

CENTRALIZATOR VALORI NUTRITIONALE/PORTIE

Denumire preparat	UM	Cantitate Neta gr	Calorii kcal	Lipide	Acizi grasi saturati	Acizi grasi nesaturati	Glucide	Zaharuri	Fibre	Proteine	Sare
MIC DEJUN											
Sandwich cu salam	por	290 gr	873	53	16	1	58	7	4	42	6
Sandwich cu snitel de pui	por	330 gr	944	30	5	25	120	8	6	49	3
Sandwich cald cu sunca si cascaval	por	300 gr	670	30	6	5	57	1	1	43	2
Omleta simpla	por	150 gr	279	20	6	13	2	1	0	23	4
Omleta țărănească	por	200 gr	406	25	11	9	14	7	4	34	4
Oua ochiuri cu pâine prăjită	por	160 gr	563	24	5	15	61	3	2	25	6
Premium Breakfast	por	350 gr	994	87	19	12	9	5	1	46	1
Hot dog	por	250 gr	639	26	1	5	71	10	4	25	1
PIZZA											
Quatro formaggi	por	400 gr	1127	65	20	16	52	4	0	78	3
Cu sunca	por	400 gr	764	32	12	11	57	5	1	59	2
Margherita	por	300 gr	656	28	15	13	53	7	1	44	2
Diavola	por	350 gr	1094	66	30	35	54	9	0	65	6
Vegetariana	por	400 gr	658	28	12	11	62	9	3	37	2
Cu ton	por	400 gr	778	32	13	15	57	5	1	61	3
Wellness	por	450 gr	1020	56	12	11	55	5	1	71	2
PASTE											
Penne Carbonara	por	300 gr	1285	85	14	28	66	4	3	64	3
Penne cu sos Bolognese	por	300 gr	430	10	4	5	65	8	4	19	3
Penne cu ton	por	300 gr	736	33	2	5	72	4	5	39	1
Quatro formaggi	por	350 gr	1309	86	20	12	66	4	3	66	3
Arabiata/sos roșii	por	300 gr	515	11	1	8	91	10	2	15	8
Spaghete Primavera	por	250 gr	568	10	2	8	101	4	3	18	8
Tagliatelle cu creveți	por	350 gr	822	29	17	12	82	4	5	41	4
Tagliatelle cu somon	por	300 gr	1167	76	5	26	74	4	4	43	17
APERITIVE											
Cașcaval pane	por	200 gr	1192	137	12	93	100	6	5	61	3
Platou chili cheese & mozzarella sticks	por	400 gr	1291	75	32	43	97	5	1	53	6
Aperitiv salata de vinete	por	300 gr	760	52	5	43	55	2	2	19	4
Bruschete roșii	por	200 gr	390	19	3	15	48	4	2	8	3
Bruschete cu ton	por	250 gr	658	20	2	8	80	9	7	40	3

Salata cu Halloumi la gratar	por	400 gr	415	26	15	10	20	6	5	28	1
Salata cu ton	por	350 gr	686	48	4	8	23	6	3	44	2
Salata greceasca	por	400 gr	977	61	21	38	84	15	8	27	3
Salata Caesar pui	por	400 gr	760	43	11	27	29	5	6	62	3
Salata Caesar pui crocant in crusta de fulgi de porumb	por	400 gr	937	38	6	22	95	6	5	56	3
Salata Premium	por	400 gr	901	56	7	41	50	9	6	51	2
Aperitiv vegetarian	por	380 gr	924	75	5	31	52	7	18	15	4
PESTE											
Creveti cu sos de unt si usturoi	por	350 gr	778	43	27	15	54	1	7	41	5
Fish & chips cu sos tartar	por	350 gr	695	34	11	9	53	2	4	44	4
Midii regale in sos vin	por	600 gr	1297	58	27	18	93	4	6	85	6
Creveti in panko	por	200 gr	674	179	12	128	29	2	2	9	1
Inele de calamar pane cu cartofi prajiti	por	300 gr	1677	156	14	130	33	1	2	41	1
Cod pane cu cartofi natur	por	350 gr	637	204	18	174	33	2	3	45	1
File de salau in crusta de parmezan	por	350 gr	1,557	245	29	183	139	6	4	73	3
File dorada la plita cu legume la tigaie	por	380 gr	479	20	3	15	13	4	3	61	3
FEL PRINCIPAL											
Quesadilla pui	por	350 gr	679	26	12	14	45	10	7	64	3
Piept pui la gratar	por	200 gr	285	4	0	1	5	2	1	54	2
Pulpe pui dezosate la gratar	por	200 gr	357	20	4	1	1	0	0	46	0
Pulpa inferioara de curcan la tava cu legume la tigaie	por	530 gr	834	28	16	28	21	9	4	84	6
Piept pui cu sos ciuperci	por	250 gr	812	51	8	9	24	3	1	58	2
Piept pui cu sos de gorgonzola	por	250 gr	834	52	14	0	23	3	1	65	2
Piept de curcan la gratar cu sos Alfredo	por	200 gr	419	20	4	13	10	4	1	47	7
Ceafa porc la gratar	por	220 gr	646	49	17	8	3	0	1	48	5
Pork chop cu cartofi wedges	por	380 gr	671	32	5	12	45	1	4	49	3
Meniu 3 mici cu cartofi prăjiți si muraturi	por	300 gr	1203	95	8	10	44	2	8	44	7
Mix grill cu cartofi prăjiți 2 persoane	por	1000 gr	2761	172	64	28	128	17	18	171	17
Mix grill cu cartofi prăjiți 4 persoane	por	2000 gr	5269	338	128	57	214	33	32	337	34
Burger vita picant cu cartofi prajiti	por	350 gr	1257	75	17	14	89	20	8	55	9
Burger Premium vita cu cartofi prajiti	por	350 gr	913	27	11	5	106	21	9	57	2
Burger pui cu cartofi prajiti	por	350 gr	1401	78	19	7	111	21	9	58	3
Snitel pui Premium cu cartofi	por	300 gr	925	114	16	95	95	6	5	54	2
Snitel porc in panko cu cartofi prajiti	por	400 gr	828	114	10	88	67	3	2	32	0
Coaste de porc cu sos barbeque	por	500 gr	1474	76	36	5	71	26	5	117	6
Crispy Strips pui cu cartofi prăjiți	por	300 gr	963	105	11	92	112	24	4	41	3

Aripioare de pui pane	por	400 gr	1334	137	14	24	119	25	9	55	15
GARNITURI											
Cartofi prăjiți	por	150 gr	281	10	5	5	44	0	0	5	5
Cartofi prajiti cu usturoi și parmesan	por	200 gr	564	32	13	17	50	1	0	21	1
Legume la gratar	por	180 gr	169	6	0	0	28	15	12	7	1
Orez basmati	por	200 gr	554	10	6	0	106	1	1	9	7
Orez cu legume	por	150 gr	420	4	0	0	87	1	3	9	8
Cartofi natur	por	200 gr	452	24	16	8	53	0	0	7	2
Piure de cartofi	por	200 gr	586	42	28	14	46	3	0	7	3
Cartofi dulci crocanti	por	150 gr	790	52	5	43	67	26	10	11	3
Legume la tigaie	por	180 gr	127	1	0	0	24	10	6	8	2
SOSURI CALDE											
Sos de ciuperci	por	50 gr	291	28	1	9	8	2	0	2	1
Sos gorgonzola	por	50 gr	333	31	7	0	3	0	0	10	1
SALATE INSOTIRE											
Salata verde	por	150 gr	33	1	0	0	8	3	3	2	0
Salata asortată	por	180 gr	120	1	0	0	25	13	7	5	0
Salata rucola cu roșii cherry și parmesan	por	150 gr	158	9	5	3	6	1	2	14	1
Salata ardei copt	por	160 gr	129	1	0	0	25	3	1	5	0
Salata castraveți murati	por	160 gr	133	11	1	9	10	3	3	3	3
Salata varza	por	130 gr	143	10	1	9	12	6	5	3	2
DESERT											
Clătite cu nutella, 2 buc	por	160 gr	869	43	13	10	10	63	0	16	0
Clătite cu dulceata, 2 buc	por	160 gr	663	15	3	10	12	61	1	11	12
Lavacake	por	140 gr	563	31	23	8	32	21	0	7	0
Ecler	por	60 gr	187	18	10	8	30	18	0	6	0
Cheesecake	por	115 gr	437	16	10	6	26	17	0	5	0