

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

MIC DEJUN

MIC DEJUN CHEF DE VIATA, (420g)

Ingrediente pentru 1 portie: Oua de gaina (2 buc) -130g , Rosii -50g , Telemea de vaca-50g , Salata de sfecla rosie in otet (sfecla rosie, apa, otet din alcool, zahar, sare, acid citric (E330), clorura de calciu (E509)-50g ,Carnati Sibieni(spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz) -45g , Masline Naturale Kalamata -50g , Bacon (contine: agenti de afanare E450, corectori de aciditate E451, emulgatori E331, antioxidanti E301 si E316, conservanti E250, potentiatori de aroma E621, si stabilizatori E407) -40g , Castraveti -36g ,Rosii – 30 g, Cascaval Pane 60g (Cascaval Dalia -35g , Faina alba, Pesmet Baneasa), Ulei de masline extra virgin , Ardei gras galben , Ulei floarea soarelui, Frunze de patrunjel, Usturoi, Sare de masa, Cimbru uscat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 294,41 Kcal / 1230,65 Kj,

Grăsimi: 21,6 g, Acizi Grași Saturați: 4,17 g, Glucide: 12,62 g, Zaharuri: 0,74 g, Proteine: 12,39 g, Sare: 1,47 g.

Alergeni: LAPTE, OUĂ, GLUTEN

BENEDICT CU BACON SI SOMON AFUMAT, (300g)

Ingrediente pentru 1 portie: Oua de gaina 2 buc -130g , Croissant cu unt 2 buc(contine: faina de grau, apa, unt, zahar, oua, drojdie, gluten, sare iodată, faina de mart(orz), antioxidanti E300, coloranti artificiali E160A si E122) -130g , Sos Olandez Knorr (contine:ulei de palmier si rapita,apa, galbenus de ou, lapte praf degresat, sare, zahar, dextroza, arome lapte si telina,urme de gluten, stabilizatori E410, E412 si E415) -40g , File somon afumat* -25g , Bacon (contine: agenti de afanare E450, corectori de aciditate E451, emulgatori E331, antioxidanti E301 si E316, conservanti E250, potentiatori de aroma E621, si stabilizatori E407) -25g , Salata verde

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 312,27 Kcal / 1305,27 Kj,

Grăsimi: 21,42 g, Acizi Grași Saturați: 7,75 g, Glucide: 18,1 g, Zaharuri: 3,09 g, Proteine: 11,93 g, Sare: 0,48 g.

Alergeni: GLUTEN,TELINA, OUĂ, LAPTE, PEȘTE, ORZ

OCHIURI LA CAPAC , (240g)

Ingrediente pentru 1 portie: Oua de gaina (3 buc)-176g , Carnati Sibieni (spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz) -30g , Cascaval Dalia Solomonescu -30g , Slanina afumata (contine: conservanti E250, potnetiatori de aroma E508 si E621, corectori de aciditate E331 si E451 si stabilizatori E407) , Ardei capia,Ulei de floarea soarelui , Sare de masa, Piper negru

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 246,99 Kcal / 1032,41 Kj, Grăsimi: 19,25 g, Acizi Grași Saturați: 4 g, Glucide: 2,59 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 15,12 g, Sare: 1,92 g.

Alergeni: OUĂ, LAPTE

OUA OCHIURI, (180g)

Ingrediente pentru 1 portie: Oua de gaina 3 buc -176g , Ulei floarea soarelui, Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 220,56 Kcal / 921,92 Kj, Grăsimi: 18,42 g, Acizi Grași Saturați: 0,83 g, Glucide: 1,08 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 12,71 g, Sare: 0,56 g.

Alergeni: OUĂ

OUA OCHIURI, (180g)

Ingrediente pentru 1 portie: Oua de gaina 3 buc -180g , Ulei foarea soarelui , Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 220,56 Kcal / 921,92 Kj, Grăsimi: 18,42 g, Acizi Grași Saturați: 0,83 g, Glucide: 1,08 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 12,71 g, Sare: 0,56 g.

Alergeni: OUĂ

OMLETA , (180g)

Ingrediente pentru 1 portie: Oua de gaina 3 buc-180 g , Ulei foarea soarelui, Sare de masa, Piper negru

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 221,97 Kcal / 927,84 Kj, Grăsimi: 18,44 g, Acizi Grași Saturați: 0,84 g, Glucide: 1,44 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 12,77 g, Sare: 1,11 g.

Alergeni: OUĂ

CROISSANT CU UNT SI DULCEATA , (65g/50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Croissant cu unt* (contine: faina de grau, apa, unt, zahar, oua, drojdie, gluten, sare iodată, faina de mart(orz) antioxidanti E300, coloranti artificiali E160A si E122) -65g , Dulceata de mure sau visine -50g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 320,61 Kcal / 1340,14 Kj, Grăsimi: 9,74 g, Acizi Grași Saturați: 6,24 g, Glucide: 53,65 g, Zaharuri: 27,73 g, Proteine: 4,13 g, Sare: 0 g.

Alergeni: GLUTEN, OUĂ, LAPTE, ORZ

GUSTARI RECI SI CALDE

SALATA DE VINETE, (250g)

Ingrediente pentru 1 portie: Vinete* coapte tocate -300g , Rosii -30g , Ulei floarea soarelui, Ceapa rosie, Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 89,63 Kcal / 374,65 Kj, Grăsimi: 7,75 g, Acizi Grași Saturați: 0,92 g, Glucide: 3,66 g, Zaharuri: 0,12 g, Proteine: 1,37 g, Sare: 1,32 g.

Alergeni:NU

FASOLE BATUTA, (210g/50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Fasole (uscata) -80g , Ceapa -50g , Ulei floarea soarelui -25g , Pasta de tomate 28% , Usturoi, Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 190,09 Kcal / 794,59 Kj, Grăsimi: 9,41 g, Acizi Grași Saturați: 0,97 g, Glucide: 18,65 g, Zaharuri: 0,85 g, Proteine: 7,38 g, Sare: 1,15 g.

Alergeni:NU

SALATA BOEUF cu paine cu maia, (270g/40g)

Ingrediente pentru 1 portie: Cartof albi -100g , Maioneza (contine coloranti artificiali E100) -70g , Pulpa de vita* fara os -60g , Paine cu maia (faina de grau, seminte floarea soarelui, seminte de in, apa, sare) -40g , Morcovi -30g , Mazare Congelata -25g , Gogosari in otet (gogosari, apa, otet din alcool, zahar, sare)-25g , Castraveti in otet(contine: castraveti conservati cu otet din alcool, zahar, sare, mustar boabe, marar, ceapa)-25g , Masline Naturale Kalamata, Sare de masa, Piper negru

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 241,93 Kcal / 1011,25 Kj, Grăsimi: 17,86 g, Acizi Grași Saturați: 2,81 g, Glucide: 13,71 g, Zaharuri: 1,1 g, Proteine: 6,88 g, Sare: 1,5 g.

Alergeni: OUĂ, MUȘTAR, GLUTEN, SEMINTE DE IN

BULZ, (440g)

Ingrediente pentru 1 portie: Mamaliga (malai,sare) -300g , Costita afumata (contine: corectori de aciditate E331 si E451, stabilizatori E407, antioxidanti E316, conservanti E250 si potentiatori de aroma E621) -60g , Branza de burduf Raraul -70g , Oua de gaina (1buc) -65g , Telemea de vaca Raraul -20g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 173,4 Kcal / 724,83 Kj, Grăsimi: 8,8 g, Acizi Grași Saturați: 3,47 g, Glucide: 11,75 g, Zaharuri: 0,35 g, Proteine: 11,45 g, Sare: 1,91 g.

Alergeni: OUĂ, LAPTE

CROCHETE DIN PIEPT DE PUI , (210g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept de pui dezosat*, fara piele -190g , Fulgi de porumb -80g , Oua de gaina -45g , Faina alba de grau, Sare , Piper alb macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 289,25 Kcal / 1209,07 Kj, Grăsimi: 4,92 g, Acizi Grași Saturați: 1,1 g, Glucide: 35,7 g, Zaharuri: 4,07 g, Proteine: 25,52 g, Sare: 1,7 g.

Alergeni: GLUTEN, OUA

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

CASCAVAL PANE cu branza rasa, (170g/50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Cascaval Pane 170 g (Cascaval Dalia Solomonescu -105g , , Faina alba -40g , Pesmet Baneasa -40g , Oua de gaina -32g , Sare) cu Telemea de vaca Raraul -50g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 367,88 Kcal / 1537,74 Kj, Grăsimi: 17,08 g, Acizi Grași Saturati: 9,74 g, Glucide: 32,91 g, Zaharuri: 2,27 g, Proteine: 19,85 g, Sare: 3,7 g.

Alergeni: GLUTEN, LAPTE, OUA

CLATITE CU PUI SI CIUPERCI cu smantana, (220g/100g)

Ingrediente pentru 1 portie: Smantana 20% -125g , Foaie clatita (faina, oua,lapte, ulei de floarea soarelui, sare -100g , Piept de pui dezodat*, fara piele -76g , Ciuperci champignon, crude -60g , Ceapa -60g , Ulei floarea soarelui , Marar verde, Piper negru macinat, Sare

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 249,78 Kcal / 1044,09 Kj, Grăsimi: 19,29 g, Acizi Grași Saturati: 6,23 g, Glucide: 10,4 g, Zaharuri: 2,92 g, Proteine: 8,61 g, Sare: 1,6 g.

Alergeni: OUA, GLUTEN, LAPTE

MAMALIGUTA CU BRANZA SI SMANTANA, (300g/150g/125g/50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Mamaliga (malai, sare, ulei de floarea soarelui) -300g , Smantana 20% Rustic -150g , Branzaproaspata de vaci slaba Rustic -125g , Telemea de vaca Raraul -50g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 125,6 Kcal / 525,03 Kj, Grăsimi: 6,86 g, Acizi Grași Saturati: 3,97 g, Glucide: 9,49 g, Zaharuri: 1,59 g, Proteine: 6,23 g, Sare: 0,69 g.

Alergeni: LAPTE

DOVLECEI PANE , (170g)

Ingrediente pentru 1 portie: Dovlecei -90% , (Faina alba , Oua de gaina -65g , Ulei floarea soarelui , Sare, Piper negru macinat)- 10%

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 387,95 Kcal / 1621,64 Kj, Grăsimi: 15,76 g, Acizi Grași Saturati: 1,18 g, Glucide: 48,12 g, Zaharuri: 5,11 g, Proteine: 12,38 g, Sare: 1,76 g.

Alergeni: OUA, GLUTEN

SOS SMANTANA CU USTUROI, (70g)

Ingrediente pentru 1 portie: Smantana 30% -60g , Usturoi

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 269 Kcal / 1124,42 Kj, Grăsimi: 25,79 g, Acizi Grași Saturati: 15,44g, Glucide: 6,6g, Zaharuri: 2,03g, Proteine: 3,06g, Sare: 0,03g. Alergeni:

LACTOZA

SALATE GOURMET

SALATA CAESAR, (270g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept de pui dezodat fara piele* la gratar -80g , Salata Romana -100g , Sos Caesar -60g (File de ansoa , Mustar (contine: coloranti artificiali E160A), Ulei foarea soarelui, Suc de lamaie, Sos Worcester, Tabasco, Oua de gaina , Usturoi, Branza Gran Formaggio), Crutoane -25g (Paine alba, Sare de masa, Piper negru macinat, Oregano uscat, Ulei de masline extra virgin), Branza Gran Formaggio -20g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 202,28 Kcal / 845,52 Kj, Grăsimi: 12,21 g, Acizi Grași Saturati: 3,24 g, Glucide: 7,3 g, Zaharuri: 1,24 g, Proteine: 24,02 g, Sare: 1,06 g.

Alergeni: OUA, MUȘTAR, PEȘTE, LACTOZĂ, GLUTEN

SALATA CU BRANZA CAMEMBERT IN CRUSTA DE OVAZ, (350g)

Ingrediente pentru 1 portie: Salata French Mix -80g (latughinio verde si rosso, rucola, baby spanac, valeriana in proportii diferite), Ardei gras -50g , Rosii cherry -40g, Branza Camembert pane -45g, (Oua de gaina, Fulgi de ovaz SanoVita,Faina alba) , Ceapa rosie, Morcovi, Sfecla rosie, Ridiche, dressing (Ulei de masline extra virgin,Suc de lamaie, Mustar de masa (contine: coloranti artificiali E160A), Usturoi, Sare de masa,Piper alb macinat)- 30g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 121,2 Kcal / 506,62 Kj, Grăsimi: 6,83 g, Acizi Grași Saturati: 1,65 g, Glucide: 9,09 g, Zaharuri: 0,63 g, Proteine: 5,6 g, Sare: 0,62 g.

Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, MUȘTAR, OUA

SALATA CU SOMON AFUMAT, (450g)

Ingrediente pentru 1 portie: Somon afumat* -80g, Salata French Mix -80g (latughinio verde si rosso, rucola, baby spanac, valeriana in proportii diferite), Oua de gaina (1 buc) -62g , Rosii cherry -50g , Ardei gras -50g, Avocado -50g, Castraveti -30g , , Ceapa rosie -20g ,dressing (Ulei de masline extra virgin, Suc de lamaie natural, Zahar tos, Apa minerala, Capere in otet , Sare de masa, Piper negru macinat, Mustar de masa (contine: coloranti artificiali E160A)).

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 127,03 Kcal / 531Kj, Grăsimi: 10,23g, Acizi Grași Saturati: 1,32g, Glucide: 2,9g, Zaharuri: 0,56g, Proteine: 5,8g, Sare: 0,6g.

Alergeni: PEȘTE, OUA, MUȘTAR

SALATA ROMANEASCA, (400g)

Ingrediente pentru 1 portie: Rosii -120g, Ceafa de porc la gratar -70g, Salata French Mix -80g (latughinio verde si rosso, rucola, baby spanac, valeriana in proportii diferite), Castraveti -50g , Dressing (Ulei de masline extra virgin,Suc de lamaie natural, Sare de masa, Piper negru macinat, Oregano uscat)- 30g, Ardei gras -20g, Ceapa rosie.

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 101,96 Kcal / 426,17Kj, Grăsimi: 7,63g, Acizi Grași Saturati: 1,98g, Glucide: 3,28g, Zaharuri: 0,43g, Proteine: 5,41g, Sare: 0,26g. Alergeni:

BOL CU LEGUME, (450g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept de pui dezodat fara piele*, la tigare cu susan - 80g , Orez Basmati Scotti - 160 g, Avocado -50g , Ridiche -30g, Castraveti -30g, Morcovi -30g, Mazare* -30g, Sos Teriyaki (contine conservanti E202) -25g, Ceapa verde , Ulei de masline extra virgin, Miere, Seminte de susan, Piper alb macinat, Sare de masa.

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 133 Kcal / 555,96Kj, Grăsimi: 4,78g, Acizi Grași Saturati: 0,79g, Glucide: 14,39g, Zaharuri: 2,35g, Proteine: 7,6g, Sare: 1,01g.

Alergeni: SEMINTE DE SUSAN

CIORBE

CIORBA DE PERISOARE, (440g)

Ingrediente pentru 1 portie:, Perisoare 4 buc - 80 g (Carne tocata de porc* 55%, Ceapa , Orez, Oua de gaina, Frunze de patrunjel), Bors -70g, Ardei gras -34g, Morcovi -25g, Rosii in bulion (antioxidanti E330) -25g , Ceapa, Dovlecei , Radacina de telina, Ulei floarea soarelui, Leustean, Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 80,14 Kcal / 334,98 Kj, Grăsimi: 6,03 g, Acizi Grași Saturati: 1,85 g, Glucide: 3,14 g, Zaharuri: 0,44 g, Proteine: 3,14 g, Sare: 0,69 g.

Alergeni: TELINĂ, OUA

CIORBA DE VACUTA, (450g)

Ingrediente pentru 1 portie: Pulpa de vita* fara os, fiarta -90g , Bors -60g , Ardei gras -32g , Rosii in bulion (antioxidanti E330) -30g , Morcovi, Ceapa, Dovlecei, Pasta de tomate concentrata 28%, Ulei floarea soarelui, Oase de vita , Pastarnac radacina, Radacina de patrunjel, Radacina de telina , Sare de masa, Leustean

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 59,22 Kcal / 247,54 Kj, Grăsimi: 2,67 g, Acizi Grași Saturati: 0,47g, Glucide: 2,58g, Zaharuri: 0,61g, Proteine: 6,5g, Sare: 0,76g.

Alergeni: TELINĂ

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

CIORBA DE FASOLE, (440g)

Ingrediente pentru 1 portie: Costita afumata prajita(contine: corectori de aciditate E331 si E451, stabilizatori E407, antioxidanti E316, conservanti E250 si potentiatori de aroma E621) -50 g , Fasole (uscata) -100 g , Rosii in bulion (antioxidanti E330) -50g , Ceapa -27g , Ardei gras, Morcovi, Radacina de telina, Pasta de tomate concentratie 28% , Oase garf afumate (contine conservanti E250), Ulei floarea soarelui, Leustean, Cimbru uscat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 86,75 Kcal / 362,6 Kj, Grăsimi: 3,2 g, Acizi Grași Saturați: 0,68 g, Glucide: 7,76 g,

Zaharuri: 0,69 g, Proteine: 6,34 g, Sare: 0,54 g.

Alergeni: ȚELINĂ

CIORBA RADAUTEANA, (420g)

Ingrediente pentru 1 porție: Carne de pui* (din Pui intreg) -90 g , Smantana 30% Rustic -100g , Oua de gaina -32g , Morcovi -27g , Ceapa, Ulei floarea soarelui, Otet din vin, Usturoi, Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 165,98 Kcal / 693,78 Kj, Grăsimi: 12,89 g, Acizi Grași Saturați: 5,2g, Glucide: 1,93g,

Zaharuri: 0,71g, Proteine: 10,48g, Sare: 0,78g.

Alergeni: OUA, LACTOZĂ, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

CIORBA TARANEASCA CU AFUMATURA, (420g)

Ingrediente pentru 1 porție: Coasta de porc afumata (contine: indulcitori E955, corectori de aciditate E452, antioxidanti E316) -100g , Cartof albi -100g , Smantana 30% -100g , Bors Olympia -60g , Rosii in bulion (antioxidanti E330) -50g , Oua de gaina -35g , Ceapa, Morcovi, Radacina de telina, Ulei floarea soarelui, Pastarnac radacina, Radacina de patrunjel, Frunze de patrunjel

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 224,96 Kcal / 940,35 Kj, Grăsimi: 17,83 g, Acizi Grași Saturați: 7,46g, Glucide: 6,05g,

Zaharuri: 0,96g, Proteine: 9,21g, Sare: 0,73g.

Alergeni: ȚELINĂ, OUA, LACTOZĂ

SUPA CREMA DE LEGUME, (440g)

Ingrediente pentru 1 porție: Cartof albi -150g , Morcovi -78g , Dovlecei -55g , Radacina de telina -50g , Ardei gras -30g , Ceapa -20g , Ulei floarea soarelui, Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 66,36 Kcal / 277,38 Kj, Grăsimi: 3,25 g, Acizi Grași Saturați: 0,35g, Glucide: 8,52g,

Zaharuri: 0,58g, Proteine: 1,05g, Sare: 0,69g.

Alergeni: ȚELINĂ

CRUTOANE, (50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Paine alba -50g , Ulei de masline extra virgin, Sare de masa, Oregano uscat, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 293,58 Kcal / 1227,16 Kj, Grăsimi: 5,84 g, Acizi Grași Saturați: 0,96 g, Glucide:

53,58 g, Zaharuri: 1,1 g, Proteine: 100,32 g, Sare: 3,08 g. Alergeni:

GLUTEN

CIORBA DE BURTA, (440g)

Ingrediente pentru 1 porție: Supa din :Oase de vita , Ceapa , Morcovi , Radacina de telina) 350g, Carne din Burta vita* -100g , Smantana 30% Rustic -100g , Otet alb din alcool -40g , Oua de gaina -32g , Gogosari in otet (gogosari, apa, otet din alcool, zahar, sare), Ulei floarea soarelui, Sare de masa, Usturoi

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 141,95 Kcal / 593,35 Kj, Grăsimi: 12,5 g, Acizi Grași Saturați: 5,56g, Glucide: 0,98g,

Zaharuri: 0,56g, Proteine: 5,55g, Sare: 0,79g.

Alergeni: OUA, LACTOZĂ, ȚELINĂ

PESTE

BIBAN DE MARE CU IERBURI LA GRATAR, (260g)

Ingrediente pentru 1 portie: Biban de mare – 260 g , Marinata (Lamaie, Ulei de masline extra virgin, Sare de masa, Rozmarin proaspat , Piper negru macinat)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 148,58 Kcal / 621,05 Kj, Grăsimi: 5,95 g, Acizi Grași Saturați: 1,61 g, Glucide:

1,1 g, Zaharuri: 0,2 g, Proteine: 21,39 g, Sare: 1,15 g.

Alergeni: PEȘTE

FILE DE SOMON DULCE PICANT PE PAT DE BABY SPANAC SI SFECLA ROSIE, (180g/60g)

Ingrediente pentru 1 portie: File somon la cuptor cu fulgi de chilli -180g (file de somon cu piele*, ulei de masline, sare, piper, fulgi de chilli) , Salata de sfecla rosie cuburi -30g , Baby spanac -30g, Sare de masa -3g , Piper alb macinat -2g , Fulgi de chilli.

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 188,86 Kcal / 789,43 Kj, Grăsimi: 12,04 g, Acizi Grași Saturați: 2,42 g, Glucide:

1,18 g, Zaharuri: 0,85 g, Proteine: 18,77 g, Sare: 1,9 g.

Alergeni: PEȘTE

SOS MUSTAR, (50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Ardei gras rosu -20g , Mustar Dijon (contine: antioxidanti E330 si E224) -20g , Vin alb sec -10g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 86,6 Kcal / 361,99 Kj, Grăsimi: 4,4 g, Acizi Grași Saturați: 0,32 g, Glucide: 4,32 g,

Zaharuri: 1,28 g, Proteine: 3,28 g, Sare: 2,4 g.

Alergeni: MUȘTAR, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

PASTRAV LA GRATAR cu lamaie (260g/60g)

Ingrediente pentru 1 portie: Pastrav la gratar -260 g , Lamaie -60 g , Rosii -50g ,Marinata(suc de lamaie, Ulei de masline extra virgin, Rozmarin proaspat, Sare de masa, Piper negru macinat).

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 178,57 Kcal / 746,42 Kj, Grăsimi: 7,31 g, Acizi Grași Saturați: 1,17 g, Glucide:

6,02 g, Zaharuri: 1,26 g, Proteine: 23,93 g, Sare: 1,27 g.

Alergeni: PEȘTE

MAMALIGA, (300g)

Ingrediente pentru 1 portie: Malai extra -66,67g , Sare de masa, Ulei floarea soarelui

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 81,01 Kcal / 338,64 Kj, Grăsimi: 0,63 g, Acizi Grași Saturați: 0,14 g, Glucide:

16,69 g, Zaharuri: 0,22 g, Proteine: 1,98 g, Sare: 0,89 g.

Alergeni:

DORADA LA TIGAIE, (160g)

Ingrediente pentru 1 portie: File de dorada* parajita -160g , Ulei de masline extra virgin, Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 186,61 Kcal / 780,01 Kj, Grăsimi: 8,89 g, Acizi Grași Saturați: 1,94 g, Glucide:

0,24 g, Zaharuri: 0,01 g, Proteine: 26,31 g, Sare: 2,06 g.

Alergeni: PEȘTE

SOS DE LEGUME PENTRU DORADA, (50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Rosii -35g , Ulei de masline extra virgin, Usturoi, Busuioc verde, Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 288,46 Kcal / 1205,76 Kj, Grăsimi: 27,96 g, Acizi Grași Saturați: 4,24 g,

Glucide: 8,24 g, Zaharuri: 0,28 g, Proteine: 1,9 g, Sare: 4 g.

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

MENIU DEGUSTARE

MENIU DEGUSTARE CIORBE, (750g)

Ingrediente pentru 1 porție:

Ciorba taraneasca cu afumatura -150g, (Coasta afumata 30 g (contine: indulcitori E955, corectori de aciditate E452, antioxidanti E316), Cartof albi, Smantana 30% Rustic, Bors , Rosii in bulion (antioxidanti E330), Oua de gaina , Ceapa, Morcovi, Radacina de telina , Ulei foarea soarelui, Pastarnac radacina, Radacina de patrunjel, Frunze de patrunjel),

Ciorba de burta -150g, (carne Burta vita 30 g, Oase de vita, Oua de gaina , Smantana 30% Rustic, Ceapa, Morcovi, Radacina de telina , Usturoi, Otet alb, Sare de masa, Ulei floarea soarelui, Gogosari in otet),

Ciorba radauteana -150g, (carne de pui 30g, Smantana 30% Rustic, Oua de gaina , Morcovi, Ceapa, Ulei floarea soarelui, Otet alb, Usturoi, Sare de masa),

Ciorba de fasole -150g, (Costita afumata 25g (contine: corectori de aciditate E331 si E451, stabilizatori E407, antioxidanti E316, conservanti E250 si potentiatori de aroma E621), Fasole (uscata), Rosii in bulion (antioxidanti E330), Ceapa, Ardei gras, Morcovi, Radacina de telina , Oase garf afumate (contine conservanti E250), Pasta de tomate 28% , Ulei floarea soarelui, Leustean, Cimbru uscat),

Ciorba de vacuta -150g, (Pulpa de vita fiarta fara os 30 g, Bors, Ardei gras, Rosii in bulion (antioxidanti E330), Morcovi, Ceapa, Dovlecei, Pasta de tomate 28% , Ulei floarea soarelui, Oase de vita, Pastarnac radacina, Radacina de patrunjel, Radacina de telina , Sare de masa, Leustean)

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:134,98 Kcal / 564,22 Kj, Grăsimi: 9,77g, Acizi Grași Saturati: 3,86g, Glucide: 3,86g, Zaharuri: 0,71g, Proteine: 7,53g, Sare: 0,71g.

Alergeni: ȚELINĂ, OUĂ, LACTOZĂ

MENIU MANCARE ROMANEASCA DEGUSTARE, (600g)

Ingrediente pentru 1 porție:

Tocanita de cartof cu carne de porc -150g, (Ceafa de porc, Oase garf afumate (contine conservanti E250), Carnati Sibieni (spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz)Cartof albi, Ceapa, Ardei capia, Ardei gras galben, Rosii in bulion (antioxidanti E330), Frunze de patrunjel, Sare de masa, Piper negru macinat),

Gulas ardelenesc -150g, (Pulpa de vita 30g, Ceapa, Ardei gras rosu, Ardei gras galben, Usturoi, Cartof albi, Ulei floarea soarelui, Rosii in bulion (antioxidanti E330), Frunze de patrunjel, Sare de masa, Piper negru macinat, Condimente pentru gulas),

Sarmale cu mamaliguta -(2 buc sarmale*60g+mamaliga 30g), (Carne tocata de vita, Carne tocata de porc 20/80, Costita afumata (contine: corectori de aciditate E331 si E451, stabilizatori E407, antioxidanti E316, conservanti E250 si potentiatori de aroma E621), Orez cu bob mare Scotti , Ceapa, Pasta de tomate 28% , Varza murata, Foi de dafin, Piper negru macinat, Ulei floarea soarelui, Cimbru uscat, Sare de masa), malai

Mititei la gratar -2 buc* 75g, (Usturoi, Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500), Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute, Piper negru macinat, Cimbru uscat, Sare de masa, Carne mici amestec vita, porc, oaie),

Rata cu varza rosie, stafide si mere -150g, (Pulpa de rata souvide* 70g (contine stabilizatori E407 si corectori de aciditate E451), Varza (rosie), Ceapa, Mere, Stafide aurii, Fresh de portocale, Zahar tos, Vin rosu sec, Otet balsamic (contine coloranti artificiali E150D), Usturoi, Sare de masa, Cimbru verde, Piper negru macinat, Foi de dafin),

Iahnie de fasole cu Ciolan -150g, (Sare de masa, Fasole (uscata), Pasta de tomate 28% , Morcovi, Ceapa, Ardei gras galben, Radacina de telina , Ulei floarea soarelui, Cimbru uscat, Foi de dafin), Ciolan(contine corectori de aciditate E452, potentiatori de aroma E621 si conservanti E250) – 70g

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:264,6 Kcal / 1106,01 Kj, Grăsimi: 18,11g, Acizi Grași Saturati: 9,23g, Glucide: 10,92g, Zaharuri: 2,89g, Proteine: 13,88g, Sare: 2,69g. Alergeni: ȚELINĂ, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

BURGERI

BURGER DE OAIE, (335g)

Ingrediente pentru 1 portie: Chiftea la gratar – 100 g (Carne tocata Oaie& Vita- 98%, ceapa, sare, piper) , Chifa burger -90g (Faina alba , Lapte 1,5%, Zahar tos, Sare de masa, Drojdie proaspata, Unt 82% , Seminte de susan), Rosii -50g , Sos 30 g(Crema pentru gatit (contine: antioxidanti E322, stabilizatori E412, E410 si E1442, corectori de aciditate E339, coloranti artificiali E160A) Branza de capra rulou, Sare de masa, Piper negru macinat) Branza Cheddar 2 felii (contine: corectori de aciditate E331, E339 si E330, antioxidanti E322, coloranti artificiali E160A) -20g , Castraveti in otet (contine: castraveti conservati cu otet din alcool, zahar, sare, mustar boabe, marar, ceapa)-25g, Ceapa -20g, Ceapa rosie -20g, Salata Romana

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 280,23 Kcal / 1171,36 Kj, Grăsimi: 15,84 g, Acizi Grași Saturati: 7,35 g, Glucide: 21,72 g, Zaharuri: 4,6 g, Proteine: 12,41 g, Sare: 1,47 g.

Alergeni: GLUTEN, OUĂ, LAPTE, SEMINȚE DE SUSAN, MUSTAR

BURGER DE VITA BLACK ANGUS, (310g)

Ingrediente pentru 1 porție:Chiftea la gratar- 120 g (Carne de vita Angus 98%, ceapa, sare, piper), Chifa burger -90g (Faina alba , Lapte 1,5%, Zahar tos , Sare de masa, Drojdie proaspata, Unt 82% , Seminte de susan), Sos 30g (Smantana 20% Rustic -10g ,Sos Maioneza (contine coloranti artificiali E100), Sare de masa, Otet alb din alcool, Piper alb macinat), Branza Cheddar 2 felii -20g (contine: corectori de aciditate E331, E339 si E330, antioxidanti E322, coloranti artificiali E160A), Castraveti in otet (contine: castraveti conservati cu otet din alcool, zahar, sare, mustar boabe, marar, ceapa) -20g , Rosii , Ceapa , Ceapa rosie, Salata verde

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 306,24 Kcal / 1280,09Kj, Grăsimi: 17,39g, Acizi Grași Saturati: 7,46g, Glucide: 21,18g, Zaharuri: 4,28g, Proteine: 15,64g, Sare: 0,72g.

Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, OUĂ, SEMINȚE DE SUSAN, MUSTAR

HALLOUMI BURGER, (280g)

Ingrediente pentru 1 porție: Branza Halloumi Mediterranea la plita -90g , Chifa burger -90g (Faina alba , Lapte 1,5% , Zahar tos, Sare de masa, Drojdie proaspata, Unt 82%, Seminte de susan), Dovlecei -50g , Mustar de masa (contine: coloranti artificiali E160A) -25g , Rosii cherry -20g , Ceapa rosie -15g, Sos 30g (Ulei de masline extra virgin, Miere, Menta proaspata, Sare de masa, Piper negru macinat) Salata verde

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 341,02 Kcal / 1425,47Kj, Grăsimi: 19,84g, Acizi Grași Saturati: 9,37g, Glucide: 28,93g, Zaharuri: 8,45g, Proteine: 11,65g, Sare: 1,55g.

Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, MUȘTAR, SEMINȚE DE SUSAN

BURGER ASIATIC, (340g)

Ingrediente pentru 1 portie: Chiftea la gratar 150 g (Carne tocata din pulpa de pui cu piele -98%g ,sare, piper), Chifa burger -90g (Faina alba , Lapte 1,5%, Zahar tos, Sare de masa, Drojdie proaspata, Unt 82%, Seminte de susan), Branza Cheddar 2 felii (contine: corectori de aciditate E331, E339 si E330, antioxidanti E322, coloranti artificiali E160A) -20g , Castraveti -25g , Ceapa -20g , Pesmet, , Sos 30 g (Crema pentru gatit (contine: antioxidanti E322, stabilizatori E412, E410 si E1442, corectori de aciditate E339, coloranti artificiali E160A), Green Curry Paste (chilli verde, lemon grass, usturoi, sare, galanga, pasta de creveti,Frunze de lime, coriandru seminte, piper, chimion, turmeric), Condiment Curry, Sare de masa, Piper negru macinat),Salata verde.

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 244,53 Kcal / 1022,13 Kj, Grăsimi: 10,73 g, Acizi Grași Saturati: 5,1 g, Glucide: 21,53 g, Zaharuri: 4,11 g, Proteine: 14,34 g, Sare: 0,74 g.

Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, SEMINȚE DE SUSAN, CRUSTACEE, poate contine urme de peste

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

BURGER ORIENTAL, (310g)

Ingrediente pentru 1 porție: Chiftea la gratar -120g (Carne de vita Angus 98%, ceapa, sare, piper), Chifa burger -90g (Faina alba , Lapte 1,5%, Zahar tos, Sare de masa, Drojdie proaspata, Unt 82%, Seminte de susan), Rosii -50g, Humus -50g(naut 76%, ulei de rapita, pasta de susan, condiment si extracte de condiment, sare ,acid citric (E330), bicarbonat de sodiu (E242), zahar, sorbat de potasiu (E202), Castraveti -25g , Branza Cheddar 2 felii (contine: corectori de aciditate E331, E339 si E330, antioxidanti E322, coloranti artificiali E160A) -20g , Ceapa -20g , Ceapa rosie -20g , Condimente pentru gulas, Boia de ardei dulce, Cimbru uscat , Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 345,42 Kcal / 1443,87Kj, Grăsimi: 19,99g, Acizi Grași Saturati: 7,29g, Glucide: 24,37g, Zaharuri: 5,1g, Proteine: 16,36g, Sare: 1,27g. Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, SEMINTE DE SUSAN

CHIPSURI DIN CARTOFI, (90g)

Ingrediente pentru 1 portie: Chipsuri din cartof albi -90g , Ulei foarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900), Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 294,24 Kcal / 1229,94 Kj, Grăsimi: 15,57 g, Acizi Grași Saturati: 1,21 g, Glucide: 35,34 g, Zaharuri: 2,57 g, Proteine: 3,84 g, Sare: 1,13 g.

Alergeni:

PLATOURI

PUI LA CEAUN CU CARTOFI PRAJITI, (1250g)

Ingrediente pentru 1 porție:

- Pui prajit la ceaun- 750 g (Pui intreg*, sare, piper, untura de porc) ,
- Cartofi prajiti cu branza tare -500g (Branza Gran Formaggio , Usturoi praf, Sare de masa, Piper negru macinat, Frunze de patrunjel, Cartof albi, Ulei foarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900)), Sos de smantana cu usturoi -70g (Smantana 30% Rustic, Usturoi, Sare de masa, Ulei foarea soarelui)

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 205,53 Kcal / 859,12 Kj, Grăsimi: 10,46 g, Acizi Grași Saturati: 2,98g, Glucide: 11,32g, Zaharuri: 0,93g, Proteine: 16,59g, Sare: 0,87g. Alergeni: LACTOZĂ

PLATOUL IELELOR, (1530g)

Ingrediente pentru 1 portie: **Cartof cu rozmarin -600g** (Cartof albi, Usturoi, Ulei floarea soarelui, Sare de masa, Piper negru macinat, Rozmarin proaspat), **Pulpe de pui dezodate* la gratar -240g** (Pulpe de pui dezodate, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin), **Gogosari in otet** (gogosari, apa, otet din alcool, zahar, sare) -200g , **Ceafa de porc la gratar -180g** (Ceafa de porc, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin), **Mititei la gratar 2*75g** -(Usturoi, Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500), Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute, Piper negru macinat, Cimbru uscat, Sare de masa, Carne mici amestec vita, porc, oaie), **Carnati de plescoi la gratar-75g** (Carne de oaie , Carne tocata vita, Sare de masa, Usturoi, Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute), **Carnati proaspeti la gratar -85g** (Carnati Sibieni- spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 202,2 Kcal / 845,22 Kj, Grăsimi: 13,34 g, Acizi Grași Saturati: 5,23 g, Glucide: 9,07 g, Zaharuri: 0,79 g, Proteine: 11,32 g, Sare: 1,18 g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI,

HORA MITITEILOR, (1800g)

Ingrediente pentru 1 porție:

-**Mititei la gratar 14buc*75g**, (Usturoi, Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500), Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute, Piper negru macinat, Cimbru uscat, Sare de masa, Carne mici amestec vita, porc, oaie),

- **Cartof prajiti cu branza tare -750g**, (Branza Gran Formaggio , Usturoi praf, Sare de masa, Piper negru macinat, Frunze de patrunjel, Cartof albi, Ulei foarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900))

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:288,81 Kcal / 1207,24 Kj, Grăsimi: 22,37g, Acizi Grași Saturati: 15,34g, Glucide: 11,87g, Zaharuri: 0,77g, Proteine: 10,03g, Sare: 1,22g.

Alergeni: LACTOZĂ

PLATOUL URSITOARELOR, (2840g)

Ingrediente pentru 1 porție:

-**Pui la ceaun -750g**, (Pui intreg, Untura de porc, Sare de masa, Piper negru macinat),

-**Coaste de porc la cuptor -450g**, (Sos barbecue (contine antioxidanti E330, stabilizatori E415 si conservanti E202), marinata coaste (cimbru,ceapa, foi dafin, sare, piper ulei foarea soarelui, bere bruna, bere blonda, Coaste de porc),

- **Pulpa de rata souvide** (contine stabilizatori E407 si corectori de aciditate E451) -250g, ,

- **Cartof prajiti cu branza tare -750g**, (Branza Gran Formaggio , Usturoi praf, Sare de masa, Piper negru macinat, Frunze de patrunjel, Cartof albi, Ulei foarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900)),

- **Ceafa de porc la gratar -180g**, (Ceafa de porc, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin),

- **Carnati proaspeti la gratar -170g**, (Carnati Sibieni- spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz),

- **Pastrama de oaie -150g**, (Pastrama oaie slaba, Usturoi, Ulei foarea soarelui, Vin alb sec),

- **Sos barbeque -70g**, (Sos barbecue (contine antioxidanti E330, stabilizatori E415 si conservanti E202)),

- **Sos de smantana cu usturoi -70g**, (Smantana 30% Rustic, Usturoi, Sare de masa, Ulei floarea soarelui)

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:244,77 Kcal / 1023,13 Kj, Grăsimi: 16,18g, Acizi Grași Saturati: 4,94g, Glucide: 9,23g, Zaharuri: 1,75g, Proteine: 15,5g, Sare: 1,01g. Alergeni: LACTOZĂ, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

PLATOUL SANZIENELOR, (2360g)

Ingrediente pentru 1 porție:

- **Cartof prajiti cu branza tare -750g**, (Branza Gran Formaggio , Usturoi praf, Sare de masa, Piper negru macinat, Frunze de patrunjel, Cartof albi, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900)),

- **Salata de ardei copt -480g**, (Ardei capia copti (ardei capia, apa, sare, otet din alcool, zahar, clorura de calciu (E509)), Rosii, Ceapa rosie, Usturoi, Ulei floarea soarelui, Zahar tos, Otet alb din alcool),

- **Frigarui asortate -280g**, (Piept de pui fle, fara piele*, Muschi file porc, Carnati Sibieni(spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz), Ceapa rosie, Ardei gras galben, Sare de masa, Piper negru macinat),

- **Crochete de pui -210g**, (Piept de pui dezodat fara piele, Piper alb macinat, Sare de masa, Faina alba , Oua de gaina , Fulgi de porumb),

-**Ceafa de porc la gratar -180g**, (Ceafa de porc, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin),

- **Piept de curcan la Gratar -160g**, (Piept curcan fara piele*, Sare de masa, Piper negru macinat, Bautura Spirtoasa Unirea (contine coloranti artificiali E150D), Unt 82%),

- **Carnati proaspeti la gratar -160g**, (Carnati Sibieni- spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz),

- **Sos Calipso -70g**, (Smantana 20% Rustic, Zahar pudra, Usturoi, Maioneza (contine coloranti artificiali E100), Ketchup (contine: stabilizatori E412 si E415, conservanti E211 si E202), Bautura Spirtoasa Unirea (contine coloranti artificiali E150D)),

- **Mujdei de usturoi -70g**, (Sare de masa, Ulei floarea soarelui, Usturoi, Apa)

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:174,8 Kcal / 730,68 Kj, Grăsimi: 7,83g, Acizi Grași Saturati: 1,76g, Glucide: 14,81g, Zaharuri: 2,28g, Proteine: 11,17g, Sare: 1,26g. Alergeni: GLUTEN, OUA, LACTOZĂ, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

PLATOUL SANZIENELOR, (2360g)

Ingrediente pentru 1 porție:

- **Cartof prajiti cu branza tare -750g**, (Branza Gran Formaggio , Usturoi praf, Sare de masa, Piper negru macinat, Frunze de patrunjel, Cartof albi, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900)),
- **Salata de ardei copt -480g**, (Ardei capia copti (ardei capia, apa, sare, otet din alcool, zahar, clorura de calciu (E509)), Rosii, Ceapa rosie, Usturoi, Ulei floarea soarelui, Zahar tos, Otet alb din alcool),
- **Frigarui asortate -280g**, (Piept de pui fle, fara piele*, Muschi file porc, Carnati Sibieni(spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz), Ceapa rosie, Ardei gras galben, Sare de masa, Piper negru macinat),
- **Crochete de pui -210g**, (Piept de pui dezodat fara piele, Piper alb macinat, Sare de masa, Faina alba , Oua de gaina , Fulgi de porumb),
- **Ceafa de porc la gratar -180g**, (Ceafa de porc, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin),
- **Piept de curcan la Gratar -160g**, (Piept curcan fara piele*, Sare de masa, Piper negru macinat, Bautura Spirtoasa Unirea (contine coloranti artificiali E150D), Unt 82%),
- **Carnati proaspeti la gratar -160g**, (Carnati Sibieni- spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz),
- **Sos Calipso -70g**, (Smantana 20% Rustic, Zahar pudra, Usturoi, Maioneza (contine coloranti artificiali E100), Ketchup (contine: stabilizatori E412 si E415, conservanti E211 si E202), Bautura Spirtoasa Unirea (contine coloranti artificiali E150D)),
- **Mujdei de usturoi -70g**, (Sare de masa, Ulei floarea soarelui, Usturoi, Apa)

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:174,8 Kcal / 730,68 Kj, Grăsimi: 7,83g, Acizi Grași Saturați: 1,76g, Glucide: 14,81g, Zaharuri: 2,28g, Proteine: 11,17g, Sare: 1,26g. Alergeni: GLUTEN, OUĂ, LACTOZĂ, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

PLATOUL CALUSARILOR, (2270g)

Ingrediente pentru 1 porție:

- **Cartof prajiti cu branza tare -750g**, (Branza Gran Formaggio , Usturoi praf, Sare de masa, Piper negru macinat, Frunze de patrunjel, Cartof albi, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900)), -
- **Salata de castraveti in otet -600g**, (Castraveti in otet (contine: castraveti conservati cu otet din alcool, zahar, sare, mustar boabe, marar, ceapa)
- **Snitel de porc -240g**, (Muschi file porc*, Oua de gaina , Pesmet , Faina alba , Sare de masa, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900)),
- **Cascaval Pane -210g**, (Cascaval Dalia Solomonescu, Oua de gaina , Faina alba , Pesmet , Sare de masa, Telemea de vaca Raraul),
- **Piept de pui la gratar -160g**, (Piept de pui file fara piele*, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin),
- **Carnati proaspeti la gratar -160g**, (Carnati Sibieni spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz),
- **Mititei la gratar -2*75 g**, (Usturoi, Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500), Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute, Piper negru macinat, Cimbru uscat, Sare de masa, Carne mici amestec vita, porc, oaie)

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:186,65 Kcal / 780,19 Kj, Grăsimi: 8,72g, Acizi Grași Saturați: 3,22g, Glucide: 16,8g, Zaharuri: 1,02g, Proteine: 9,92g, Sare: 1,19g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI, GLUTEN, OUĂ, LACTOZĂ, MUSTAR

GRATARE

ANTRICOT DE VITA LA GRATAR, (150g)

Ingrediente pentru 1 portie: Antricot de vita fara os , Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 171,6 Kcal / 717,29 Kj, Grăsimi: 4,69 g, Acizi Grași Saturați: 2,35 g, Glucide: 0,73 g, Zaharuri: 0,73 g, Proteine: 32,27 g, Sare: 1,21 g.

Alergeni:

COTLET DE PORC CU OS, (230g)

Ingrediente pentru 1 portie: Cotlet de porc cu os*, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 284,61 Kcal / 1189,68 Kj, Grăsimi: 17,58 g, Acizi Grași Saturați: 6,96 g, Glucide: 0,49 g, Zaharuri: 0,07 g, Proteine: 31,38 g, Sare: 0,57 g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

CEAFA DE PORC LA GRATAR, (180g)

Ingrediente pentru 1 portie: Ceafa de porc *, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 277,67 Kcal / 1160,67 Kj, Grăsimi: 18,15 g, Acizi Grași Saturați: 7,67 g, Glucide: 0,63 g, Zaharuri: 0,08 g, Proteine: 26,27 g, Sare: 0,56 g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

FRIGARUI DE BERBECUT, (130g)

Ingrediente pentru 1 portie: Pulpa de berbecut *, Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 379,03 Kcal / 1584,35 Kj, Grăsimi: 29,13 g, Acizi Grași Saturați: 15,43 g, Glucide: 0,59 g, Zaharuri: 0,01 g, Proteine: 29,24 g, Sare: 2,31 g.

Alergeni:nu

FRIGARUI ASORTATE, (280g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept de pui file, fara piele* -60g , Muschi fle porc -60g , Carnati Sibieni -65 g , Ceapa rosie -55g , Ardei gras galben -40g , Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 117,51 Kcal / 491,18 Kj, Grăsimi: 4,73 g, Acizi Grași Saturați: 0,69 g, Glucide: 3,69 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 14,41 g, Sare: 1,45 g.

Alergeni:nu

CARNATI DE PLESCOI LA GRATAR, (150g)

Ingrediente pentru 1 portie: Carnati de plescoi (Carne de oaie , Carne de vita , Sare de masa, Usturoi, Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 393,72 Kcal / 1645,75 Kj, Grăsimi: 31,48 g, Acizi Grași Saturați: 14,28 g, Glucide: 1,35 g, Zaharuri: 0,8 g, Proteine: 23,71 g, Sare: 3 g.

Alergeni:nu

CARNATI PROASPETI LA GRATAR, (170g)

Ingrediente pentru 1 portie: Carnati Sibieni (spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 206,35 Kcal / 862,56 Kj, Grăsimi: 14,82 g, Acizi Grași Saturați: 0 g, Glucide: 2,47 g, Zaharuri: 0 g, Proteine: 15,76 g, Sare: 1,79 g.

Alergeni:

PIEPT DE PUI LA GRATAR, (160g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept de pui file, fara piele*, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 178,13 Kcal / 744,59 Kj, Grăsimi: 5,54 g, Acizi Grași Saturați: 1,92 g, Glucide: 0,71 g, Zaharuri: 0,09 g, Proteine: 29,3 g, Sare: 0,63 g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

PIEPT DE CURCAN LA GRATAR, (160g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept curcan fara piele*, marinata (Unt 82% -20g , Bautura Spirtoasa Unirea (contine coloranti artificiali E150D), Sare de masa , Piper negru macinat) – 20g

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 256,09 Kcal / 1070,45 Kj, Grăsimi: 10,84 g, Acizi Grași Saturați: 6,81 g, Glucide: 3,58 g, Zaharuri: 0,08 g, Proteine: 34,59 g, Sare: 1,88 g.

Alergeni: LACTOZĂ

PULPE DE PUI DEZOSATE LA GRATAR, (240g)

Ingrediente pentru 1 portie: Pulpe de pui dezodate, marinata friptura (ulei masline;sare;piper;usturoi,cimbru;rozmarin,vin)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetica: 201,83 Kcal / 843,65 Kj, Grăsimi: 11,29 g, Acizi Grași Saturați: 4,23 g, Glucide: 1,06 g, Zaharuri: 0,19 g, Proteine: 23,96 g, Sare: 0,57 g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

MITITEI LA GRATAR, (1buc-75g)

Ingrediente pentru 1 porție: Carne mici amestec vita, porc, oaie ,contine (Usturoi,Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500) , Boia de ardei dulce si iute, Piper, Cimbru, Sare)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică:128kcal/ 536kj, Grăsimi: 7 g, Acizi Grași Saturați: 4,6 g, Glucide: 3,3 g, Zaharuri: 0,5 g, Proteine: 13 g, Sare: 2 g.

Alergeni:

CARNATI DE PLESCOI LA GRATAR, (150g)

Ingrediente pentru 1 porție: Carnati de plescoi- Carne de Oaie 66% , Carne vita 33%, Sare de masa, Usturoi, Boia de ardei dulce, Boia de ardei iute.

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică:393,72 Kcal / 1645,75 Kj, Grăsimi: 31,48g, Acizi Grași Saturați: 14,28g, Glucide: 1,35g, Zaharuri: 0,8g, Proteine: 23,71g, Sare: 3g.

Alergeni:

RATA CU VARZA ROSIE, STAFIDE SI MERE, (200g/260g)

Ingrediente pentru 1 porție:

- **Pulpa de rata souvide** (contine stabilizatori E407 si corectori de aciditate E451) -200g ,

- **Varza** (rosie) -240g , Ceapa -27g , Mere -25g , Stafde aurii, Fresh de portocale , Zahar tos, Vin rosu sec , Otet balsamic (contine coloranti artificiali E150D), Usturoi, Sare de masa, Cimbru verde, Piper negru macinat, Foi de dafin

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 192,98 Kcal / 806,67 Kj, Grăsimi: 12,83 g, Acizi Grași Saturați: 3,43g, Glucide: 10,45g, Zaharuri: 5,29g, Proteine: 8,7g, Sare: 1,49g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

TOCANITA DE CIUPERCI CU MAMALIGUTA, (300g/300g)

Ingrediente pentru 1 portie:

- **Tocanita de ciuperci** (Ciuperci champignon -50% , Radacina de telina -15% , Ceapa -15% , Ulei floarea soarelui , Ardei capia, Ardei gras galben, Faina alba, Marar verde, Sare de masa) -300g

-**Mamaliga** (malai, sare, urme ulei de floarea soarelui)-300g ,

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 103,84 Kcal / 434,05 Kj, Grăsimi: 5,11 g, Acizi Grași Saturați: 0,57 g, Glucide: 12,46 g, Zaharuri: 0,57 g, Proteine: 2,7 g, Sare: 0,95 g.

Alergeni: GLUTEN, ȚELINĂ

FICATEI LA TIGAIE, (240g)

Ingrediente pentru 1 portie: Ficat de pui*98% , Ulei floarea soarelui ,

Usturoi, Vin alb sec , Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 231,77 Kcal / 968,78 Kj, Grăsimi: 13,74 g, Acizi Grași Saturați: 3,55 g, Glucide: 3,17 g, Zaharuri: 0,18 g, Proteine: 21,75 g, Sare: 1,25 g.

Alergeni: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

SNITEL DIN PIEPT DE PUI, (220g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept de pui file, fara piele* -90% , Pesmet , Faina alba , Oua de gaina, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900), Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 324,07 Kcal / 1354,6 Kj, Grăsimi: 10,73 g, Acizi Grași Saturați: 1,64 g, Glucide: 27,84 g, Zaharuri: 1,94 g, Proteine: 26,85 g, Sare: 1,42 g. Alergeni: GLUTEN, OUĂ

SNITEL DE CURCAN , (220g)

Ingrediente pentru 1 portie: Piept curcan fara piele* -90% , Pesmet, Faina alba, Oua de gaina, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900), Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 317,07 Kcal / 1325,34 Kj, Grăsimi: 8,53 g, Acizi Grași Saturați: 0,59 g, Glucide: 27,84 g, Zaharuri: 1,94 g, Proteine: 30,65 g, Sare: 1,42 g. Alergeni: GLUTEN, OUĂ

SNITEL DE PORC, (240g)

Ingrediente pentru 1 portie: Muschi file porc* -90%, Pesmet, Faina alba, Oua de gaina, Ulei floarea soarelui Bonatello (contine emulgatori E900), Sare de masa

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 302,56 Kcal / 1264,71 Kj, Grăsimi: 10,57 g, Acizi Grași Saturați: 1,84 g, Glucide: 25,52 g, Zaharuri: 1,78 g, Proteine: 24,43 g, Sare: 1,3 g.

Alergeni: GLUTEN, OUĂ

COASTE DE PORC LA CUPTOR, (450g)

Ingrediente pentru 1 portie: Coaste de porc -450g , marinata coaste (cimbru,ceapa, foidafn, sare, piper ulei floarea soarelui, bere bruna, bere blonda), Sos barbecue (contine antioxidanti E330, stabilizatori E415 si conservanti E202)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 349,11 Kcal / 1459,28 Kj, Grăsimi: 31,47 g, Acizi Grași Saturați: 10,56 g, Glucide: 1,89 g, Zaharuri: 1,61 g, Proteine: 14,9 g, Sare: 0,18 g.

Alergeni:

CIOLAN AFUMAT CU VARZA, (650g/450g)

Ingrediente pentru 1 portie:

- **Ciolan cu os calibrat** (contine corectori de aciditate E452, potentiatori de aroma E621 si conservanti E250) -650g ,

- **Mancare de varza -450g** (Morcovi, Foi de dafin, Pasta de tomate 28% , Piper negru, Sare de masa, Ulei floarea soarelui, Varza, Ardei gras galben, Ceapa, Cimbru uscat, Marar verde, Varza murata)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 112,5 Kcal / 470,25 Kj, Grăsimi: 5,23 g, Acizi Grași Saturați: 1,11 g, Glucide: 4,38 g, Zaharuri: 1,07 g, Proteine: 11,37 g, Sare: 2,3 g.

Alergeni:

CIOLAN CU IAHNIE DE FASOLE, (650g/450g)

Ingrediente pentru 1 portie:

- **Ciolan cu os calibrat** (contine corectori de aciditate E452, potentiatori de aroma E621 si conservanti E250) -650g ,

- **Iahnice de fasole -450g** (Sare de masa, Fasole (uscata), Pasta de tomate 28% , Morcovi, Ceapa, Ardei gras galben, Radacina de telina , Ulei floarea soarelui, Cimbru uscat, Foi de dafin)

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 108,52 Kcal / 453,61 Kj, Grăsimi: 3,73 g, Acizi Grași Saturați: 0,93 g, Glucide: 6,02 g, Zaharuri: 0,49 g, Proteine: 12,59 g, Sare: 1,82 g.

Alergeni: ȚELINĂ

GULAS ARDELENESC, (480g)

Ingrediente pentru 1 portie: Pulpa de vita fiarta*-100g , Ceapa -72g , Cartof albi -56g , Rosii in bulion (antioxidanti E330) -40g , Condimente pentru gulas -40g , Ulei floarea soarelui -20g , Ardei gras rosu , Ardei gras galben, Frunze de patrunjel , Usturoi , Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 143,15 Kcal / 598,36 Kj, Grăsimi: 9,78 g, Acizi Grași Saturați: 2,96 g, Glucide: 6,79 g, Zaharuri: 2,45 g, Proteine: 6,23 g, Sare: 3,87 g.

Alergeni:

TOCANITA DE CARTOFI CU CARNE DE PORC, (440g)

Ingrediente pentru 1 portie: Cartof albi -266,67g , Ceafa de porc -80g , Ceapa -66,67g , , Rosii in bulion (antioxidanti E330) -50g , Carnati Sibieni:spata de porc 85%,apa, sare,usturoi, piper, fibra de ovaz) -33,33g, Ardei capia -33,33g , Ardei gras galben -33,33g, Oase garf afumate (contine conservanti E250), Frunze de patrunjel , Sare de masa, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 126,78 Kcal / 529,96 Kj, Grăsimi: 4,65 g, Acizi Grași Saturați: 1,42 g, Glucide: 12,89 g, Zaharuri: 1,34 g, Proteine: 8,45 g, Sare: 1,11 g.

Alergeni:

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

TIGAIE PICANTA, (240G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: MUSCHI FLE PORC LA TIGAIE -65G , **CEAFA DE PORC LA TIGAIE**-65G , **PIEPT DE PUI FILE**, FARA PIELE* LA TIGAIE -60G , **TORTILLA DIN FAINA DE GRAU** (FAINA DE GRAU, ULEI DE PALMIER, SARE, DEXTROZA, CONTINE: AGENTI DE INGORSARE E422, STABILIZATORI E412, E466, E471, CORECTORI DE ACIDITATE E450, E500, POTENTIATORI DE AROMA E296, CONSERVANTI E281, E202, AGENTI DE TRATARE A FAINII E920) -30G , CEAPA -22G , ARDEI GRAS GALBEN -20G , USTUROI, ARDEI CAPIA, ULEI FLOAREA SOARELUI, VIN ALB SEC, ARDEI IUTE, BOIA DE ARDEI DULCE, SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT, FULGI DE CHILLI

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 258,52 KCAL / 1080,63 KJ, GRĂSIMI: 12,8 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 3,79 G, GLUCIDE: 13,28 G, ZAHARURI: 1,75 G, PROTEINE: 21,55 G, SARE: 1,61 G. ALERGENI: GLUTEN, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

SARMALE CU VARZA SI MAMALIGUTA, (300G/50G/300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: MAMALIGA -300G , SARMALE 5X60G+ MANCARE DE VARZA (VARZA MURATA (APA, SARE, MARAR) -360G , CARNE TOCATA DE PORC 20/80 -150G , CEAPA -60G , CARNE TOCATA DE VITA -50G , PASTA DE TOMATE 28% -50G , OREZ , ULEI FOAREA SOARELUI, SARE DE MASA, FOI DE DAFIN , PIPER NEGRU MACINAT, CIMBRU USCAT), COSTITA AFUMATA (CONTINE: CORECTORI DE ACIDITATE E331 SI E451, STABILIZATORI E407, ANTIOXIDANTI E316, CONSERVANTI E250 SI POTENTIATORI DE AROMA E621) -30G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 150,79 KCAL / 630,32 KJ, GRĂSIMI: 8,06 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 2,71 G, GLUCIDE: 11,15 G, ZAHARURI: 1,92 G, PROTEINE: 7,2 G, SARE: 1,75 G.

ALERGENI:

PASTRAMA DE OAIE CU MAMALIGA, (150G/300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE:

- **PASTRAMA DE OAIE LA TIGAIE** (PASTRAMA OAIE SLABA, USTUROI , ULEI FOAREA SOARELUI , VIN ALB SEC) – 150G

- **MAMALIGA** (MALAI, SARE, ULEI DE FLOAREA SOARELUI) -300G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 170,28 KCAL / 711,78 KJ, GRĂSIMI: 8,23 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 2,9 G, GLUCIDE: 12,5 G, ZAHARURI: 0,31 G, PROTEINE: 11,22 G, SARE: 1,38 G.

ALERGENI: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

CIULAMA DE PUI CU CIUPERCI CU MAMALIGA, (300G/300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE:

-**CIULAMA DE PUI CU CIUPERCI** (PIEPT DE PUI FILE, FARA PIELE*LA TIGAIE -180G , LAPTE 1,5% UHT -125G , CIUPERCI CHAMPIGNON -80G , FAINA ALBA -25G , UNT 82% -25G , ULEI DE FLOAREA SOARELUI, SARE DE MASA, PIPER ALB MACINAT) – 300G

--**MAMALIGA** (MALAI EXTRA , SARE DE MASA, ULEI FLOAREA SOARELUI)- 300 G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 141,54 KCAL / 591,62 KJ, GRĂSIMI: 5,09 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 2,91 G, GLUCIDE: 13,1 G, ZAHARURI: 1,48 G, PROTEINE: 10,37 G, SARE: 0,97 G.

ALERGENI: GLUTEN, LACTOZĂ

CARNATI CU VARZA, (170G/300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE:

- **CARNATI PROASPETI LA GRATAR** -170G (CARNATI SIBIENI: SPATA DE PORC 85%,APA, SARE,USTUROI, PIPER, FIBRA DE OVAZ)

-**MANCARE DE VARZA -300G** (MORCOVI, FOI DE DAFN SEMISELECTAT, PASTA DE TOMATE 28% , PIPER NEGRU, SARE DE MASA, ULEI FOAREA SOARELUI, VARZA, ARDEI GRAS GALBEN, CEAPA, CIMBRU USCAT, MARAR VERDE, VARZA MURATA),

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 150,6 KCAL / 629,49 KJ, GRĂSIMI: 9,46 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,43G, GLUCIDE: 7,72G, ZAHARURI: 1,67G, PROTEINE: 7,59G, SARE: 2,11G.

ALERGENI:

CARNATI CU IAHNIE DE FASOLE, (170G/300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE:

- **CARNATI PROASPETI LA GRATAR -170G** (CARNATI SIBIENI: SPATA DE PORC 85%,APA, SARE,USTUROI, PIPER, FIBRA DE OVAZ)

- **IAHNIE DE FASOLE -300G** (SARE DE MASA, FASOLE (USCATA), PASTA DE TOMATE 28% , MORCOVI, CEAPA, ARDEI GRAS GALBEN, RADACINA DE TELINA , ULEI FLOAREA SOARELUI, CIMBRU USCAT, FOI DE DAFIN),

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 144,39 KCAL / 603,53 KJ, GRĂSIMI: 7,12 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,16G, GLUCIDE: 10,28G, ZAHARURI: 0,77G, PROTEINE: 9,49G, SARE: 1,37G.

ALERGENI: TELINA

CEAFA DE PORC LA CUPTOR CU PIURE CU TRUFE, (180G/300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE:

- **PIURE DE CARTOF** (CARTOFI, LAPTE, UNT, SOS DE CIUPERCI SI TRUFE, SARE) -300G ,

- **CEAFA DE PORC LA CUPTOR** (CEAFA DE PORC -98% , ULEI FLOAREA SOARELUI , VIN ROSU SEC, USTUROI, (CONTINE: COLORANTI ARTIFICIALI E160A), SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT, FOI DE DAFIN , CIMBRISOR

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 212,58 KCAL / 888,6 KJ, GRĂSIMI: 14,49 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 5,63 G, GLUCIDE: 9,05 G, ZAHARURI: 0,99 G, PROTEINE: 10,38 G, SARE: 1,16 G.

ALERGENI: DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI, MUȘTAR, LACTOZĂ

GARNITURI

PIURE DE CARTOFI, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CARTOF ALBI -250G , LAPTE 1,5% UHT HELGA -25G , UNT 82% -25G , SARE DE MASA

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 123,33 KCAL / 515,53 KJ, GRĂSIMI: 7,04 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 4,52 G, GLUCIDE: 13,56 G, ZAHARURI: 1,4 G, PROTEINE: 1,71 G, SARE: 1,02 G.

ALERGENI: LACTOZĂ

CARTOFI CU ROZMARIN, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: CARTOF ALBI -300G , ULEI FLOAREA SOARELUI -30G , USTUROI, SARE DE MASA, ROZMARIN PROASPAT , PIPER NEGRU MACINAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 175,04 KCAL / 731,65 KJ, GRĂSIMI: 9,4 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 1,05G, GLUCIDE: 20,79G, ZAHARURI: 1,47G, PROTEINE: 2,34G, SARE: 1,01G.

ALERGENI: NU

OREZ BASMATI, (250G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: OREZ FIERT BASMATI SCOTTI CU BOB LUNG -250 G , SARE DE MASA, ANASON

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 141,75 KCAL / 592,51 KJ, GRĂSIMI: 0,58 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,16G, GLUCIDE: 31G, ZAHARURI: 0,12G, PROTEINE: 2,83G, SARE: 1,88G.

ALERGENI: NU

SPANAC LA TIGAIE, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: SPANAC* TRAS LA TIGAIE -250G , CEAPA -50G , ULEI FLOAREA SOARELUI, USTUROI, PIPER NEGRU MACINAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 63,38 KCAL / 264,93 KJ, GRĂSIMI: 3,31 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,34 G, GLUCIDE: 5,96 G, ZAHARURI: 0,96 G, PROTEINE: 2,68 G, SARE: 0 G.

ALERGENI:

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

CARTOFI PRAJITI CU BRANZA TARE, (250G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CARTOF ALBI PRAJITI -230G , ULEI FOAREA SOARELUI BONATELLO (CONTINE EMULGATORI E900), BRANZA GRAN FORMAGGIO , USTUROI PRAF , SARE DE MASA, FRUNZE DE PATRUNJEL, PIPER NEGRU MACINAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 177,39 KCAL / 741,48 KJ, GRĂSIMI: 6,32 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,87 G, GLUCIDE: 26,8 G, ZAHARURI: 1,85 G, PROTEINE: 3,74 G, SARE: 1,24 G.

ALERGENI: LACTOZĂ

LEGUME LA GRATAR, (240G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: LEGULE LA GRATAR (CIUPERCI CHAMPIGNON - 75G , ARDEI CAPIA -30G , ROSII -50G , CEAPA ROSIE -35G , DOVLECEI -30G),DRESSING(ULEI DE MASLINE EXTRA VIRGIN, USTUROI, SARE DE MASA, BUSUIOC VERDE, PIPER NEGRU MACINAT) -20G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 67,63 KCAL / 282,67 KJ, GRĂSIMI: 4,15 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,6 G, GLUCIDE: 6,35 G, ZAHARURI: 0,04 G, PROTEINE: 2,31 G, SARE: 1,25 G.

ALERGENI:

SOTE DE CIUPERCI, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: CIUPERCI CHAMPIGNON -250 G , BAGHETA -60G , ULEI FLOAREA SOARELUI -20G , USTUROI -20G , VIN ALB SEC , FRUNZE DE PATRUNJEL, SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT , ZAHAR TOS

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 143,98 KCAL / 601,84 KJ, GRĂSIMI: 6,76 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,72G, GLUCIDE: 16,13G, ZAHARURI: 1,08G, PROTEINE: 5,56G, SARE: 1,24G. ALERGENI: GLUTEN, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

IAHNIE DE FASOLE, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: FASOLE (USCATA) -75% , CEAPA , PASTA DE TOMATE 28%, MORCOVI, ARDEI GRAS GALBEN, ULEI FLOAREA SOARELUI, RADACINA DE TELINA, SARE DE MASA, CIMBRU USCAT, FOI DE DAFIN

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 109,27 KCAL / 456,73 KJ, GRĂSIMI: 2,76 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,25 G, GLUCIDE: 14,71 G, ZAHARURI: 1,2 G, PROTEINE: 5,94 G, SARE: 1,13 G.

ALERGENI: ȚELINĂ

MANCARE DE VARZA, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: VARZA PROASPATA -40% , VARZA MURATA (VARZA, SARE, MARAR) -40% , PASTA DE TOMATE 28% -30G , MORCOVI , CEAPA, ARDEI GRAS GALBEN, ULEI FLOAREA SOARELUI , MARAR VERDE, SARE DE MASA, PIPER NEGRU, FOI DE DAFIN, CIMBRU USCAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 119 KCAL / 497,42 KJ, GRĂSIMI: 6,42 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,68 G, GLUCIDE: 10,7 G, ZAHARURI: 2,62 G, PROTEINE: 2,96 G, SARE: 2,3 G.

ALERGENI:

MAMALIGA, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: MALAI EXTRA, SARE DE MASA, ULEI FLOAREA SOARELUI

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 81,01 KCAL / 338,64 KJ, GRĂSIMI: 0,63 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,14 G, GLUCIDE: 16,69 G, ZAHARURI: 0,22 G, PROTEINE: 1,98 G, SARE: 0,89 G.

ALERGENI:

SALATE DE INSOTIRE

SALATA VERDE CU LAMAIE, (180G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: SALATA VERDE -150G , DRESSING (ZEAMA DE LAMAIE, ULEI DE MASLINE EXTRA VIRGIN, SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT)- 30G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 64,56 KCAL / 269,87 KJ, GRĂSIMI: 5,39 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,79 G, GLUCIDE: 3,82 G, ZAHARURI: 0,01 G, PROTEINE: 1,09 G, SARE: 1,67 G.

ALERGENI: NU

SALATA DE ROSII, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: ROSII -300G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 18 KCAL / 75,24 KJ, GRĂSIMI: 0,2 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0G, GLUCIDE: 3,9G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 0,9G, SARE: 0G.

ALERGENI: NU

SALATA DE CASTRAVETI VERZI, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: CASTRAVETI -300G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 12 KCAL / 50,16 KJ, GRĂSIMI: 0,2 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0G, GLUCIDE: 2,2G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 0,6G, SARE: 0G.

ALERGENI: NU

SALATA DE ARDEI COPT, (240G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: ARDEI CAPIA COPTI (ARDEI CAPIA, APA, SARE, OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, CLORURA DE CALCIU (E509))-200G , ROSII -20G , CEAPA ROSIE -20G , DRESSING (ULEI FLOAREA SOARELUI, OTET ALB DIN ALCOOL DIN ALCOOL, USTUROI , ZAHAR TOS) -20 G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 71,28 KCAL / 297,93 KJ, GRĂSIMI: 3,87 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,42 G, GLUCIDE: 7,23 G, ZAHARURI: 4,68 G, PROTEINE: 1,62 G, SARE: 0,92 G.

ALERGENI:NU

SALATA DE VARZA, (260G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: VARZA -200G , VARZA (ROSIE) -40G , MORCOVI -20G , ULEI FOAREA SOARELUI- 20G , OTET ALB DIN ALCOOL, MARAR VERDE, SARE DE MASA

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 98,12 KCAL / 410,12 KJ, GRĂSIMI: 7,3 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,77G, GLUCIDE: 6,13G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 1,63G, SARE: 1,15G.

ALERGENI: NU

SALATA DE SFECLA ROSIE, (220G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: SALATA DE SFECLA ROSIE CUBURI ((SFECLA ROSIE, APA, OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, SARE, CONTINE: ACIDIFANT E330 SI AGENT DE INTARIRE E509) -200G , HREAN DE MASA IUTE (CONTINE:HREAN (61%), APA, ZAHAR, OTET DIN ALCOOL, ULEI DE RAPITA, SARE, ANTIOXIDANTI E223 SI E330, STABILIZATORI E412, E410 SI E415, POATE CONTINE URME DE OUA, SOIA, LAPTE, TELINA, BOABE DE MUSTAR) -20G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 41,91 KCAL / 175,18 KJ, GRĂSIMI: 0,64 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,05G, GLUCIDE: 7,45G, ZAHARURI: 5,7G, PROTEINE: 1,24G, SARE: 1,44G.

ALERGENI: NU

SALATA DE CASTRAVETI IN OTET, (200G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CASTRAVETI IN OTET(CONTINE: CASTRAVETI CONSERVATI CU OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, SARE, MUSTAR BOABE, MARAR, CEAPA)-200G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 27 KCAL / 112,86 KJ, GRĂSIMI: 0,2 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0 G, GLUCIDE: 5,5 G, ZAHARURI: 2,2 G, PROTEINE: 0,8 G, SARE: 1,8 G.

ALERGENI: MUSTAR

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

CARTOFI PRAJITI CU BRANZA TARE, (250G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CARTOF ALBI PRAJITI -230G , ULEI FOAREA SOARELUI BONATELLO (CONTINE EMULGATORI E900), BRANZA GRAN FORMAGGIO , USTUROI PRAF , SARE DE MASA, FRUNZE DE PATRUNJEL, PIPER NEGRU MACINAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 177,39 KCAL / 741,48 KJ, GRĂSIMI: 6,32 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,87 G, GLUCIDE: 26,8 G, ZAHARURI: 1,85 G, PROTEINE: 3,74 G, SARE: 1,24 G.

ALERGENI: LACTOZĂ

LEGUME LA GRATAR, (240G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: LEGULE LA GRATAR (CIUPERCI CHAMPIGNON - 75G , ARDEI CAPIA -30G , ROSII -50G , CEAPA ROSIE -35G , DOVLECEI -30G),DRESSING(ULEI DE MASLINE EXTRA VIRGIN, USTUROI, SARE DE MASA, BUSUIOC VERDE, PIPER NEGRU MACINAT) -20G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 67,63 KCAL / 282,67 KJ, GRĂSIMI: 4,15 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,6 G, GLUCIDE: 6,35 G, ZAHARURI: 0,04 G, PROTEINE: 2,31 G, SARE: 1,25 G.

ALERGENI:

SOTE DE CIUPERCI, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CIUPERCI CHAMPIGNON -250 G , BAGHETA -60G , ULEI FLOAREA SOARELUI -20G , USTUROI -20G , VIN ALB SEC , FRUNZE DE PATRUNJEL, SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT , ZAHAR TOS

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 143,98 KCAL / 601,84 KJ, GRĂSIMI: 6,76 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,72G, GLUCIDE: 16,13G, ZAHARURI: 1,08G, PROTEINE: 5,56G, SARE: 1,24G. ALERGENI: GLUTEN, DIOXID DE SULF ȘI SULFIȚI

IAHNIE DE FASOLE, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: FASOLE (USCATA) -75% , CEAPA , PASTA DE TOMATE 28%, MORCOVI, ARDEI GRAS GALBEN, ULEI FLOAREA SOARELUI, RADACINA DE TELINA, SARE DE MASA, CIMBRU USCAT, FOI DE DAFIN

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 109,27 KCAL / 456,73 KJ, GRĂSIMI: 2,76 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,25 G, GLUCIDE: 14,71 G, ZAHARURI: 1,2 G, PROTEINE: 5,94 G, SARE: 1,13 G.

ALERGENI: ȚELINĂ

MANCARE DE VARZA, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: VARZA PROASPATA -40% , VARZA MURATA (VARZA, SARE, MARAR) -40% , PASTA DE TOMATE 28% -30G , MORCOVI , CEAPA, ARDEI GRAS GALBEN, ULEI FLOAREA SOARELUI , MARAR VERDE, SARE DE MASA, PIPER NEGRU, FOI DE DAFIN, CIMBRU USCAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 119 KCAL / 497,42 KJ, GRĂSIMI: 6,42 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,68 G, GLUCIDE: 10,7 G, ZAHARURI: 2,62 G, PROTEINE: 2,96 G, SARE: 2,3 G.

ALERGENI:

MAMALIGA, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: MALAI EXTRA, SARE DE MASA, ULEI FLOAREA SOARELUI

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 81,01 KCAL / 338,64 KJ, GRĂSIMI: 0,63 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,14 G, GLUCIDE: 16,69 G, ZAHARURI: 0,22 G, PROTEINE: 1,98 G, SARE: 0,89 G.

ALERGENI:

SALATE DE INSOTIRE

SALATA VERDE CU LAMAIE, (180G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: SALATA VERDE -150G , DRESSING (ZEAMA DE LAMAIE, ULEI DE MASLINE EXTRA VIRGIN, SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT)- 30G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 64,56 KCAL / 269,87 KJ, GRĂSIMI: 5,39 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,79 G, GLUCIDE: 3,82 G, ZAHARURI: 0,01 G, PROTEINE: 1,09 G, SARE: 1,67 G.

ALERGENI: NU

SALATA DE ROSII, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: ROSII -300G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 18 KCAL / 75,24 KJ, GRĂSIMI: 0,2 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0G, GLUCIDE: 3,9G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 0,9G, SARE: 0G.

ALERGENI: NU

SALATA DE CASTRAVETI VERZI, (300G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CASTRAVETI -300G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 12 KCAL / 50,16 KJ, GRĂSIMI: 0,2 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0G, GLUCIDE: 2,2G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 0,6G, SARE: 0G.

ALERGENI: NU

SALATA DE ARDEI COPT, (240G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: ARDEI CAPIA COPTI (ARDEI CAPIA, APA, SARE, OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, CLORURA DE CALCIU (E509))-200G , ROSII -20G , CEAPA ROSIE -20G , DRESSING (ULEI FLOAREA SOARELUI, OTET ALB DIN ALCOOL DIN ALCOOL, USTUROI , ZAHAR TOS) -20 G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 71,28 KCAL / 297,93 KJ, GRĂSIMI: 3,87 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,42 G, GLUCIDE: 7,23 G, ZAHARURI: 4,68 G, PROTEINE: 1,62 G, SARE: 0,92 G.

ALERGENI:NU

SALATA DE VARZA, (260G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: VARZA -200G , VARZA (ROSIE) -40G , MORCOVI -20G , ULEI FOAREA SOARELUI- 20G , OTET ALB DIN ALCOOL, MARAR VERDE, SARE DE MASA

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 98,12 KCAL / 410,12 KJ, GRĂSIMI: 7,3 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,77G, GLUCIDE: 6,13G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 1,63G, SARE: 1,15G.

ALERGENI: NU

SALATA DE SFECLA ROSIE, (220G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: SALATA DE SFECLA ROSIE CUBURI ((SFECLA ROSIE, APA, OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, SARE, CONTINE: ACIDIFANT E330 SI AGENT DE INTARIRE E509) -200G , HREAN DE MASA IUTE (CONTINE:HREAN (61%), APA, ZAHAR, OTET DIN ALCOOL, ULEI DE RAPITA, SARE, ANTIOXIDANTI E223 SI E330, STABILIZATORI E412, E410 SI E415, POATE CONTINE URME DE OUA, SOIA, LAPTE, TELINA, BOABE DE MUSTAR) -20G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 41,91 KCAL / 175,18 KJ, GRĂSIMI: 0,64 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,05G, GLUCIDE: 7,45G, ZAHARURI: 5,7G, PROTEINE: 1,24G, SARE: 1,44G.

ALERGENI: NU

SALATA DE CASTRAVETI IN OTET, (200G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CASTRAVETI IN OTET(CONTINE: CASTRAVETI CONSERVATI CU OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, SARE, MUSTAR BOABE, MARAR, CEAPA)-200G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 27 KCAL / 112,86 KJ, GRĂSIMI: 0,2 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0 G, GLUCIDE: 5,5 G, ZAHARURI: 2,2 G, PROTEINE: 0,8 G, SARE: 1,8 G.

ALERGENI: MUSTAR

SALATA DE CEAPA, (200G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: CEAPA ROSIE -200G , OTET BALSAMIC (E150), SARE DE MASA, PIPER NEGRU MACINAT

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 47,02 KCAL / 196,54 KJ, GRĂSIMI: 0,14 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,02G, GLUCIDE: 9,59G, ZAHARURI: 0,87G, PROTEINE: 1,38G, SARE: 1,5G.

ALERGENI:

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

EXTRA

CHIFLA ALBA , (45G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: CHIFA ALBA* – FAINA DE GRAU, APA, DROJDIE, SARE IODATA, FAINA DE MALT (CONTINE: CONTINE COLORANTI ARTIFICIALI E122, STABILIZATORI E412, CORECTORI DE ACIDITATE E500, ANTIOXIDANTI E300, AGENTI DE TRATARE A FAINII E920) -60G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 320 KCAL / 1337,6 KJ, GRĂSIMI: 1,33 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,4G, GLUCIDE: 64G, ZAHARURI: 1,07G, PROTEINE: 8,4G, SARE: 1,6G.

ALERGENI: GLUTEN, POATE CONTINE URME DE SOIA, LAPTE, SEMINTE DE SUSAN

PAINE CU MAIA , (120G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: PAINE CU MAIA (FAINA FARA ADITIVI, SEMINTE DE FOLAREA SOARELUI, APA FILTRATE, SARE) -120G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 219,8 KCAL / 918,76 KJ, GRĂSIMI: 1,07 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0G, GLUCIDE: 43,1G, ZAHARURI: 0G, PROTEINE: 9,44G, SARE: 1,43G.

ALERGENI: GLUTEN

TURTA TARANEASCA, (90G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: ALUAT PROASPAT (FAINA, DROJDIE, UNT, ZAHAR, SARE) -90G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 262,29 KCAL / 1096,37 KJ, GRĂSIMI: 2,08 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,24G, GLUCIDE: 54,14G, ZAHARURI: 0,98G, PROTEINE: 8,68G, SARE: 2,2G.

ALERGENI: GLUTEN, LACTOZĂ

MUJDEI DE USTUROI, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: APA -50G , USTUROI, ULEI FOAREA SOARELUI, SARE DE MASA

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 91,07 KCAL / 380,68 KJ, GRĂSIMI: 6,69 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,73G, GLUCIDE: 7,07G, ZAHARURI: 0,21G, PROTEINE: 1,37G, SARE: 1,43G.

ALERGENI: NU

SOS DE SMANTANA CU HREAN, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: SMANTANA 30% -50G , HREAN DE MASA IUTE (CONTINE:HREAN (61%), APA, ZAHAR, OTET DIN ALCOOL, ULEI DE RAPITA, SARE, ANTIOXIDANTI E223 SI E330, STABILIZATORI E412, E410 SI E415, POATE CONTINE URME DE OUA, SOIA, LAPTE, TELINA, BOABE DE MUSTAR) -20G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 243,86 KCAL / 1019,32 KJ, GRĂSIMI: 23,43 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 13,03G, GLUCIDE: 4,71G, ZAHARURI: 4,06G, PROTEINE: 2,53G, SARE: 0,27G.

ALERGENI: LACTOZĂ, POATE CONTINE URME: DE OUA, TELINA, MUSTAR

SOS DE SMANTANA CU USTUROI, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: SMANTANA 30% -60G , USTUROI, ULEI FOAREA SOARELUI -2G , SARE DE MASA -0,5G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 292,66 KCAL / 1223,31 KJ, GRĂSIMI: 28,41 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 15,73 G, GLUCIDE: 6,6 G, ZAHARURI: 2,03 G, PROTEINE: 3,06 G, SARE: 0,74 G.

ALERGENI: LACTOZĂ

KETCHUP, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: KETCHUP CONCENTRAT DE TOMATE 13%, ZAHAR, OTET DIN ALCOOL, AMIDON, SARE IODATA, (CONTINE: STABILIZATORI E412 SI E415, CONSERVANTI E211 SI E202) -70G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 102 KCAL / 426,36 KJ, GRĂSIMI: 0,1 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,06G, GLUCIDE: 23,2G, ZAHARURI: 22,8G, PROTEINE: 0,1G, SARE: 1,8G.

ALERGENI:

SOS BARBEQUE, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: SOS BARBECUE APA, SIROP DE GLUCOZA-FRUCTOZA, PASTA DE TOMATE 11%, OTET,ZAHAR,AMIDON,SARE, SIROP DE ZAHAR CAMELIZAT,ACID CITRIC, PUDRA DE CEAPA,AROMA DE FUM,CHILI,BOIA,PIPER, (CONTINE ANTIOXIDANTI E330, STABILIZATORI E415 SI CONSERVANTI E202) -70G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 163 KCAL / 681,34 KJ, GRĂSIMI: 0,5 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,1G, GLUCIDE: 37G, ZAHARURI: 34G, PROTEINE: 1,6G, SARE: 2,8G.

ALERGENI: -

SOS DE MAIONEZA, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: SOS MAIONEZA (CONTINE COLORANTI ARTIFICIALI E100) -70G , APA -8,2%, ULEI VEDETAL DE RAPITA 78%, GALBENUS DE OU 2,1%, OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, SARE, SUC CONCENTRATE DE LAMAIE, EXTRACT DE PAPRIKA, OUA DE GAINA

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 680 KCAL / 2842,4 KJ, GRĂSIMI: 75 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 12G, GLUCIDE: 0,6G, ZAHARURI: 0,6G, PROTEINE: 1G, SARE: 0,63G.

ALERGENI: OUA

MUSTAR, (70G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: MUSTAR DE MASA (CONTINE: COLORANTI ARTIFICIALI E160A) APA, BOABE DE MUSTAR 18%, OTET DIN ALCOOL,ZAHAR, SARE, CONDIMENTE-70G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 92 KCAL / 384,56 KJ, GRĂSIMI: 4,6 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 0,3G, GLUCIDE: 8,7G, ZAHARURI: 4G, PROTEINE: 4G, SARE: 2G.

ALERGENI: MUȘTAR

SMANTANA NATUR, (100G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: SMANTANA 20% -100G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 200 KCAL / 836 KJ, GRĂSIMI: 20 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 12G, GLUCIDE: 2,5G, ZAHARURI: 2,5G, PROTEINE: 2,5G, SARE: 0,04G.

ALERGENI: LACTOZĂ

UNT, (40G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: UNT 82% -40G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 746 KCAL / 3118,28 KJ, GRĂSIMI: 82 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 53G, GLUCIDE: 0,9G, ZAHARURI: 0,6G, PROTEINE: 0,7G, SARE: 0,05G.

ALERGENI: LACTOZĂ

BRANZA TELEMEEA, (50G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORȚIE: TELEMEEA DE VACA -50G

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100G: VALOARE ENERGETICĂ: 239 KCAL / 999,02 KJ, GRĂSIMI: 19 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 11,5G, GLUCIDE: 1G, ZAHARURI: 1G, PROTEINE: 16G, SARE: 3G.

ALERGENI: LACTOZĂ

SOS CALIPSO, (50G)

INGREDIENTE PENTRU 1 PORTIE: SMANTANA 20% ,SOS MAIONEZA (CONTINE COLORANTI ARTIFICIALI E100) APA -8,2%, ULEI VEDETAL DE RAPITA 78%, GALBENUS DE OU 2,1%, OTET DIN ALCOOL, ZAHAR, SARE, SUC CONCENTRATE DE LAMAIE, EXTRACT DE PAPRIKA, OUA DE GAINA -15G , KETCHUP CONCENTRAT DE TOMATE 13%, ZAHAR, OTET DIN ALCOOL, AMIDON, SARE (CONTINE: STABILIZATORI E412 SI E415, CONSERVANTI E211 SI E202), USTUROI, ZAHAR PUDRA, BAUTURA SPIRTOASA UNIREA (CONTINE COLORANTI ARTIFICIALI E150D)

VALORI NUTRIȚIONALE PENTRU 100 GRAME: VALOARE ENERGETICĂ: 331,42 KCAL / 1385,34 KJ, GRĂSIMI: 28,56 G, ACIZI GRAȘI SATURAȚI: 7,22 G, GLUCIDE: 17,06 G, ZAHARURI: 11,56 G, PROTEINE: 1,6 G, SARE: 0,56 G.

ALERGENI: OUA, LAPTE

LISTA PREPARATE MENIU LA MAMA

INGREDIENTE & GRAMAJE & DECLARATIE NUTRITIONALA & ALERGENI

CRUTOANE, (50g)

Ingrediente pentru 1 portie: Paine alba -50g , Ulei de masline extra virgin, Sare de masa, Oregano uscat, Piper negru macinat

Valori nutriționale pentru 100 grame: Valoare energetică: 293,58 Kcal / 1227,16 Kj, Grăsimi: 5,84 g, Acizi Grași Saturati: 0,96 g, Glucide: 53,58 g, Zaharuri: 1,1 g, Proteine: 100,32 g, Sare: 3,08 g. Alergeni: GLUTEN

DESERT

TORT DE BISCUITI, (200g)

Ingrediente pentru 1 porție: Biscuiti Petit Beurre (faina de grau,zahar, zahar invertit, ulei de palmier, apa, amidon din porumb, agenti de afanare (bicarbonate de sodiu, bicarbonate de amoniu, pirofosfat acid de sodiu), sare, emulsifiant (lecitina de soia)conservant (metabisulfit de sodiu), acidifiant (acid citric), aroma artificiala (etilvanilina) -75,8g , Lichior de cafea (apa, zahar, alcool etilic din cereale, cacao, ciocolata, coloranti artificiali E150) -35,4g , Faina alba -33g , Lapte 1,5% UHT -30,4g , Unt 82% -20,2g , Oua de gaina , Zahar tos, Pudra de cacao (contine: corectori de aciditate E500), Ciocolata neagra (contine antioxidanti E322)

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 364,62 Kcal / 1524,11 Kj, Grăsimi: 14,5 g, Acizi Grași Saturati: 8,36g, Glucide: 46,45g, Zaharuri: 12,83g, Proteine: 6,5g, Sare: 0,18g.

Alergeni: SOIA, SULFITI, GLUTEN, LACTOZĂ, OUA

TORT CU OREO, (165g)

Ingrediente pentru 1 porție: Ciocolata alba (contine antioxidanti E322) -31,33g , Ciocolata neagra (contine antioxidanti E322) -31,33g , Crema pentru gatit Hulala (contine apa, grasimi si uleiuri vegetale hydrogenate (25%), grasimi:samburi de palmier, ulai de floarea soarelui, zahar, stabilizatori E420, E463,, proteine din lapte, emulsifianti:E481, lecitina din soia(E322), E472b, sare, arome)-31,33g , Biscuiti Oreo (contine: faina, zahar, ulei de palmier, ulei de rapita, cacao,amidon din grau, corectori de aciditate E503, E501, E500, E524 si antioxidanti E322) -23g , Crema de branza Philadelphia (contine lapte integral, smantana, permeat din zer, sare, stabilizatori E412, acidifiant E330, culture lactice) -23g , Unt 82% -20,83g , Smantana pt frisca -20,83g , Faina alba, Oua de gaina , Ciocolata alba (contine antioxidanti E322), Zahar tos, Zahar pudra, Pudra de cacao (contine: corectori de aciditate E500), Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500)

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 639,37 Kcal / 2672,57 Kj, Grăsimi: 42,97 g, Acizi Grași Saturati: 26,01g, Glucide: 53,38g, Zaharuri: 40,58g, Proteine: 8,07g, Sare: 0,3g. Alergeni: GLUTEN, OUA, LACTOZĂ, SOIA

INGHETATA LA CUPA, (50g)

Ingrediente pentru 1 porție: Inghetata cu aroma de ciocolata (lapte degresat reconstituit, zahar, unt,sirop de glucoza, ciocolata (3%)ulei de nuca de cocos, zer praf pudra de cacao, stabilizatori -50g

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 204 Kcal / 852,72 Kj, Grăsimi: 10 g, Acizi Grași Saturati: 7,4g, Glucide: 23g, Zaharuri: 21g, Proteine: 3,5g, Sare: 0,18g.

Alergeni: LACTOZĂ, poate contine urme de ARAHIDE SI SOIA

PAPANASI CU SMANTANA SI DULCEATA, (2*150g/100g/100g)

Ingrediente pentru 1 porție: Branza proaspata de vaci slaba -120g , Faina alba -100g , Dulceata de visine -100g , Smantana 20% -100g , Oua de gaina -39g , Zahar tos-30g , Zahar pudra, Zahar Vanilinat, Bicarbonat de sodiu (contine agenti de afanare E500), Esenta de rom, Esenta de vanilie

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 273,05 Kcal / 1141,36Kj, Grăsimi: 5,26g, Acizi Grași Saturati: 2,47g, Glucide: 29,77g, Zaharuri: 16,42g, Proteine: 7,7g, Sare: 0,03g.

Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, OUA

CLATITE CU BRANZA SI STAFIDE, (340g)

Ingrediente pentru 1 porție: Foaie clatita -100g (Faina alba, Oua de gaina , Sare, Ulei floarea soarelui, Lapte 1,5% UHT), Branza proaspata de vaci slaba -100g , Smantana 20% -100g , Stafide aurii, Zahar tos, Zahar pudra, Esenta de rom (contine coloranti artificiali E150D)

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 186,43 Kcal / 779,29Kj, Grăsimi: 9,6g, Acizi Grași Saturati: 4,12g, Glucide: 16,98g, Zaharuri: 12g, Proteine: 7,44g, Sare: 0,64g.

Alergeni: GLUTEN, OUA, LACTOZĂ

CLATITE CU BANANE SI CREMA DE CACAO, (265g)

Ingrediente pentru 1 porție: Foaie clatita -100g (Faina alba de grau, Oua de gaina , Sare , Ulei floarea soarelui, Lapte 1,5% UHT), Banane -100g , Crema de cacao Finetti (contine zahar, ulei de palmier, lapte praf degresat,cacao pudra, alune de padure, emulsifiant (lecitina din floarea soarelui), vanilina antioxidanti E322) -60g , Zahar pudra

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 245,98 Kcal / 1028,2 Kj, Grăsimi: 12,32 g, Acizi Grași Saturati: 4,19g, Glucide: 30,71g, Zaharuri: 15,49g, Proteine: 3,5g, Sare: 0,8g.

Alergeni: GLUTEN, OUA, LACTOZĂ, ALUNE DE PADURE

CLATITE CU DULCEATA, (2*80g)

Ingrediente pentru 1 porție: Foaie clatita -100g (Faina alba, Oua de gaina , Sare, Ulei foarea soarelui, Lapte 1,5% UHT), Dulceata de visine -60g , Zahar pudra

Valori nutriționale pentru 100 grame Valoare Energetică: 315,3 Kcal / 1317,97Kj, Grăsimi: 6,92g, Acizi Grași Saturati: 0,91g, Glucide: 25,61g, Zaharuri: 15,36g, Proteine: 3,65g, Sare: 1,27g. Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, OUA

GOGOSI CA LA MAMA, (5buc*50g)

Ingrediente pentru 1 porție: Lapte 3,5% UHT -500g , Faina alba -166,67g , Zahar tos -41,67g , Oua de gaina -32,5g , Zahar pudra, Drojdie proaspata, Esenta de rom (contine coloranti artificiali E150D) , Esenta de vanilie

Valori nutriționale pentru 100g: Valoare energetică: 485,43 Kcal / 2029,09 Kj, Grăsimi: 9,2 g, Acizi Grași Saturati: 4,61g, Glucide: 84,66g, Zaharuri: 38,49g, Proteine: 14,96g, Sare: 0,26g. Alergeni: GLUTEN, LACTOZĂ, OUA

Nota: ingredientele marcate cu * pot fi produs/ din produs decongelat.

Versiunea 1, 15 martie 2023