carbohidrati 10.31g, Zaharuri 0.8g, Fibre 0.73g, Proteine 11.33g, Sare 0.48g

Gratar

Ceafa de porc la gratar

200g

ceafa de porc cruda 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 292kcal / 1222 kJ, Grasimi / Lipide 21.4g, Acizi grasi saturati 7.86g, Glucide/ Carbohidrati 0g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 23.3g, Sare 0.17g

Cotlet de porc la gratar

200g

cotlet de porc 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 155kcal / 649 kJ, Grasimi / Lipide 6.94g, Acizi grasi saturati 2.45g, Glucide/ Carbohidrati 0g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 21.6g, Sare 0.12g

Piept de pui la gratar

200g

Piept de pui la gratar 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 166kcal / 695 kJ, Grasimi / Lipide 3.24g, Acizi grasi saturati 1.01g, Glucide/ Carbohidrati 0g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 32.1g, Sare 0.12g

Pulpa dezosata de pui la gratar

250g

pulpa de pui cruda 250g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 221kcal / 925 kJ, Grasimi / Lipide 16.6g, Acizi grasi saturati 4.52g, Glucide/ Carbohidrati 0.25g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 16.5g, Sare 0.2g

Muschi de vita la gratar 200g

muschi de vita gatit fara adaos 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 211kcal / 883 kJ, Grasimi / Lipide 8.91g, Acizi grasi saturati 3.52g, Glucide/ Carbohidrati 0g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 30.5g, Sare 0.14g

Mici 80g

mici gastro 80g Alergeni: 12,10,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 225kcal / 941 kJ, Grasimi / Lipide 18g, Acizi grasi saturati 7.2g, Glucide/ Carbohidrati 0.8g, Zaharuri 0.7g, Fibre 0g, Proteine 15.2g, Sare 1g

Carnati proaspeti 200g

carnati picanti proaspeti 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 325kcal / 1360 kJ, Grasimi / Lipide 29.84g, Acizi grasi saturati 12.35g, Glucide/ Carbohidrati 0.14g, Zaharuri 0.03g, Fibre 0g, Proteine 13.97g, Sare 1.83g

Specialitati din carne de vita

Medalion de vita cu bacon la cuptor 400g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 80g, mozzarella 40g, sos de rosii 30g, oua consum 20g, usturoi crud 10g, vinete crude 10g, bacon [piept de porc fara os, apa, sare, zahar] 10g Alergeni: 2,12,14,13,3,1,7,9,10, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415 Agenti de sechestrare: E330 Conservant: E250

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 124.95kcal / 523 kJ, Grasimi / Lipide 4.83g, Acizi grasi saturati 2.23g, Glucide/ Carbohidrati 4.99g, Zaharuri 0.76g, Fibre 0.78g, Proteine 15.32g, Sare 0.34g

File de vita cu parmezan

350g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 100g, rucola 20g, rosii cherry 20g, parmezan ras [LAPTE crud de vaca, sare, cheag] 10g Alergeni: 2,12,14,13, Aditivi: Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 102.71kcal / 430 kJ, Grasimi / Lipide 2.43g, Acizi grasi saturati 0.94g, Glucide/ Carbohidrati 5.17g, Zaharuri 0.42g, Fibre 0.85g, Proteine 14.64g, Sare 0.31g

File de vitel cu sparanghel

350g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartof copt 80g, gorgonzola 20g, sparanghel gatit 20g, smantana vegetala light, lichida 15g, smantana 20% 10g, unt 57% 5g Alergeni: 2,12,14,13, Aditivi:

Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 121.5kcal / 508 kJ, Grasimi / Lipide 4.61g, Acizi grasi saturati 2.34g, Glucide/ Carbohidrati 6.1g, Zaharuri 1.14g, Fibre 0.46g, Proteine 14.62g, Sare 0.43g

File de vita cu lamaie si sos de vin

300g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartofi rozmarin [cartofi fierți, ulei de floarea-soarelui, sare, condimente naturale (rozmarin, piper, turmeric), agent de îngroșare: gumă xantan, conservant: metabisulfid de sodiu (sulfiți), antioxidant: ascorbat de sodiu, aromatizant] 100g, smantana vegetala light, lichida 20g, vin alb sec 10g, unt 57% 5g, lamaie 5g Alergeni: 12,14,13,2, Aditivi:

Antioxidant: E301, E223 Agent de incarcare: E415 Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 119.08kcal / 498 kJ, Grasimi / Lipide 3.03g, Acizi grasi saturati 1.14g, Glucide/ Carbohidrati 6.09g, Zaharuri 1.17g, Fibre 0.9g, Proteine 15.96g, Sare 0.22g

Fajita de vita

400g

muschi de vita portionat congelat 200g, orez alb gatit 100g, ardei gras rosu 20g, ardei gras verde 20g, smantana 20% 15g, knorr sos de soia 10g, mazare verde fina 10g, morcov crud 10g, ceapa 10g, curry 5g Alergeni: 1,7,12,14,13,2, Aditivi: E14XX Conservant: E202
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 112.71kcal / 472 kJ, Grasimi / Lipide 2.05g, Acizi grasi saturati 0.55g, Glucide/ Carbohidrati 10.68g, Zaharuri 2.77g, Fibre 0.72g, Proteine 12.3g, Sare 0.49g

Muschi de vita la gratar

300g

muschi de vita gatit fara adaos 200g, cartof copt 75g, smantana 20% 20g, unt 57% 5g Alergeni: 2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 186.05kcal / 778 kJ, Grasimi / Lipide 8.25g, Acizi grasi saturati 3.74g, Glucide/ Carbohidrati 5.56g, Zaharuri 0.42g, Fibre 0.38g, Proteine 21.02g, Sare 0.21g

Muschi de vita cu piper verde

300g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartof copt 80g, smantana vegetala light, lichida 15g, smantana 20% 10g, mustar (apă, oțet din alcool, boabe de muștar, zahăr, sare, condimente) 10g, unt 57% 5g, mustar boabe 2g Alergeni: 12,14,13,10,8,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 124.18kcal / 520 kJ, Grasimi / Lipide 3.55g, Acizi grasi saturati 1.55g, Glucide/ Carbohidrati 7.34g, Zaharuri 1.6g, Fibre 0.49g, Proteine 15.79g, Sare 0.34g

Muschi de vita cu ciuperci

330g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartof copt 80g, smantana vegetala light, lichida 15g, ciuperci champignon 15g, smantana 20% 10g, unt 57% 5g, lamaie 5g Alergeni: 12,14,13,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 107.33kcal / 449 kJ, Grasimi / Lipide 2.95g, Acizi grasi saturati 1.39g, Glucide/ Carbohidrati 6.29g, Zaharuri 1.26g, Fibre 0.45g, Proteine 14.22g, Sare 0.25g

Muschi de vita gorgonzola

330g

muschi de vita portionat congelat 200g, cartof copt 80g, gorgonzola 20g, smantana vegetala light, lichida 15g, smantana 20% 10g, unt 57% 5g Alergeni: 2,12,14,13, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 127.53kcal / 534 kJ, Grasimi / Lipide 4.87g, Acizi grasi saturati 2.48g, Glucide/ Carbohidrati 6.22g, Zaharuri 1.13g, Fibre 0.36g, Proteine 15.36g, Sare 0.45g

Biftec tartar cu unt si paine prajita

250g

muschi de vita portionat congelat 170g, paine alba feliata 40g, unt 57% 10g, galbenus de ou crud 10g, ceapa alba cruda 5g, castraveti murati 5g, capere conservate 5g, sos ardei rosu 3g, sos worchester 2g Alergeni: 3,12,14,13,1,10,2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471 Agent de ingrosare: E412 Colorant: E150c

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 146.12kcal / 611 kJ, Grasimi / Lipide 4.89g, Acizi grasi saturati 2.24g, Glucide/ Carbohidrati 8.51g, Zaharuri 8.1g, Fibre 0.12g, Proteine 16.95g, Sare 0.6g

Preparate traditionale

Tigaiie picanta cu mamaliguta

300g

pulpa de porc fara grasime prajita 150g, mamaliga (apa, malai, sare iodata) 120g, sos de rosii 10g, ardei gras rosu 5g, ceapa alba cruda 5g, ardei gras galben 5g, METRO Chef Peperoncini Maruntit (ardei iute (peperoncini) maruntit) 3g, sos ardei rosu 2g Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 114.76kcal / 480 kJ, Grasimi / Lipide 2.66g, Acizi grasi saturati 0.75g, Glucide/ Carbohidrati 6.32g, Zaharuri 0.48g, Fibre 0.45g, Proteine 15.32g, Sare 0.37g

Pui cu smantana si cartofi natur 300g

piept de pui gatit cu piele 150g, cartofi fierti 140g, smantana vegetala light, lichida 10g, concentrat de pui 2g Alergeni: 3, Aditivi: Colorant: E150c Agenti de sechestrare: E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aroma: E621, E631, E627

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 159.23kcal / 666 kJ, Grasimi / Lipide 5.99g, Acizi grasi saturati 1.69g, Glucide/ Carbohidrati 9.83g, Zaharuri 1.06g, Fibre 0.66g, Proteine 15.8g, Sare 0.3g

Sarmalute cu mamaliguta si ardei iute 300g

carne tocata amestec 120g, mamaliga (apa, malai, sare iodata) 100g, varza murata 45g, ardei verde iute 20g, ceapa alba cruda 10g, orez bob rotund 5g, concentrat de legume 2g Alergeni: 1,2,3,9,10, Aditivi: Colorant: E101 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 106kcal / 444 kJ, Grasimi / Lipide 4.27g, Acizi grasi saturati 1.77g, Glucide/ Carbohidrati 8.43g, Zaharuri 1.72g, Fibre 0.75g, Proteine 8.82g, Sare 0.96g

Varza calita cu carnati proaspeti 300g

carnati picanti proaspeti 150g, varza alba murata 120g, bulion de tomate [tomate] 25g, piper negru 3g, foi dafin 2g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 143.6kcal / 601 kJ, Grasimi / Lipide 8.21g, Acizi grasi saturati 3.18g, Glucide/ Carbohidrati 3.37g, Zaharuri 1.33g, Fibre 1.35g, Proteine 9.42g, Sare 1.81g

Tocana de porc cu piure 300g

pulpa de porc fara grasime prajita 150g, piure de cartofi cu unt si lapte 100g, sos de rosii 20g, ardei gras verde 20g, ceapa alba cruda 10g Alergeni: 2, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 124.87kcal / 522 kJ, Grasimi / Lipide 3.73g, Acizi grasi saturati 1.6g, Glucide/ Carbohidrati 6.6g, Zaharuri 0.86g, Fibre 0.76g, Proteine 15.27g, Sare 0.44g

Ciolan afumat cu iahnie de fasole 400g

ciolan de porc afumat 200g, fasole boabe fiarta 150g, sos de rosii 30g, morcov crud 10g, ceapa galbena 10g Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 197.7kcal / 827 kJ, Grasimi / Lipide 10.94g, Acizi grasi saturati 3.9g, Glucide/ Carbohidrati 10.59g, Zaharuri 0.35g, Fibre 4.1g, Proteine 13.69g, Sare 1.43g

Pomana porcului cu mamaliguta 400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, cotlet de porc 70g, ceafa de porc cruda 70g, carnati picanti proaspeti 50g, condimente pentru porc 10g Alergeni: 1,2,3,7,9,10,11,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 156.38kcal / 654 kJ, Grasimi / Lipide 8.98g, Acizi grasi saturati 3.36g, Glucide/ Carbohidrati 7.79g, Zaharuri 0.23g, Fibre 0.52g, Proteine 10.54g, Sare 1.53g

Mamaliguta cu branza si smantana 300g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, telemea de vaca 100g, smantana 12% 50g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 145.67kcal / 609 kJ, Grasimi / Lipide 9.83g, Acizi grasi saturati 6.67g, Glucide/ Carbohidrati 7.93g, Zaharuri 0.6g, Fibre 0.4g, Proteine 6.73g, Sare 1g

Bulz ardelenesc 350g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, telemea de vaca 100g, carnati afumati 40g, bucatele de bacon 40g, oua consum 20g Alergeni: 2,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 204kcal / 854 kJ, Grasimi / Lipide 12.97g, Acizi grasi saturati 6.29g, Glucide/ Carbohidrati 9.76g, Zaharuri 0.65g, Fibre 1.51g, Proteine 12.28g, Sare 1.47g

Tochitura romaneasca

350g

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 120g, pulpa de porc fara grasime prajita 80g, bucatele de bacon 40g, sos de rosii 30g, carnati de porc afumati 30g, ou de gaina intreg gatit 20g, ceapa galbena 20g, telemea de vaca 10g Alergeni: 3,2, Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 164.6kcal / 689 kJ, Grasimi / Lipide 8.05g, Acizi grasi saturati 2.27g, Glucide/ Carbohidrati 9g, Zaharuri 0.33g, Fibre 1.58g, Proteine 13.17g, Sare 0.87g

Pastrama de oaie cu mamaliguta

400g

pulpa de miel 200g, mamaliga (apa, malai, sare iodată) 190g, sare de masa 10g, cimbru 2g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 147.03kcal / 615 kJ, Grasimi / Lipide 8.77g, Acizi grasi saturati 3.72g, Glucide/ Carbohidrati 6.73g, Zaharuri 0.27g, Fibre 0.46g, Proteine 9.74g, Sare 2.75g

Mazare cu pui

400g

mazare fiarta 180g, piept de pui file, fara piele 150g, sos de rosii 50g, ceapa alba cruda 10g, marar 5g, condimente pentru pui 5g Alergeni: 1,2,3,7,9,10,11, Aditivi: Agent antiaglomerant: E551 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 73.47kcal / 307 kJ, Grasimi / Lipide 1.17g, Acizi grasi saturati 0.24g, Glucide/ Carbohidrati 4.72g, Zaharuri 2.31g, Fibre 1.59g, Proteine 10.25g, Sare 0.69g

Spanac cu oua

300g

spanac 200g, oua consum 60g, lapte de vaca 3% 20ml, ceapa galbena 20g Alergeni: 2,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 40.73kcal / 170 kJ, Grasimi / Lipide 3.02g, Acizi grasi saturati 0.94g, Glucide/ Carbohidrati 2.72g, Zaharuri 0.44g, Fibre 1.13g, Proteine 4.96g, Sare 0.21g

Mancare de fasole galbena cu pui 300g

piept de pui file, fara piele 150g, fasole galbena fiarta 100g, sos de rosii 30g, ceapa alba cruda 10g, marar 5g, condimente pentru pui 5g Alergeni: 1,2,3,7,9,10,11, Aditivi: Agent antiaglomerant: E551

Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 82.57kcal / 345 kJ, Grasimi / Lipide 1.49g, Acizi grasi saturati 0.31g, Glucide/ Carbohidrati 4.3g, Zaharuri 0.43g, Fibre 1.67g, Proteine 12.23g, Sare 0.85g

Sarmalute de post cu mamaliguta 300g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 150g, ciuperci champignon 60g, varza murata 50g, morcov crud 23g, ceapa alba cruda 10g, orez bob rotund 5g, concentrat de legume 2g Alergeni: 1,2,3,9,10, Aditivi:

Colorant: E101 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 54.21kcal / 227 kJ, Grasimi / Lipide 0.31g, Acizi grasi saturati 0.02g, Glucide/ Carbohidrati 11.4g, Zaharuri 2.08g, Fibre 1.21g, Proteine 1.85g, Sare 0.72g

Iahnie de fasole 250g

fasole boabe fiarta 200g, sos de rosii 30g, morcov crud 10g, ceapa galbena 10g Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 120.72kcal / 505 kJ, Grasimi / Lipide 0.01g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 21.52g, Zaharuri 0.58g, Fibre 8.38g, Proteine 6.66g, Sare 0.14g

Ciulama de ciuperci cu mamaliguta 400g

mamaliga (apa, malai, sare iodata) 200g, faina alba de grau 100g, ciuperci champignon 60g, smantana vegetala [apă, ulei de palmier (17%), zară praf, amidon modificat din porumb, maltodextrine, stabilizatori: gumă de guar (E412)] 35g, concentrat de pui

5g Alergeni: 3,1, Aditivi: Colorant: E150c Agenti de sechestrare:

E330 Antioxidant: E392 Potentiator de aroma: E621, E631, E627

Agent de ingrosare: E412

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 142.06kcal / 594 kJ, Grasimi / Lipide 2.17g, Acizi grasi saturati 1.64g, Glucide/ Carbohidrati 25.94g, Zaharuri 1.31g, Fibre 0.56g, Proteine 4.64g, Sare 0.01g

Tocanita de ciuperci 300g

sos de rosii 100g, ardei gras rosu 80g, ciuperci champignon 80g, ceapa 30g, marar 10g Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 29.23kcal / 122 kJ, Grasimi / Lipide 0.22g, Acizi grasi saturati 0.04g, Glucide/ Carbohidrati 5.83g, Zaharuri 3.16g, Fibre 1.6g, Proteine 1.86g, Sare 0.4g

Mancare de fasole galbena 300g

fasole galbena fiarta 100g, sos de rosii 80g, ceapa alba cruda 10g, marar 5g, condimente pentru pui 5g Alergeni:

1,2,3,7,9,10,11, Aditivi: Agent antiaglomerant: E551 Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 40.07kcal / 168 kJ, Grasimi / Lipide 0.12g, Acizi grasi saturati 0.02g, Glucide/ Carbohidrati 7.91g, Zaharuri 0.93g, Fibre 3.1g, Proteine 1.78g, Sare 0.93g

Garnituri

Cartofi natur cu ierburi 200g

cartofi fierti 190g, patrunjel crud 5g, marar 5g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 120.73kcal / 505 kJ, Grasimi / Lipide 4.08g, Acizi grasi saturati 1.15g, Glucide/ Carbohidrati 19.72g, Zaharuri 1.55g, Fibre 1.47g, Proteine 1.93g, Sare 0.41g

Cartofi prajiti 200g

cartofi fry'n'dip [cartofi, ulei de floarea soarelui] 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 145kcal / 607 kJ, Grasimi / Lipide 5g, Acizi grasi saturati 0.6g, Glucide/ Carbohidrati 2.1g, Zaharuri 0.5g, Fibre 3g, Proteine 2.5g, Sare 0.1g

Piure de cartofi 200g

cartofi albi cruzi 185g, lapte consum 3,5% 10g, unt 57% 5g, unt, fara sare, piure de cartofi cu unt si lapte Alergeni: 2, Aditivi: Conservant: E200 Agenti de sechestrare: E330 Emulsifiant: E471

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 80.08kcal / 335 kJ, Grasimi / Lipide 1.7g, Acizi grasi saturati 0.93g, Glucide/ Carbohidrati 14.73g, Zaharuri 1.27g, Fibre 2.22g, Proteine 1.74g, Sare 0.04g

Cartofi la cuptor cu rozmarin 200g

cartofi albi cruzi 200g, ulei floarea soarelui 10g, concentrat pentru legume 5g, rozmarin proaspat 2g Alergeni: 1,2,3,9,10, Aditivi: Colorant: E101 Potentiator de aroma: E621, E627, E631

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 115.96kcal / 485 kJ, Grasimi / Lipide 4.78g, Acizi grasi saturati 0.56g, Glucide/ Carbohidrati 16.63g, Zaharuri 1.68g, Fibre 2.63g, Proteine 1.89g, Sare 1.42g

Cartofi taranesti 200g

cartofi fierti fara coaja 180g, bucatele de bacon 10g, patrunjel crud 5g, ceapa 5g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 103.1kcal / 431 kJ, Grasimi / Lipide 1.39g, Acizi grasi saturati 0.23g, Glucide/ Carbohidrati 19.82g, Zaharuri 0.91g, Fibre 2.25g, Proteine 3.22g, Sare 0.23g

Cartof copt cu unt si smantana 200g

cartof copt 200g, smantana 20% 20g, unt 65% 5g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 127.28kcal / 533 kJ, Grasimi / Lipide 3.71g, Acizi grasi saturati 1.97g, Glucide/ Carbohidrati 21.72g, Zaharuri 1.69g, Fibre 1.5g, Proteine 2.23g, Sare 0.49g

Orez cu ciuperci 200g

orez fiert 160g, ciuperci taiate 20g, ceapa galbena 10g, morcov fiert 10g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 107.95kcal / 452 kJ, Grasimi / Lipide 0.25g, Acizi grasi saturati 0.06g, Glucide/ Carbohidrati 23.28g, Zaharuri 0.22g, Fibre 0.56g, Proteine 2.44g, Sare 0.49g

Mamaliga 200g

mamaliga (apa, malai, sare iodată) 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 64kcal / 268 kJ, Grasimi / Lipide 0.4g, Acizi grași saturați 0g, Glucide/ Carbohidrați 13.6g, Zaharuri 0g, Fibre 0.8g, Proteine 1.6g, Sare 0.54g

Ciuperci pane 200g

ciuperci champignon 170g, pesmet 10g, făina albă de grâu 10g, ouă consum 10g Alergeni: 1,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 63.55kcal / 266 kJ, Grasimi / Lipide 1.07g, Acizi grași saturați 0.31g, Glucide/ Carbohidrați 10.12g, Zaharuri 1.96g, Fibre 0.85g, Proteine 4.61g, Sare 0.08g

Dovlecei pane 200g

dovlecei 170g, pesmet 10g, făina albă de grâu 10g, ouă consum 10g Alergeni: 1,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 59.3kcal / 248 kJ, Grasimi / Lipide 1.05g, Acizi grași saturați 0.33g, Glucide/ Carbohidrați 9.99g, Zaharuri 2.4g, Fibre 0.85g, Proteine 3.02g, Sare 0.09g

Conopida gratinată la cuptor 220g

conopida fiartă 160g, mozzarella 20g, ulei de măsline 10g, smântână vegetală light, lichidă 10g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 85.5kcal / 358 kJ, Grasimi / Lipide 7g, Acizi grași saturați 2g, Glucide/ Carbohidrați 3.73g, Zaharuri 1.93g, Fibre 1.67g, Proteine 3.32g, Sare 0.08g

Ciuperci sote 200g

ciuperci champignon 180g, ulei de măsline 10g, pătrunjel crud 5g, marar 5g, piper negru 3g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 65.54kcal / 274 kJ, Grasimi / Lipide 4.72g, Acizi grași saturați 0.67g, Glucide/ Carbohidrați 3.98g, Zaharuri 0.91g, Fibre 1.41g, Proteine 2.98g, Sare 0g

Spanac sote

200g

spanac 200g, ceapa galbena 30g, lapte de vaca 3% 20ml Alergeni: 2,
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 11.7kcal / 49 kJ, Grasimi / Lipide 0.94g, Acizi grasi saturati 0.19g, Glucide/ Carbohidrati 4.39g, Zaharuri 0.48g, Fibre 1.88g, Proteine 3.37g, Sare 0.28g

Legume la gratar

200g

rosii 40g, vinete crude 40g, ciuperci champignon 30g, dovlecei 30g, ardei gras galben 30g, ceapa 30g
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 24.5kcal / 103 kJ, Grasimi / Lipide 0.22g, Acizi grasi saturati 0.05g, Glucide/ Carbohidrati 5.26g, Zaharuri 2.54g, Fibre 1.53g, Proteine 1.33g, Sare 0.01g

Broccoli tras la tigaie

200g

broccoli congelat buchetele 190g, ulei de masline 5g, usturoi proaspat 5g, broccoli gatit cu unt sau margarina
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 50.33kcal / 211 kJ, Grasimi / Lipide 2.46g, Acizi grasi saturati 0.35g, Glucide/ Carbohidrati 5.91g, Zaharuri 1.4g, Fibre 2.91g, Proteine 3.11g, Sare 0.62g

Varza calita

200g

varza alba murata 140g, bulion de tomate [tomate] 25g, piper negru 3g, foi dafin 2g
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 52.65kcal / 220 kJ, Grasimi / Lipide 0.14g, Acizi grasi saturati 0.05g, Glucide/ Carbohidrati 4.39g, Zaharuri 1.11g, Fibre 2.35g, Proteine 0.36g, Sare 0.88g

Salate

Salata verde cu lamaie

150g

salata verde 150g, lamaie 20g
DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 18.87kcal / 79 kJ, Grasimi / Lipide 0.19g, Acizi grasi saturati 0.03g, Glucide/ Carbohidrati 4.11g, Zaharuri 1.11g, Fibre 1.67g, Proteine 1.51g, Sare 0.07g

Salata de rosii 200g

rosii 200g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 18kcal / 75 kJ, Grasimi / Lipide 0.2g, Acizi grasi saturati 0.03g, Glucide/ Carbohidrati 3.89g, Zaharuri 2.63g, Fibre 1.2g, Proteine 0.88g, Sare 0.02g

Salata asortata 200g

rosii 100g, castraveti cruzi 50g, ardei gras rosu 30g, ceapa 20g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 20.65kcal / 86 kJ, Grasimi / Lipide 0.19g, Acizi grasi saturati 0.04g, Glucide/ Carbohidrati 4.7g, Zaharuri 2.79g, Fibre 1.21g, Proteine 0.87g, Sare 0.01g

Salata de varza 150g

varza cruda 140g, marar 10g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 26.2kcal / 110 kJ, Grasimi / Lipide 0.17g, Acizi grasi saturati 0.04g, Glucide/ Carbohidrati 5.88g, Zaharuri 2.99g, Fibre 2.47g, Proteine 1.43g, Sare 0.05g

Muraturi asortate 150g

gogonele murate 75g, castraveti in otet 9-12 cm [Castraveti, apa, otet din vin (6.5%), zahar, sare, condiment: MUSTAR boabe]

75g Alergeni: 10,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 34kcal / 142 kJ, Grasimi / Lipide 0.09g, Acizi grasi saturati 0.01g, Glucide/ Carbohidrati 7.59g, Zaharuri 4.78g, Fibre 0.45g, Proteine 1.07g, Sare 1.75g

Ardei copti 150g

ardei capia copt si decojit, in otet [ardei capia, apa, sare, otet din vin 0.9%, stabilizator: clorura de calciu, usturoi, indulcitor: zaharina]

150g Aditivi: Agent antiaglomerant: E509 indulcitor: E954

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 28kcal / 117 kJ, Grasimi / Lipide 0.1g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 5.9g, Zaharuri 0g, Fibre 0.6g, Proteine 0.6g, Sare 2g

Sfecla cu hrean

200g

hrean in otet 195g, sfecla rosie cuburi 5g Alergeni: 12,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 133.45kcal / 558 kJ, Grasimi / Lipide 5.08g, Acizi grasi saturati 0.59g, Glucide/ Carbohidrati 18.68g, Zaharuri 9.89g, Fibre 1.27g, Proteine 1.2g, Sare 0.51g

Sosuri

Sos de smantana

40g

smantana 12% 40g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 132kcal / 552 kJ, Grasimi / Lipide 12g, Acizi grasi saturati 7.8g, Glucide/ Carbohidrati 3.2g, Zaharuri 0g, Fibre 0g, Proteine 2.8g, Sare 0g

Sos remulade

40g

sos maioneza 30g, castraveti in otet 9-12 cm [Castraveti, apa, otet din vin (6.5%), zahar, sare, condiment: MUSTAR boabe] 4g, capere conservate 2g, mustar boabe 2g, patrunjel maruntit 2g Alergeni: 10,8,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 521.05kcal / 2180 kJ, Grasimi / Lipide 52.4g, Acizi grasi saturati 6.05g, Glucide/ Carbohidrati 8.03g, Zaharuri 4.65g, Fibre 1.28g, Proteine 3.55g, Sare 1.7g

Sos gorgonzola

40g

gorgonzola 30g, smantana vegetala light, lichida 10g Alergeni: 2,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 285.5kcal / 1195 kJ, Grasimi / Lipide 24.95g, Acizi grasi saturati 13.65g, Glucide/ Carbohidrati 4.95g, Zaharuri 2.28g, Fibre 0g, Proteine 16.25g, Sare 2.53g

Sos maioneza

40g

sos maioneza 40g Alergeni: 10,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 638kcal / 2669 kJ, Grasimi / Lipide 68g, Acizi grasi saturati 8g, Glucide/ Carbohidrati 4.8g, Zaharuri 4.1g, Fibre 0g, Proteine 1.2g, Sare 1.7g

Mujdei 40g

apa 35g, usturoi crud 5g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 17.88kcal / 75 kJ, Grasimi / Lipide 0.05g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 3.52g, Zaharuri 0g, Fibre 0.35g, Proteine 0.83g, Sare 0g

Sos de mustar 40g

mustar galben 40g Alergeni: 10,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 61kcal / 255 kJ, Grasimi / Lipide 3g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 5g, Zaharuri 0g, Fibre 4g, Proteine 4g, Sare 2g

Sos de rosii 40g

sos de rosii 40g Aditivi: Agenti de sechestrare: E330

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 33kcal / 138 kJ, Grasimi / Lipide 0g, Acizi grasi saturati 0g, Glucide/ Carbohidrati 6.55g, Zaharuri 3.28g, Fibre 1.6g, Proteine 1.65g, Sare 1.15g

Ardei iute 30g

ardei verde iute 30g

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 40kcal / 167 kJ, Grasimi / Lipide 0.2g, Acizi grasi saturati 0.03g, Glucide/ Carbohidrati 9.47g, Zaharuri 5.1g, Fibre 1.5g, Proteine 2g, Sare 0.03g

Chifla 60g

chifla alba simpla 60g Alergeni: 11,8,2,3,1,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 211kcal / 883 kJ, Grasimi / Lipide 0.6g, Acizi grasi saturati 0.13g, Glucide/ Carbohidrati 45.8g, Zaharuri 0.2g, Fibre 0.9g, Proteine 2g, Sare 1.15g

Clatite cu dulceata de afine

200g

clatite simple 160g, dulceata afine 40g Alergeni: 1,2,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 231.22kcal / 967 kJ, Grasimi / Lipide 8.75g, Acizi grasi saturati 2.7g, Glucide/ Carbohidrati 30.32g, Zaharuri 15.86g, Fibre 0.48g, Proteine 7.12g, Sare 0.57g**Clatite cu dulceata de visine**

200g

clatite simple 160g, dulceata visine 40g Alergeni: 1,2,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 230.8kcal / 966 kJ, Grasimi / Lipide 8.77g, Acizi grasi saturati 2.71g, Glucide/ Carbohidrati 30.08g, Zaharuri 15.64g, Fibre 0.48g, Proteine 7.14g, Sare 0.57g**Clatite cu miere**

200g

clatite simple 160g, miere poliflora 40g Alergeni: 1,2,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 243.72kcal / 1020 kJ, Grasimi / Lipide 8.72g, Acizi grasi saturati 2.7g, Glucide/ Carbohidrati 33.62g, Zaharuri 19.9g, Fibre 0.48g, Proteine 7.1g, Sare 0.56g**Clatite cu finetti**

200g

clatite simple 160g, crema cacao cu lapte 40g Alergeni: 1,2,3,7,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 275.08kcal / 1151 kJ, Grasimi / Lipide 13.86g, Acizi grasi saturati 3.34g, Glucide/ Carbohidrati 29.1g, Zaharuri 15.12g, Fibre 0.62g, Proteine 7.83g, Sare 0.63g**Clatite cu inghetata**

200g

clatite simple 160g, inghetata cu aroma de vanilie 50g Alergeni:

1,2,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 213.23kcal / 892 kJ, Grasimi / Lipide 9.63g, Acizi grasi saturati 4g, Glucide/ Carbohidrati 21.6g, Zaharuri 8.82g, Fibre 0g, Proteine 6.85g, Sare 0.08g

Papanasi cu smantana si dulceata

200g

branza proaspata de vaci 80g, dulceata de afine 50g, faina alba 50g, ou de gaina 35g, smantana 30% [Lapte de vaca pasteurizat culturi lactice selectionate. Contine lapte] 30g, praf de copt 10g, zahar tos 10g, extract de vanilie 2g Alergeni: 2,1,3,

DECLARAȚIE NUTRIȚIONALĂ / 100 G : Energie 336.96kcal / 1410 kJ, Grasimi / Lipide 14.34g, Acizi grasi saturati 7.26g, Glucide/ Carbohidrati 38.71g, Zaharuri 19.2g, Fibre 0.68g, Proteine 12.39g, Sare 2.17g

SUBSTANȚE CARE CAUZEAZĂ ALERGII SAU INTOLERANȚE

1. Cereale care conțin gluten, și anume: grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu dur sau hibrizi ai acestora și produse derivate, exceptând:
 - (a) siropurile de glucoză obținute din grâu, inclusiv dextroza (1);
 - (b) maltodextrine obținute din grâu (1);
 - (c) siropurile de glucoză obținute din orz;
 - (d) cerealele utilizate pentru fabricarea distilatelor sau a alcoolului etilic de origine agricolă.
2. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoză), exceptând:
 - (a) zerul utilizat pentru fabricarea distilațiilor sau a alcoolului etilic de origine agricolă;
 - (b) lactitolul.
3. Ouă și produse derivate.
4. Crustacee și produse derivate.
5. Pește și produse derivate, exceptând:
 - (a) gelatina de pește folosită ca substanță suport pentru preparatele de vitamine sau de carotenoide;
 - (b) gelatina de pește sau ihtiocolul folosit(ă) la limpezirea berii sau a vinului.
6. Arahide și produse derivate.
7. Soia și produse derivate, exceptând:
 - (a) uleiul și grăsimea de soia rafinate complet (1);
 - (b) amestecuri naturale de tocoferoli (E306), tocoferolul D-alfa natural, acetatul de tocoferol D-alfa natural, succinatul de tocoferol D-alfa natural, obținuți din soia;
 - (c) fitosterolii și esterii de fitosterol derivați din uleiuri vegetale, obținuți din soia;
 - (d) esterul de stanol vegetal fabricat din steroli de ulei vegetal, obținuți din soia.
8. Fructe cu coajă lemnoasă, adică: migdale (*Amygdalus communis* L.), alune de pădure (*Corylus avellana*), nuci (*Juglans regia*), nuci Caju (*Anacardium occidentale*), nuci Pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], nuci de Brazilia (*Bertholletia excelsa*), fistic (*Pistacia vera*), nuci de macadamia și nuci de Queensland (*Macadamia ternifolia*), precum și produse derivate, exceptând fructele cu coajă utilizate pentru fabricarea distilatelor sau a alcoolului etilic de origine agricolă.
9. Țelină și produse derivate.
10. Muștar și produse derivate.
11. Semințe de susan și produse derivate.
12. Dioxidul de sulf și sulfiții în concentrații mai mari de 10 mg/kg sau 10 mg/litru în SO₂ total trebuie calculați pentru produsele gata pentru consum sau reconstituite în conformitate cu instrucțiunile producătorilor.
13. Lupin și produse derivate.
14. Moluște și produse derivate.