

Restaurant Bolta Rece
Informatii detaliate despre
Valori nutritionale, aditivi, alergeni
Varianta 1 Revizuita 14.03.2023

1. Gentleman's plate pentru 2 persoane 700g

cartofi prajiti (200g) ceafa porc (100g) pastrama de berbecut (100g) [agent de ingrosare (alga marina Euchema prelucrata E 407a), stabilizatori (trifosfati E 451), potentiator de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant (nitrit de sodiu E 250)] muschi porc (100g) pulpe de pui (100 g) salata greceasca (100g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1175,06kJ / 281,76kcal, glucide: 12,91g, din care zaharuri: 1,99g, proteine: 16,02g, grasimi: 17,08g, din care acizi grasi saturati: 1,11g, fibre: 2,14g, sare: 1,81g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 8225,48kJ / 1972,35kcal, glucide: 104,32g, din care zaharuri: 13,94g, proteine: 112,17g, grasimi: 119,59g, din care acizi grasi saturati: 7,82g, fibre: 15,04g, sare: 12,7g.

2. Snitel urias porc 700g

salata asortata de vara (300g) muschi porc (200g) cartofi prajiti (200g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 632,46kJ / 151,15kcal, glucide: 12,45g, din care zaharuri: 0,61g, proteine: 7,53g, grasimi: 7,26g, din care acizi grasi saturati: 0,48g, fibre: 1,69g, sare: 0,11g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 4427,26kJ / 1058,06kcal, glucide: 91,43g, din care zaharuri: 4,28g, proteine: 52,73g, grasimi: 50,86g, din care acizi grasi saturati: 3,41g, fibre: 11,84g, sare: 0,81g.

3. Snitel urias pui 700g

salata asortata de vara (300g) piept de pui (200g) cartofi prajiti (200g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 626,02kJ / 149,6kcal, glucide: 11,9g, din care zaharuri: 0,58g, proteine: 7,96g, grasimi: 7,15g, din care acizi grasi saturati: 0,36g, fibre: 1,69g, sare: 0,25g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 4382,14kJ / 1047,22kcal, glucide: 87,43g, din care zaharuri: 4,08g, proteine: 55,73g, grasimi: 50,1g, din care acizi grasi saturati: 2,53g, fibre: 11,84g, sare: 1,81g.

4. Oferta Pescarului 500g

file de crap (150g)(peste) file de salau (150g)(peste) mamaliga (150g) malai (25g) sos usturoi (25 g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 779,94kJ / 185,87kcal, glucide: 15,47g, din care zaharuri: 0g, proteine: 12,96g, grasimi: 8,01g, din care acizi grasi saturati: 0,28g, fibre: 0g, sare: 1,44g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3899,72kJ / 929,36kcal, glucide: 77,36g, din care zaharuri: 0g, proteine: 64,83g, grasimi: 40,06g, din care acizi grasi saturati: 1,44g, fibre: 0g, sare: 7,24g.

5. Ficat de rata cu sos frantuzesc 330g

ficat de rata (260g) unt (20g)(**lapte**) lamaie (20g) usturoi (20g) verdeata (10 g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 638,64kJ / 152,62kcal, glucide: 4,5g, din care zaharuri: 0,19g, proteine: 15,45g, grasimi: 7,96g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,17g, sare: 1,99g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1979,79kJ / 473,15kcal, glucide: 14,56g, din care zaharuri: 0,59g, proteine: 47,91g, grasimi: 24,69g, din care acizi grasi saturati: 0,01g, fibre: 0,53g, sare: 6,17g.

6. Cascaval Pane 200g

cascaval pane (200g)(**lapte**) [agenti de ingrosare (E 464 Hidroxipropilmetilceluloza , E 407 Caragenan)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 954,6kJ / 227,4kcal, glucide: 18,3g, din care zaharuri: 1,7g, proteine: 16g, grasimi: 9g, din care acizi grasi saturati: 8,9g, fibre: 1,2g, sare: 1,9g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1909,2kJ / 454,8kcal, glucide: 40g, din care zaharuri: 3,4g, proteine: 32g, grasimi: 18g, din care acizi grasi saturati: 17,8g, fibre: 2,4g, sare: 3,8g.

7. Pulpe de rata pe varza calita 350g

pulpa de rata (200g) varza (150g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 554,54kJ / 132,4kcal, glucide: 1,11g, din care zaharuri: 1,37g, proteine: 15,86g, grasimi: 6,55g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 7,71g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1940,89kJ / 463,43kcal, glucide: 8,7g, din care zaharuri: 4,8g, proteine: 55,52g, grasimi: 22,95g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 27g.

8. Quesadilla fierbinte si picanta 300g

cheddar (150g)(**lapte**) bacon (100g) [stabilizator (difosfati E 4450), conservant (nitrit de sodiu E250)] ciuperci (30g) [corector de aciditate (acid citric E 330) antioxidant (acid ascorbic E 300)] mix salata (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 918,78kJ / 221,66kcal, glucide: 0,68g, din care zaharuri: 0,17g, proteine: 12,66g, grasimi: 18,6g, din care acizi grasi saturati: 11,12g, fibre: 0,1g, sare: 0,85g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2756,35kJ / 665kcal, glucide: 2,57g, din care zaharuri: 0,51g, proteine: 37,98g, grasimi: 55,8g, din care acizi grasi saturati: 33,36g, fibre: 0,3g, sare: 2,55g.

9. Clatite cu creier 250g

creier porc (150g) rosii cherry (50g) salata verde (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 375,3kJ / 90,08kcal, glucide: 1,46g, din care zaharuri: 0g, proteine: 7,76g, grasimi: 5,76g, din care acizi grasi saturati: 1,26g, fibre: 0,68g, sare: 0,01g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 938,25kJ / 225,2kcal, glucide: 3,65g, din care zaharuri: 0g, proteine: 19,4g, grasimi: 14,4g, din care acizi grasi saturati: 3,15g, fibre: 1,7g, sare: 0,03g.

10. Rosie umpluta cu vinete 130g

rosii (80g) vinete (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 133,33kJ / 31,63kcal, glucide: 5,74g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,86g, grasimi: 0,2g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,7g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 173,33kJ / 41,12kcal, glucide: 7,47g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,12g, grasimi: 0,26g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2,21g, sare: 0g.

11. Rulou cu sunca si cruditati

sunca presata (50g) [antioxidanti (ascorbat de sodiu E 301, acid ascorbic E 300), stabilizatori (difosfati E 450, trifosfati E 451)] salata de cruditati (30g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 786,32kJ / 187,83kcal, glucide: 11,68g, din care zaharuri: 0,62g, proteine: 13,07g, grasimi: 9,58g, din care acizi grasi saturati: 1,93g, fibre: 0g, sare: 1,5g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 629,06kJ / 150,27kcal, glucide: 9,85g, din care zaharuri: 0,5g, proteine: 10,46g, grasimi: 7,67g, din care acizi grasi saturati: 1,55g, fibre: 0g, sare: 1,2g.

12. Gustare rece Bolta Rece 400g

rosie umpluta cu vinete (50g) rulou cu sunca si cruditati (50g) muschi file afumat (50g) [stabilizatori (difosfati E 450, trifosfati E 451), : antioxidant (ascorbat de sodiu E 301, acid ascorbic E 300), corrector de aciditate (citrata de sodiu), potenciator de aroma (Monoglutamat de sodiu E 621), conservanti (nitrit de sodiu E 250), agent de ingrosare (caragenan E 407)] cascaval (50g) jambon afumat (50 g) [conservanti (nitrit de sodiu E 250, nitrat de potasiu E 252)] salam de sibiu (50g) [antioxidanti (acid ascorbic E 300), conservanti (nitrit de sodiu E 250)] crema de branza (30g)(lapte) [stabilizator(caragenan E 407), corrector de aciditate (acid citric E 330)] castravete (30g) masline (20g) ardei rosu gras (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 858,38kJ / 206,38kcal, glucide: 3,09g, din care zaharuri: 0,41g, proteine: 14,52g, grasimi: 14,83g, din care acizi grasi saturati: 6,77g, fibre: 0,37g, sare: 1,69g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3433,53kJ / 825,52kcal, glucide: 14,01g, din care zaharuri: 1,65g, proteine: 58,1g, grasimi: 59,34g, din care acizi grasi saturati: 27,08g, fibre: 1,5g, sare: 6,79g.

13. Gustare calda Bolta Rece 350g

ficatului de pui in bacon (50g) [stabilizator (difosfati E 4450), conservant (nitrit de sodiu E250)] carnati (50g) [corector de aciditate(glucono-delta-lactona E 575), antioxidant(acid ascorbic E 300), conservant(nitrit de sodiu E 250)] cascaval pane (50g)(lapte, gluten) mici (50g) [antioxidanti (acid ascorbic E 300)] pui shanghai (40 g) ciuperci (30g) [corector de aciditate (acid citric E 330) antioxidant (acid ascorbic E 300)] muraturi (30g) [acidifiant (Acid acetic E260)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 762,46kJ / 183,13kcal, glucide: 5,56g, din care zaharuri: 0,64g, proteine: 11,19g, grasimi: 12,55g, din care acizi grasi saturati: 5,31g, fibre: 0,3g, sare: 0,64g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2287,39kJ / 549,39kcal, glucide: 18,61g, din care zaharuri: 1,92g, proteine: 33,57g, grasimi: 37,65g, din care acizi grasi saturati: 15,94g, fibre: 0,9g, sare: 1,93g.

14. Ficatii de pui in bacon 100g

ficat de pui (50g) bacon (50g) [stabilizator (difosfati E 4450), conservant (nitrit de sodiu E250)]
Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 373,97kJ / 89,82kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 8,45g, grasimi: 6,22g, din care acizi grasi saturati: 1,3g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 373,97kJ / 89,82kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 8,45g, grasimi: 6,22g, din care acizi grasi saturati: 1,3g, fibre: 0g, sare: 0g.

15. Antreu Domnesc 200g

icre de somon (30g)(**peste**) icre de stiuca (30g)(**peste**) somon afumat cu capere (30g)(**peste**) branza roquefort (30g)(**lapte**) piept de rata (30 g) masline kalamata (30g) foie gras cu coacaze rosii (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 989,27kJ / 237,83kcal, glucide: 2,49g, din care zaharuri: 0,42g, proteine: 17,91g, grasimi: 17,11g, din care acizi grasi saturati: 4,31g, fibre: 0,24g, sare: 0,39g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1978,55kJ / 475,66kcal, glucide: 5,83g, din care zaharuri: 0,85g, proteine: 35,83g, grasimi: 34,22g, din care acizi grasi saturati: 8,62g, fibre: 0,48g, sare: 0,79g.

16. Foie gras cu coacaze rosii 100g

foie gras (50g) coacaze (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1110,75kJ / 269kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 3,95g, proteine: 4,8g, grasimi: 26g, din care acizi grasi saturati: 10,5g, fibre: 0g, sare: 0,6g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1110,75kJ / 269kcal, glucide: 3,95g, din care zaharuri: 3,95g, proteine: 4,8g, grasimi: 26g, din care acizi grasi saturati: 10,5g, fibre: 0g, sare: 0,6g.

17. Somon afumat cu capere 50g

somon afumat (30g) capere (30g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 512,25kJ / 122,85kcal, glucide: 2,25g, din care zaharuri: 0,2g, proteine: 11,15g, grasimi: 7,25g, din care acizi grasi saturati: 0,55g, fibre: 1,6g, sare: 0,35g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 307,35kJ / 73,71kcal, glucide: 1,47g, din care zaharuri: 0,12g, proteine: 6,69g, grasimi: 4,35g, din care acizi grasi saturati: 0,33g, fibre: 0,96g, sare: 0,21g.

18. Hummus, guacamole, salata de vinete si salsa 350g

hummus (100g) [conservanti (E 202 Sorbat de potasiu, E 211 Benzoat de sodiu, E 262 Acetat de sodiu)] guacamole (100g) vinete (100g) salsa (25g) [antioxidant (Acid ascorbic E300)] nachos (25 g) [acidifiant (acid citric E 330)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1014,04kJ / 244,42kcal, glucide: 12,04g, din care zaharuri: 2,94g, proteine: 3,49g, grasimi: 17,84g, din care acizi grasi saturati: 2,46g, fibre: 4,94g, sare: 0,31g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3549,17kJ / 855,5kcal, glucide: 52,45g, din care zaharuri: 10,29g, proteine: 12,24g, grasimi: 62,45g, din care acizi grasi saturati: 8,61g, fibre: 17,31g, sare: 1,09g.

19. Salata Taraneasca Bolta Rece 400g

mix salata (100g) ceapa (50g) masline (50g) telemea oaie (50g)(**lapte**) oua (50 g) smantana (50g)(**lapte**) tortilla (50g)(**gluten**) [acidifiant (acid citric E 330)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 632,71kJ / 151,8kcal, glucide: 9,62g, din care zaharuri: 0g, proteine: 5,98g, grasimi: 9,9g, din care acizi grasi saturati: 0,26g, fibre: 0,12g, sare: 0,12g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2530,85kJ / 607,2kcal, glucide: 38,5g, din care zaharuri: 0g, proteine: 23,95g, grasimi: 39,6g, din care acizi grasi saturati: 1,05g, fibre: 0,5g, sare: 0,5g.

20. Salata bulgareasca 400g

mix salata (100g) tortilla (100g)(**gluten**) [acidifiant (acid citric E 330)] sunca (50g) ceapa (50g) oua (50 g) telemea oaie (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 606,52kJ / 144,61kcal, glucide: 15,22g, din care zaharuri: 0g, proteine: 6,43g, grasimi: 6,41g, din care acizi grasi saturati: 1,75g, fibre: 0,12g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2426,1kJ / 578,45kcal, glucide: 60,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 25,75g, grasimi: 25,65g, din care acizi grasi saturati: 7g, fibre: 0,5g, sare: 0g.

21. Salata cu ton 400g

ton (100g)(**peste**) tortilla (100g)(**gluten**) [acidifiant (acid citric E 330)] mix salata (50g) oua (50g) rosii (50 g) fasole rosie (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 907,95kJ / 217,53kcal, glucide: 15,95g, din care zaharuri: 0g, proteine: 8,91g, grasimi: 12,93g, din care acizi grasi saturati: 1,56g, fibre: 0,82g, sare: 32,57g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3631,8kJ / 870,15kcal, glucide: 63,8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 35,65g, grasimi: 51,75g, din care acizi grasi saturati: 6,25g, fibre: 3,3g, sare: 130,3g.

22. Salata imperiala 400g

calamar (70g)(**moluste**) caracatita (70g)(**moluste**) creveti (70g)(**crustacee**) [agent de ingrosare (guma de xantan E 415, extract de drojdie)] somon afumat (50g)(**peste**) sos mediteranean (30 g) tortilla (40g)(**gluten**) [acidifiant (acid citric E 330)] mix salata (30g) legume julienne (20g) lamaie (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 584,17kJ / 139,51kcal, glucide: 6,99g, din care zaharuri: 0,3g, proteine: 11,88g, grasimi: 6,94g, din care acizi grasi saturati: 0,32g, fibre: 0,12g, sare: 0,52g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2570,37kJ / 613,85kcal, glucide: 32,12g, din care zaharuri: 1,36g, proteine: 52,28g, grasimi: 30,57g, din care acizi grasi saturati: 1,43g, fibre: 0,56g, sare: 2,33g.

23. Salata Caesar 400g

salata iceberg (100g) crutoane (100g)(**gluten**) dressing parmigiano (70g)(**lapte**) ansoa (50g)(**peste**) piept de pui (50 g) scallii de parmigiano (30g)(**lapte**) [conservant (E 1105 Lizozimă din oua)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1049,03kJ / 249,99kcal, glucide: 19,5g, din care zaharuri: 0,45g, proteine: 18,91g, grasimi: 10,17g, din care acizi grasi saturati: 4,77g, fibre: 1,47g, sare: 0,62g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 4196,12kJ / 999,99kcal, glucide: 79,8g, din care zaharuri: 1,8g, proteine: 75,65g, grasimi: 40,71g, din care acizi grasi saturati: 19,08g, fibre: 5,9g, sare: 2,48g.

24. Salata icre de stiuca 100g

icre de stiuca (50g)(**peste**) ulei (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 595,95kJ / 142,9kcal, glucide: 0,95g, din care zaharuri: 0g, proteine: 14,3g, grasimi: 9,1g, din care acizi grasi saturati: 1,5g, fibre: 0g, sare: 0,05g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 595,95kJ / 142,9kcal, glucide: 0,95g, din care zaharuri: 0g, proteine: 14,3g, grasimi: 9,1g, din care acizi grasi saturati: 1,5g, fibre: 0g, sare: 0,05g.

25. Salata de viete cu rosii 150g

vinete (100g) rosii (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 158,8kJ / 37,66kcal, glucide: 7,1g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,83g, grasimi: 0,2g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2,06g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 238,2kJ / 56,5kcal, glucide: 10,65g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,25g, grasimi: 0,3g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 3,1g, sare: 0g.

26. Fasole batuta cu ceapa prajita 200g

fasole alba (150g) ceapa (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 335,95kJ / 79,82kcal, glucide: 11,52g, din care zaharuri: 0g, proteine: 4,65g, grasimi: 0,47g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 5,42g, sare: 0,3g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 671,9kJ / 159,65kcal, glucide: 23,05g, din care zaharuri: 0g, proteine: 9,3g, grasimi: 0,95g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 10,85g, sare: 0,6g.

27. Paste proaspete cu ciuperci si piept de curcan 250g

paste (100g)(**gluten**) ciuperci (50g) [corector de aciditate (acid citric E 330) antioxidant (acid ascorbic E 300)] piept de curcan (50g) sos alb (30g)(**lapte**) maghiran (10 g) parmezan (10g)(**lapte**) [conservant (E 1105 Lizozimă din oua)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 870,41kJ / 205,62kcal, glucide: 30,72g, din care zaharuri: 1,7g, proteine: 13,13g, grasimi: 2,34g, din care acizi grasi saturati: 0,84g, fibre: 1,12g, sare: 0,08g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2176,03kJ / 514,06kcal, glucide: 81,07g, din care zaharuri: 4,25g, proteine: 32,84g, grasimi: 5,86g, din care acizi grasi saturati: 2,12g, fibre: 2,8g, sare: 0,21g.

28. Paste proaspete cu Black Tiger 250g

paste (100g)(**gluten**) creveti (100g)(**crustacee**) [agent de ingrosare (guma de xantan E 415, extract de drojdie)] sos pomodoro (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 728,31kJ / 171,79kcal, glucide: 26,93g, din care zaharuri: 2,25g, proteine: 10,82g, grasimi: 1,11g, din care acizi grasi saturati: 0,33g, fibre: 0,85g, sare: 0,7g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1966,45kJ / 463,85kcal, glucide: 78,82g, din care zaharuri: 6,1g, proteine: 29,22g, grasimi: 3,01g, din care acizi grasi saturati: 0,9g, fibre: 2,3g, sare: 1,89g.

29. Sos de rosii 60g

usturoi (30g) rosii (25g) busuioc (5g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 401,26kJ / 94,71kcal, glucide: 18,31g, din care zaharuri: 0,01g, proteine: 3,63g, grasimi: 0,38g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,63g, sare: 1,18g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 240,76kJ / 56,83kcal, glucide: 11g, din care zaharuri: 0,01g, proteine: 2,18g, grasimi: 0,23g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,98g, sare: 0,71g.

30. Paste Carbonara 250g

paste (100g)(**gluten**) scalii de parmigiano (50g)(**lapte**) [conservant (E 1105 Lizozimă din oua)] kaizer (50g) [stabilizatori (trifosfati E 451, polifosfati E 452), antioxidanti (ascorbat de sodiu E 301, acid ascorbic E 300, eritorbat de sodiu E 316), corectori de aciditate (citrati de sodiu E 331), potenciator de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant: nitrit de sodiu), conservant (lactat de sodiu E 325), agenti de ingrosare (caragenan E 407 , guma de xantan E 415)] **oua** (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1470,54kJ / 350,83kcal, glucide: 31,42g, din care zaharuri: 1,67g, proteine: 18,1g, grasimi: 16g, din care acizi grasi saturati: 6,89g, fibre: 1g, sare: 0,82g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3382,26kJ / 806,92kcal, glucide: 76,13g, din care zaharuri: 3,85g, proteine: 41,65g, grasimi: 36,8g, din care acizi grasi saturati: 15,85g, fibre: 2,3g, sare: 1,89g.

31. Paste quattro fromaggio 250g

paste (100g)(**gluten**) smantana dulce (50g)(**lapte**) gorgonzola (50g)(**lapte**) brie (50g)(**lapte**)
Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1345,66kJ / 321,6kcal, glucide: 28,12g, din care zaharuri: 2,08g, proteine: 12,46g, grasimi: 16,56g, din care acizi grasi saturati: 7,34g, fibre: 0,92g, sare: 0,03g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3364,17kJ / 804,02kcal, glucide: 75,5g, din care zaharuri: 5,2g, proteine: 31,15g, grasimi: 41,42g, din care acizi grasi saturati: 18,35g, fibre: 2,3g, sare: 0,09g.

32. Supa crema de broccoli 350g

broccoli (250g) branza bleu (50g)(**lapte**) crutoane (50g)(**gluten**)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 677,69kJ / 161,88kcal, glucide: 16,11g, din care zaharuri: 0,92g, proteine: 6,07g, grasimi: 7,04g, din care acizi grasi saturati: 4,29g, fibre: 3,05g, sare: 0,51g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2033,08kJ / 485,66kcal, glucide: 51,11g, din care zaharuri: 2,78g, proteine: 18,21g, grasimi: 21,12g, din care acizi grasi saturati: 12,89g, fibre: 9,15g, sare: 1,55g.

33. Ciorba de Burta 400g

smantana acra (100g)(**lapte**) burta vita (100g) oua (100g) usturoi (100g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 647,89kJ / 155,12kcal, glucide: 10g, din care zaharuri: 0g, proteine: 8,5g, grasimi: 8,9g, din care acizi grasi saturati: 0,35g, fibre: 0,5g, sare: 17,42g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2591,57kJ / 620,49kcal, glucide: 40g, din care zaharuri: 0g, proteine: 34g, grasimi: 35,61g, din care acizi grasi saturati: 1,4g, fibre: 2g, sare: 69,7g.

34. Ciorba taraneasca de vacuta 400g

apa (190g) carne de vita (100g) morcovi (50g) telina (50g) ardei rosu gras (10g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 517,28kJ / 123,42kcal, glucide: 3,28g, din care zaharuri: 0g, proteine: 14,76g, grasimi: 5,52g, din care acizi grasi saturati: 2,04g, fibre: 0,76g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1086,3kJ / 259,2kcal, glucide: 6,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 31g, grasimi: 11,6g, din care acizi grasi saturati: 4,3g, fibre: 1,6g, sare: 0g.

35. Ciorba de cocos a la grec 400g

smantana acra (100g)(**lapte**) piept de pui (190g) legume (100g) lamaie (10g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 473,87kJ / 113,8kcal, glucide: 1,46g, din care zaharuri: 1,08g, proteine: 8,64g, grasimi: 7,46g, din care acizi grasi saturati: 0,21g, fibre: 0,9g, sare: 0,24g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1469,02kJ / 352,79kcal, glucide: 7,9g, din care zaharuri: 3,35g, proteine: 26,81g, grasimi: 23,15g, din care acizi grasi saturati: 0,66g, fibre: 2,8g, sare: 0,76g.

36. Supa de ceapa gratinate 400g

ceapa (200g) cascaval (100g)**(lapte)** unt (100g)**(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1023kJ / 247,25kcal, glucide: 5,12g, din care zaharuri: 0,02g, proteine: 6,8g, grasimi: 22,05g, din care acizi grasi saturati: 3,75g, fibre: 0,5g, sare: 0,42g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 4092kJ / 989kcal, glucide: 20,6g, din care zaharuri: 0,1g, proteine: 27,2g, grasimi: 88,2g, din care acizi grasi saturati: 15g, fibre: 2g, sare: 1,7g.

37. Pastrav la grill 250g

pastrav (230g)**(peste)** sare (20g) [antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 695,98kJ / 166,06kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 23,92g, grasimi: 7,82g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 8,61g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1739,95kJ / 415,15kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 59,8g, grasimi: 19,55g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 21,54g.

38. Crap romanesc saramura 500g

crap (350g)**(peste)** mamaliga (100g) ardei iute (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 646,94kJ / 154,5kcal, glucide: 7,89g, din care zaharuri: 0g, proteine: 13,35g, grasimi: 7,68g, din care acizi grasi saturati: 0,05g, fibre: 0,17g, sare: 1,13g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3234,73kJ / 772,51kcal, glucide: 39,49g, din care zaharuri: 0g, proteine: 66,79g, grasimi: 38,41g, din care acizi grasi saturati: 0,26g, fibre: 0,85g, sare: 5,66g.

39. Mamaliga 250g

malai (140g) sare (10g) [antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)] unt (50g) ulei (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1390,9kJ / 332,76kcal, glucide: 37,09g, din care zaharuri: 0g, proteine: 4,09g, grasimi: 18,66g, din care acizi grasi saturati: 0,26g, fibre: 0g, sare: 4,76g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2920,9kJ / 698,8kcal, glucide: 77,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 8,6g, grasimi: 39,2g, din care acizi grasi saturati: 0,55g, fibre: 0g, sare: 10g.

40. Biban de mare la gratar 400g

biban de mare (350g)**(peste)** mix salata (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 666,12kJ / 158,89kcal, glucide: 0,65g, din care zaharuri: 0g, proteine: 22,59g, grasimi: 7,3g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,09g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2464,68kJ / 587,91kcal, glucide: 2,43g, din care zaharuri: 0g, proteine: 83,6g, grasimi: 27,01g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,35g, sare: 0g.

41. Dorada regala la gratar 450g

file dorada (300g)**(peste)** broccoli (100g) ulei de masline (30g) legume julienne (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 277,12kJ / 67,14kcal, glucide: 1,28g, din care zaharuri: 0,44g, proteine: 0,56g, grasimi: 6,24g, din care acizi grasi saturati: 0,82g, fibre: 0,85g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1247,07kJ / 302,15kcal, glucide: 7,8g, din care zaharuri: 2,01g, proteine: 2,56g, grasimi: 28,11g, din care acizi grasi saturati: 3,69g, fibre: 3,86g, sare: 0,01g.

42. File de salau Meuniere 450g

salau (250g)**(peste)** cartofi natur (150g) sos capere (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 387,04kJ / 91,64kcal, glucide: 7,4g, din care zaharuri: 0g, proteine: 11,11g, grasimi: 1,95g, din care acizi grasi saturati: 0,38g, fibre: 0g, sare: 0,03g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1741,7kJ / 412,4kcal, glucide: 33,3g, din care zaharuri: 0g, proteine: 50g, grasimi: 8,8g, din care acizi grasi saturati: 1,75g, fibre: 0g, sare: 0,17g.

43. Sos de capere 50g

sos capere (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 289,4kJ / 69,3kcal, glucide: 6,6g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,5g, grasimi: 4,1g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 144,7kJ / 34,65kcal, glucide: 3,3g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,75g, grasimi: 2,05g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

44. File de ton rosu 250g

ton rosu (200g)**(peste)** mix salata (30g) ulei de masline (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 669,32kJ / 159,87kcal, glucide: 0,4g, din care zaharuri: 0g, proteine: 21,3g, grasimi: 8,11g, din care acizi grasi saturati: 1,2g, fibre: 0g, sare: 0,8g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1673,32kJ / 399,69kcal, glucide: 1,02g, din care zaharuri: 0g, proteine: 53,25g, grasimi: 20,29g, din care acizi grasi saturati: 3g, fibre: 0g, sare: 2g.

45. Muschi de vita Black Angus 250g

Black Angus (200g) [Conservant (lactat de sodiu E325), antioxidant (acid ascorbic E300)] unt maitre d'hotel (30g) sos bernez (20g)**(lapte, ou)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1494,81kJ / 361,76kcal, glucide: 0,99g, din care zaharuri: 0,02g, proteine: 12,65g, grasimi: 34,08g, din care acizi grasi saturati: 8,1g, fibre: 0,15g, sare: 1,67g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3737,03kJ / 904,41kcal, glucide: 2,53g, din care zaharuri: 0,05g, proteine: 31,63g, grasimi: 85,22g, din care acizi grasi saturati: 20,27g, fibre: 0,38g, sare: 4,19g.

46. Sos Bernez 50g

unt (30g)**(lapte) oua** (10g) tarhon (10g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1891,78kJ / 457,84kcal, glucide: 10,5g, din care zaharuri: 0g, proteine: 7,28g, grasimi: 42,64g, din care acizi grasi saturati: 0,38g, fibre: 1,48g, sare: 12,4g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 945,89kJ / 228,92kcal, glucide: 5,25g, din care zaharuri: 0g, proteine: 3,64g, grasimi: 21,32g, din care acizi grasi saturati: 0,19g, fibre: 0,74g, sare: 6,2g.

47. Somn de Dunare 500g

somn (400g)**(peste)** sare (50g) [antiaglomerant (Ferocianură de potasiu E 536)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 859,46kJ / 206,93kcal, glucide: 0,17g, din care zaharuri: 0g, proteine: 15,55g, grasimi: 16g, din care acizi grasi saturati: 1,6g, fibre: 0g, sare: 11,18g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3867,6kJ / 931,2kcal, glucide: 0,8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 70g, grasimi: 72g, din care acizi grasi saturati: 7,2g, fibre: 0g, sare: 50,32g.

48. Sos Gorgonzola 50g

gorgonzola (30g)**(lapte)** smantana dulce (20g)**(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1165,76kJ / 281,52kcal, glucide: 1,8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 13,32g, grasimi: 24,56g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 582,88kJ / 140,76kcal, glucide: 0,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 6,66g, grasimi: 12,28g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

49. Muschi de vaca Black Angus cu sos gorgonzola 250g

Black Angus (200g) [conservant (lactat de sodiu E325), antioxidant (acid ascorbic E300)] sos gorgonzola (50g)**(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1325,15kJ / 320,3kcal, glucide: 0,36g, din care zaharuri: 0g, proteine: 14,66g, grasimi: 28,91g, din care acizi grasi saturati: 8,08g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3312,88kJ / 800,76kcal, glucide: 0,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 36,66g, grasimi: 72,28g, din care acizi grasi saturati: 20,2g, fibre: 0g, sare: 0g.

50. Sos de piper verde 50g

smantana dulce (100g)(lapte) piper (50g) vin rosu (50g)(**Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2**) unt (50g)(lapte)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1048,1kJ / 252,9kcal, glucide: 11,2g, din care zaharuri: 0g, proteine: 3,92g, grasimi: 21,38g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2620,25kJ / 632,25kcal, glucide: 28g, din care zaharuri: 0g, proteine: 9,8g, grasimi: 53,45g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

51. Muschi de vaca Black Angus si sos de piper verde 250g

Black Angus (200g) [conservant (lactat de sodiu E325), antioxidant (acid ascorbic E300)] sos piper verde (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1301,62kJ / 314,58kcal, glucide: 2,24g, din care zaharuri: 0g, proteine: 12,78g, grasimi: 28,27g, din care acizi grasi saturati: 8,08g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3254,05kJ / 786,45kcal, glucide: 5,6g, din care zaharuri: 0g, proteine: 31,96g, grasimi: 70,69g, din care acizi grasi saturati: 20,2g, fibre: 0g, sare: 0g.

52. Muschi de vaca imperial 450g

Black Angus (200g) [conservant (lactat de sodiu E325), antioxidant (acid ascorbic E300)] ficat de gasca (100g) broccoli (100g) sos brun de vin (50g)(**Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2, lapte**)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 912,94kJ / 220,4kcal, glucide: 2,55g, din care zaharuri: 0,3g, proteine: 9,71g, grasimi: 18,73g, din care acizi grasi saturati: 4,5g, fibre: 0,73g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 4108,24kJ / 991,83kcal, glucide: 12,9g, din care zaharuri: 1,39g, proteine: 43,7g, grasimi: 84,31g, din care acizi grasi saturati: 20,27g, fibre: 3,3g, sare: 0g.

53. Sos brun de vin

vin rosu (50g)(**Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2**) smantana dulce (50g)(lapte)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 456,7kJ / 110,4kcal, glucide: 3,45g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,65g, grasimi: 10g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 456,7kJ / 110,4kcal, glucide: 3,45g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,65g, grasimi: 10g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

54. Muschi de vita tartar si unt 220g

muschi vita (170g) unt (50g)(lapte)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1204,47kJ / 290,32kcal, glucide: 0,1g, din care zaharuri: 0g, proteine: 19,55g, grasimi: 23,52g, din care acizi grasi saturati: 2,62g, fibre: 0g, sare: 40,5g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2408,95kJ / 580,65kcal, glucide: 0,2g, din care zaharuri: 0g, proteine: 39,1g, grasimi: 47,05g, din care acizi grasi saturati: 5,25g, fibre: 0g, sare: 81g.

55. Weinner Schnitzel 300g

Black Angus (200g) [conservant (lactat de sodiu E325), antioxidant (acid ascorbic E300)]
coaja de lamaie (80g) pesmet (10g)(**gluten**) faina (10g)(**gluten**)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1113,42kJ / 268,25kcal, glucide: 7,79g, din care zaharuri: 1,32g, proteine: 11,13g, grasimi: 20,14g, din care acizi grasi saturati: 6,78g, fibre: 2,97g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3340,27kJ / 804,77kcal, glucide: 27,37g, din care zaharuri: 3,98g, proteine: 33,39g, grasimi: 60,43g, din care acizi grasi saturati: 20,35g, fibre: 8,93g, sare: 0g.

56. Coaste de purcel condimentate si caramelizate 1200g

coaste porc (800g) cartofi (200g) crema de branza picanta (200g)(**lapte**)
[stabilizator(caragenan E 407), corrector de aciditate (acid citric E 330)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 624,51kJ / 149,31kcal, glucide: 3,66g, din care zaharuri: 0,13g, proteine: 15,53g, grasimi: 7,91g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,36g, sare: 1g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 7494,2kJ / 1791,8kcal, glucide: 45,6g, din care zaharuri: 1,6g, proteine: 186,4g, grasimi: 95g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 4,4g, sare: 12g.

57. Ceafa de porc maturata la gratar 250g

ceafa porc (250g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 940,5kJ / 225,5kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 24,2g, grasimi: 14,3g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1881kJ / 451kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 48,4g, grasimi: 28,6g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

58. Sos sweet chilli 50g

sos sweet chilli (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 451,8kJ / 106,4kcal, glucide: 4,2g, din care zaharuri: 21,4g, proteine: 0,4g, grasimi: 0,2g, din care acizi grasi saturati: 0,1g, fibre: 0,3g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 225,9kJ / 53,2kcal, glucide: 12,8g, din care zaharuri: 10,7g, proteine: 0,2g, grasimi: 0,1g, din care acizi grasi saturati: 0,05g, fibre: 0,15g, sare: 0g.

59. Cotlet de porc la gratar 250g

cotlet de porc (240g) sare (10g) [antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 638,39kJ / 152,54kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 20,28g, grasimi: 7,93g, din care acizi grasi saturati: 2,62g, fibre: 0g, sare: 49,52g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1340,62kJ / 320,34kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 42,6g, grasimi: 16,66g, din care acizi grasi saturati: 5,52g, fibre: 0g, sare: 104g.

60. Muschiulet impletit la gratar 250g

muschi porc (245g) sare (5g) [antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 489,75kJ / 116,09kcal, glucide: 1,85g, din care zaharuri: 0,09g, proteine: 20,48g, grasimi: 2,92g, din care acizi grasi saturati: 0,97g, fibre: 0g, sare: 2,43g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1004kJ / 238kcal, glucide: 4g, din care zaharuri: 0,2g, proteine: 42g, grasimi: 6g, din care acizi grasi saturati: 2g, fibre: 0g, sare: 5g.

61. Cotlet brasovean pe grill in sos de rosii 350g

cotlet de porc (200g) sos de rosii (50g) ardei rosu gras (50g) ciuperci (30g) [corector de aciditate (acid citric E 330) antioxidant (acid ascorbic E 300)] bacon (20 g) [stabilizator (difosfati E 4450), conservant (nitrit de sodiu E250)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 486,61kJ / 116,12kcal, glucide: 3,6g, din care zaharuri: 0,14g, proteine: 13,09g, grasimi: 5,27g, din care acizi grasi saturati: 1,72g, fibre: 0,6g, sare: 27,02g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1703,14kJ / 406,42kcal, glucide: 13,14g, din care zaharuri: 0,51g, proteine: 45,84g, grasimi: 18,47g, din care acizi grasi saturati: 6,04g, fibre: 2,11g, sare: 94,59g.

62. Muschi de porc glazurat 400g

muschi porc (200g) piure cartofi (100g) coacaze (50g) mix salata (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 496,32kJ / 118,48kcal, glucide: 4,5g, din care zaharuri: 1,12g, proteine: 11,15g, grasimi: 5,61g, din care acizi grasi saturati: 0,5g, fibre: 0,41g, sare: 1,12g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1985,29kJ / 473,93kcal, glucide: 22,5g, din care zaharuri: 4,5g, proteine: 44,6g, grasimi: 22,47g, din care acizi grasi saturati: 2g, fibre: 1,65g, sare: 4,5g.

63. Cocosel auriu 500g

cocosel auriu (200g) cartofi taranesti (150g) mix salata (50g) muraturi (50g) [acidifiant (Acid acetic E260)] sos picant cu usturoi (50 g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 396,42kJ / 94,14kcal, glucide: 5,15g, din care zaharuri: 0,17g, proteine: 11,79g, grasimi: 2,74g, din care acizi grasi saturati: 0,8g, fibre: 0,48g, sare: 1,26g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2576,75kJ / 611,91kcal, glucide: 34,59g, din care zaharuri: 1,11g, proteine: 76,68g, grasimi: 17,84g, din care acizi grasi saturati: 5,26g, fibre: 3,12g, sare: 8,19g.

64. Sos picant cu usturoi 75g

usturoi (50g) sos tabasco (20g) [agent de ingrosare (guma guar E 412), acidifiant (acid citric E 330), conservant (sorbit de Potasiu E202)] maioneza (5g)(ou) [stabilizatori (guma de xantan E 415), colorant (betacaroten), acidifiant (acid citric E 330), conservant (benzoat de sodiu, sorbat de potasiu E202)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 503,3kJ / 118,96kcal, glucide: 21,42g, din care zaharuri: 0,64g, proteine: 4,29g, grasimi: 1,05g, din care acizi grasi saturati: 0,2g, fibre: 1,96g, sare: 2,82g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 377,48kJ / 89,22kcal, glucide: 16,56g, din care zaharuri: 0,48g, proteine: 3,22g, grasimi: 0,79g, din care acizi grasi saturati: 0,15g, fibre: 1,47g, sare: 2,12g.

65. Cartofi taranesti 300g

cartofi (150g) ceapa (100g) kaizer (50g) [stabilizatori (trifosfati E 451, polifosfati E 452), antioxidanti (ascorbat de sodiu E 301, acid ascorbic E 300, eritorbat de sodiu E 316), corectori de aciditate (citrati de sodiu E 331), potentiator de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant (nitrit de sodiu), conservant (lactat de sodiu E 325), agenti de ingrosare (caragenan E 407 , guma de xantan E 415)] sare (0,5g) [antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 513,64kJ / 122,81kcal, glucide: 12,29g, din care zaharuri: 0,53g, proteine: 3,49g, grasimi: 6,07g, din care acizi grasi saturati: 2,32g, fibre: 1,43g, sare: 3,52g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1543,5kJ / 369,05kcal, glucide: 38,55g, din care zaharuri: 1,6g, proteine: 10,5g, grasimi: 18,25g, din care acizi grasi saturati: 7g, fibre: 4,3g, sare: 10,6g.

66. Piept de pui indian 400g

piept de pui (250g) orez (100g) smantana dulce (50g)(lapte) curry (10g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 570,08kJ / 135,44kcal, glucide: 8,71g, din care zaharuri: 0g, proteine: 15,12g, grasimi: 4,45g, din care acizi grasi saturati: 0,34g, fibre: 0g, sare: 0,3g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2337,34kJ / 555,33kcal, glucide: 35,74g, din care zaharuri: 0g, proteine: 62,03g, grasimi: 18,25g, din care acizi grasi saturati: 1,4g, fibre: 0g, sare: 1,25g.

67. Piept de pui cu sos gorgonzola 300g

piept de pui (250g) sos gorgonzola (50g)(lapte)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 593,82kJ / 141,57kcal, glucide: 0,3g, din care zaharuri: 0g, proteine: 20,97g, grasimi: 6,27g, din care acizi grasi saturati: 0,46g, fibre: 0g, sare: 0,41g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1781,48kJ / 424,71kcal, glucide: 0,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 62,91g, grasimi: 18,83g, din care acizi grasi saturati: 1,4g, fibre: 0g, sare: 1,25g.

68. Snitel grand din piept de pui cu piersica 250g

piept de pui (100g) piersica (50g) sos gorgonzola (50g)(lapte) parmezan (50g)(lapte) [conservant (E 1105 Lizozimă din oua)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 833,86kJ / 199,66kcal, glucide: 1,38g, din care zaharuri: 2,64g, proteine: 19,5g, grasimi: 11,68g, din care acizi grasi saturati: 3,68g, fibre: 0,22g, sare: 0,5g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2084,65kJ / 499,16kcal, glucide: 10,05g, din care zaharuri: 6,6g, proteine: 48,76g, grasimi: 29,2g, din care acizi grasi saturati: 9,21g, fibre: 0,55g, sare: 1,27g.

69. Snitel de pui 250g

piept de pui (200g) pesmet (30g)(**gluten**) faina (20g)(**gluten**)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 679,54kJ / 160,62kcal, glucide: 13,84g, din care zaharuri: 0,74g, proteine: 20,16g, grasimi: 2,28g, din care acizi grasi saturati: 0,61g, fibre: 0,54g, sare: 0,4g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1698,86kJ / 401,57kcal, glucide: 36,47g, din care zaharuri: 1,86g, proteine: 50,4g, grasimi: 5,71g, din care acizi grasi saturati: 1,54g, fibre: 1,35g, sare: 1g.

70. Piept de curcan Marsala 400g

piept de curcan (250g) portocala (100g) smantana dulce (50g)(**lapte**)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 508,6kJ / 120,61kcal, glucide: 0,98g, din care zaharuri: 2,75g, proteine: 19,45g, grasimi: 2,96g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,6g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2034,4kJ / 482,45kcal, glucide: 14,95g, din care zaharuri: 11g, proteine: 77,8g, grasimi: 11,85g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2,4g, sare: 0g.

71. Piept de pui la gratar 250g

piept de pui (240g) sare (3g) piper (3g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 480,54kJ / 113,82kcal, glucide: 0,54g, din care zaharuri: 0g, proteine: 22,1g, grasimi: 2,57g, din care acizi grasi saturati: 0,54g, fibre: 0g, sare: 1,7g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1182,14kJ / 280,01kcal, glucide: 1,34g, din care zaharuri: 0g, proteine: 54,38g, grasimi: 6,34g, din care acizi grasi saturati: 1,34g, fibre: 0g, sare: 4,2g.

72. Pulpe dezosate la gratar 250g

pulpe de pui (250g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 849kJ / 203kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 26g, grasimi: 11g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2122,5kJ / 507,5kcal, glucide: 0g, din care zaharuri: 0g, proteine: 65g, grasimi: 27,5g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

73. Mix de organe 350g

creier de vaca (90g) rinichi de porc (90g) fudulii de manzat (80g) ficat de porc (90g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 575,79kJ / 137,68kcal, glucide: 0,69g, din care zaharuri: 0g, proteine: 16,89g, grasimi: 7,48g, din care acizi grasi saturati: 0,72g, fibre: 0g, sare: 0,02g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1957,71kJ / 468,12kcal, glucide: 2,35g, din care zaharuri: 0g, proteine: 57,44g, grasimi: 25,44g, din care acizi grasi saturati: 2,47g, fibre: 0g, sare: 0,07g.

74. Pastrama de berbecut 250g

pastrama de berbecut (200g) [agent de ingrosare (alga marina Euchema prelucrata E 407a), stabilizatori (trifosfati E 451), potentiator de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant (nitrit de sodiu E 250)] ulei picant aromat cu usturoi (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1330,24kJ / 320,65kcal, glucide: 5,08g, din care zaharuri: 0,18g, proteine: 16,74g, grasimi: 25,62g, din care acizi grasi saturati: 0,18g, fibre: 1g, sare: 0,18g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3325,62kJ / 801,63kcal, glucide: 13,15g, din care zaharuri: 0,45g, proteine: 41,87g, grasimi: 64,05g, din care acizi grasi saturati: 0,46g, fibre: 2,51g, sare: 0,47g.

75. Ulei picant aromat cu usturoi 50g

ulei (40g) usturoi (30g) chilli flakes (10g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 701,26kJ / 167,73kcal, glucide: 18,31g, din care zaharuri: 0,9g, proteine: 3,75g, grasimi: 7,31g, din care acizi grasi saturati: 0,92g, fibre: 5,02g, sare: 0,95g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 561,01kJ / 134,19kcal, glucide: 15,37g, din care zaharuri: 0,72g, proteine: 3g, grasimi: 5,85g, din care acizi grasi saturati: 0,74g, fibre: 4,02g, sare: 0,76g.

76. Mititei 50g

mici (50g) [antioxidanti (acid ascorbic E 300)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 898,2kJ / 216,4kcal, glucide: 1,1g, din care zaharuri: 0,4g, proteine: 13,9g, grasimi: 17,2g, din care acizi grasi saturati: 6,4g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 449,1kJ / 108,2kcal, glucide: 0,75g, din care zaharuri: 0,2g, proteine: 6,95g, grasimi: 8,6g, din care acizi grasi saturati: 3,2g, fibre: 0g, sare: 0g.

77. Creier de vaca macelaresc 250g

creier de vaca (190g) ceapa (30g) ardei rosu gras (30g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 616,05kJ / 148,32kcal, glucide: 2,3g, din care zaharuri: 0g, proteine: 9,14g, grasimi: 11,3g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,42g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1293,72kJ / 311,49kcal, glucide: 4,83g, din care zaharuri: 0g, proteine: 19,2g, grasimi: 23,73g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,9g, sare: 0g.

78. Lingou de somon cu broccoli 450g

somon (200g)(**lapte**) broccoli (100g) legume (100g) sos lamaie (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 548,2kJ / 131,62kcal, glucide: 2,17g, din care zaharuri: 1,14g, proteine: 9,96g, grasimi: 8,41g, din care acizi grasi saturati: 1,02g, fibre: 1,35g, sare: 1,12g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2466,93kJ / 592,31kcal, glucide: 14,96g, din care zaharuri: 5,17g, proteine: 44,86g, grasimi: 37,87g, din care acizi grasi saturati: 4,59g, fibre: 6,1g, sare: 5,06g.

79. Fudulii de manzat 250g

fudulii de manzat (250g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 446,2kJ / 105,9kcal, glucide: 0,5g, din care zaharuri: 0g, proteine: 19g, grasimi: 3,1g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1115,5kJ / 264,75kcal, glucide: 1,25g, din care zaharuri: 0g, proteine: 47,5g, grasimi: 7,75g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g

80. Ficat de porc 250g

ficat de porc (250g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 563,3kJ / 134,1kcal, glucide: 2,1g, din care zaharuri: 0g, proteine: 19,5g, grasimi: 5,3g, din care acizi grasi saturati: 1,4g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1408,25kJ / 335,25kcal, glucide: 5,25g, din care zaharuri: 0g, proteine: 48,75g, grasimi: 13,25g, din care acizi grasi saturati: 3,5g, fibre: 0g, sare: 0g.

81. Sarmalute in foi de varza cu mamaliga 425g

varza (200g) mamaliga (100g) kaizer (100g) [stabilizatori (trifosfati E 451, polifosfati E 452), antioxidanti (ascorbat de sodiu E 301, acid ascorbic E 300, eritorbat de sodiu E 316), corectori de aciditate (citrati de sodiu E 331), potentiator de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant: nitrit de sodiu), conservant (lactat de sodiu E 325), agenti de ingrosare (caragenan E 407 , guma de xantan E 415)] ardei iute (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 736,54kJ / 176,92kcal, glucide: 10,13g, din care zaharuri: 1,6g, proteine: 4,9g, grasimi: 12,22g, din care acizi grasi saturati: 3,16g, fibre: 0,18g, sare: 1,74g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3314,45kJ / 796,15kcal, glucide: 52,79g, din care zaharuri: 7,2g, proteine: 22,05g, grasimi: 55,01g, din care acizi grasi saturati: 14,26g, fibre: 0,85g, sare: 3,86g.

82. Tochitura moldoveneasca cu mamaliguta 450g

mamaliga (100g) ceapa (70g) piept de pui (70g) cabanos (70g) [stabilizatori (trifosfati E 451), arome, potentiatori de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant (nitrit desodiu E 250), colorant (carmin)] branza rasa (50g)(**lapte**) oua (50g) bulion (40g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 760,59kJ / 182kcal, glucide: 11,46g, din care zaharuri: 0,15g, proteine: 10,69g, grasimi: 10,26g, din care acizi grasi saturati: 2,31g, fibre: 0,15g, sare: 1,47g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3346,63kJ / 800,81kcal, glucide: 51,14g, din care zaharuri: 0,7g, proteine: 47,05g, grasimi: 45,18g, din care acizi grasi saturati: 10,2g, fibre: 0,7g, sare: 6,51g.

83. Mamaliguta cu branza si smantana 550g

mamaliga (250g) telemea vaca (150g)(**lapte**) smantana acra (150g)(**lapte**)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1077,02kJ / 258,52kcal, glucide: 16,72g, din care zaharuri: 0,21g, proteine: 8,62g, grasimi: 17,36g, din care acizi grasi saturati: 2,47g, fibre: 0g, sare: 1,9g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 5385,11kJ / 1292,62kcal, glucide: 84,68g, din care zaharuri: 1,05g, proteine: 43,13g, grasimi: 86,82g, din care acizi grasi saturati: 12,37g, fibre: 0g, sare: 9,52g.

84. Tigaie picanta 450g

ceafa porc (150g) piept de pui (100g) carnaciori (100g) [corector de aciditate(glucono-delta-lactona E 575), antioxidant(acid ascorbic E 300), conservant(nitrit de sodiu E 250)] usturoi (50g) dovlecel (50 g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 766,6kJ / 183,61kcal, glucide: 4,42g, din care zaharuri: 0,1g, proteine: 16,8g, grasimi: 10,84g, din care acizi grasi saturati: 5,19g, fibre: 0,37g, sare: 0,82g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 3066,42kJ / 734,44kcal, glucide: 18,1g, din care zaharuri: 0,4g, proteine: 67,2g, grasimi: 43,36g, din care acizi grasi saturati: 20,76g, fibre: 1,5g, sare: 3,3g.

85. Brasovence 400g

carne tocata (200g) bulion (100g) ceapa (100g) sare (5g) [antiaglomerant (Ferocianură de potasiu E 536)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 628,74kJ / 150,56kcal, glucide: 6,11g, din care zaharuri: 0g, proteine: 11,57g, grasimi: 8,8g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,28g, sare: 1,4g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2232,03kJ / 534,49kcal, glucide: 21,7g, din care zaharuri: 0g, proteine: 41,1g, grasimi: 31,25g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1g, sare: 5g.

86. Platou muntenesc 2 persoane 1400g

muschi porc (200g) mici (200g) [antioxidanti (acid ascorbic E 300)] pui macelaresc (200g) pastrama de berbecut (200g) [agent de ingrosare (alga marina Euchema prelucrata E 407a), stabilizatori (trifosfati E 451), potentiator de aroma (monoglutamat de sodiu E 621), conservant (nitrit de sodiu E 250)] carnaciori (200g) [corector de aciditate(glucono-delta-lactona E 575), antioxidant(acid ascorbic E 300), conservant(nitrit de

sodiu E 250]) cartofi taranesti (200g) castravete (100g) gogosari murati (100g) [acidifiant (Acid acetic E260)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 727,51kJ / 174,75kcal, glucide: 3,09g, din care zaharuri: 0,2g, proteine: 13,11g, grasimi: 12,06g, din care acizi grasi saturati: 4,33g, fibre: 0,26g, sare: 0,83g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 10185,16kJ / 2446,62kcal, glucide: 46,18g, din care zaharuri: 2,86g, proteine: 183,6g, grasimi: 168,9g, din care acizi grasi saturati: 60,64g, fibre: 3,7g, sare: 11,64g.

87. Salata verde 65g

salata verde (40g) lamaie (20g) ulei de masline (5g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 382,33kJ / 92,27kcal, glucide: 4,03g, din care zaharuri: 0,76g, proteine: 1,07g, grasimi: 7,35g, din care acizi grasi saturati: 0,92g, fibre: 1,29g, sare: 0,61g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 248,52kJ / 59,98kcal, glucide: 3,12g, din care zaharuri: 0,5g, proteine: 0,7g, grasimi: 4,78g, din care acizi grasi saturati: 0,6g, fibre: 0,84g, sare: 0,4g.

88. Salata asortata de sezon 250g

rosii (100g) ardei rosu gras (50g) castravete (50g) salata verde (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 98,32kJ / 23,34kcal, glucide: 3,86g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,92g, grasimi: 0,18g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,3g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 245,8kJ / 58,35kcal, glucide: 9,65g, din care zaharuri: 0g, proteine: 2,3g, grasimi: 0,45g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 3,25g, sare: 0g.

89. Salata mixta de muraturi asortate 200g

castraveti murati (100g) [acidifiant (Acid acetic E260) gogosari murati (100g) [acidifiant (Acid acetic E260)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 71,4kJ / 16,9kcal, glucide: 2,8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,9g, grasimi: 0,1g, din care acizi grasi saturati: 0,05g, fibre: 0,6g, sare: 0,6g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 142,8kJ / 33,8kcal, glucide: 5,6g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,8g, grasimi: 0,2g, din care acizi grasi saturati: 0,1g, fibre: 1,2g, sare: 1,2g.

90. Salata de varza alba 150g

salata de varza (150g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 144,8kJ / 34,58kcal, glucide: -0,1g, din care zaharuri: 3,7g, proteine: 1,18g, grasimi: 1,7g, din care acizi grasi saturati: 0,08g, fibre: 0,06g, sare: 17,94g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 217,21kJ / 51,87kcal, glucide: 5,4g, din care zaharuri: 5,56g, proteine: 1,78g, grasimi: 2,55g, din care acizi grasi saturati: 0,12g, fibre: 0,09g, sare: 26,91g.

91. Salata de rosii cu branza rasa 200g

rosii (150g) telemea vaca (30g)(**lapte**) ulei de masline (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 545,4kJ / 131,76kcal, glucide: 3,28g, din care zaharuri: 0,1g, proteine: 3,67g, grasimi: 11,3g, din care acizi grasi saturati: 2,38g, fibre: 0,9g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1090,81kJ / 263,52kcal, glucide: 6,78g, din care zaharuri: 0,21g, proteine: 7,35g, grasimi: 22,6g, din care acizi grasi saturati: 4,77g, fibre: 1,8g, sare: 0g.

92. Salata de ardei copti 200g

ardei copt (170g) ulei de masline (30g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 634,78kJ / 153,69kcal, glucide: 5,1g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,85g, grasimi: 14,05g, din care acizi grasi saturati: 1,8g, fibre: 1,7g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1269,57kJ / 307,39kcal, glucide: 10,2g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,7g, grasimi: 28,11g, din care acizi grasi saturati: 3,6g, fibre: 3,4g, sare: 0g.

93. Legume la gratar 200g

vinete (50g) dovlecel (50g) rosii (50g) ciuperci (50g) [corector de aciditate (acid citric E 330) antioxidant (acid ascorbic E 300)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 126,27kJ / 29,95kcal, glucide: 4,05g, din care zaharuri: 0,42g, proteine: 1,7g, grasimi: 0,26g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,42g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 252,54kJ / 59,91kcal, glucide: 8,95g, din care zaharuri: 0,85g, proteine: 3,4g, grasimi: 0,53g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2,85g, sare: 0g.

94. Cartofi prajiti 200g

cartofi (200g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 368,1kJ / 86,9kcal, glucide: 17,6g, din care zaharuri: 0,8g, proteine: 2g, grasimi: 0,1g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2,2g, sare: 6g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 736,2kJ / 173,8kcal, glucide: 36,8g, din care zaharuri: 1,6g, proteine: 4g, grasimi: 0,2g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 4,4g, sare: 12g.

95. Ciuperci proaspete la gratar 200g

ciuperci (200g) [corector de aciditate (acid citric E 330) antioxidant (acid ascorbic E 300)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 127,9kJ / 30,3kcal, glucide: 1,6g, din care zaharuri: 1,7g, proteine: 3,1g, grasimi: 0,3g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 255,8kJ / 60,6kcal, glucide: 6,6g, din care zaharuri: 3,4g, proteine: 6,2g, grasimi: 0,6g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2g, sare: 0g.

96. Broccoli saute 200g

broccoli (170g) usturoi (20g) sare (5g) [antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)] piper (5g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 269,5kJ / 63,89kcal, glucide: 9,34g, din care zaharuri: 1,18g, proteine: 2,94g, grasimi: 0,44g, din care acizi grasi saturati: 0,05g, fibre: 3g, sare: 2,67g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 539kJ / 127,79kcal, glucide: 21,04g, din care zaharuri: 2,36g, proteine: 5,88g, grasimi: 0,89g, din care acizi grasi saturati: 0,11g, fibre: 6,01g, sare: 5,34g.

97. Orez sarbesc 250g

orez (100g) morcovi (50g) ceapa (50g) ardei rosu gras (50g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 319,9kJ / 75,46kcal, glucide: 16,42g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,46g, grasimi: 0,18g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,16g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 799,75kJ / 188,65kcal, glucide: 41,05g, din care zaharuri: 0g, proteine: 3,65g, grasimi: 0,45g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 2,9g, sare: 0g.

98. Sparanghel verde si unt topit 150g

sparanghel (100g) unt (50g)(lapte)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 701kJ / 169,87kcal, glucide: 0,17g, din care zaharuri: 2,85g, proteine: 1,7g, grasimi: 16,77g, din care acizi grasi saturati: 0,22g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1402kJ / 339,75kcal, glucide: 6,05g, din care zaharuri: 5,7g, proteine: 3,4g, grasimi: 33,55g, din care acizi grasi saturati: 0,45g, fibre: 0g, sare: 0g.

99. Legume nature 200g

rosii (100g) castravete (100g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 76,8kJ / 18,2kcal, glucide: 3,05g, din care zaharuri: 0g, proteine: 0,75g, grasimi: 0,2g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0,6g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 153,6kJ / 36,4kcal, glucide: 6,1g, din care zaharuri: 0g, proteine: 1,5g, grasimi: 0,4g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,2g, sare: 0g.

100. Extra smantana 100g

smantana (100g)**(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 862,4kJ / 208,8kcal, glucide: 3,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 3,3g, grasimi: 20g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 862,4kJ / 208,8kcal, glucide: 3,9g, din care zaharuri: 0g, proteine: 3,3g, grasimi: 20g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

101. Extra sosuri 100g

1) Sos de rosii

sos de rosii (100g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 400,08kJ / 94,44kcal, glucide: 18,3g, din care zaharuri: 0,01g, proteine: 3,63g, grasimi: 0,38g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,63g, sare: 1,18g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 400,08kJ / 94,44kcal, glucide: 18,31g, din care zaharuri: 0,01g, proteine: 3,63g, grasimi: 0,38g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,63g, sare: 1,18g.

2) Sos gorgonzola

sos gorgonzola (100g)**(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1165,76kJ / 281,52kcal, glucide: 1,8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 13,32g, grasimi: 24,56g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1165,76kJ / 281,52kcal, glucide: 1,8g, din care zaharuri: 0g, proteine: 13,32g, grasimi: 24,56g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

3) Sos picant cu usturoi

sos picant cu usturoi (100g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 491,6kJ / 116,21kcal, glucide: 20,78g, din care zaharuri: 0,64g, proteine: 4,29g, grasimi: 1,05g, din care acizi grasi saturati: 0,2g, fibre: 1,96g, sare: 2,82g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 491,6kJ / 116,21kcal, glucide: 21,42g, din care zaharuri: 0,64g, proteine: 4,29g, grasimi: 1,05g, din care acizi grasi saturati: 0,2g, fibre: 1,96g, sare: 2,82g.

102. Piure de cartofi 200g

cartofi (150g) unt (50g)**(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 879,87kJ / 212,02kcal, glucide: 13,3g, din care zaharuri: 0,6g, proteine: 1,55g, grasimi: 16,32g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 1,65g, sare: 4,5g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1759,75kJ / 424,05kcal, glucide: 27,8g, din care zaharuri: 1,2g, proteine: 3,1g, grasimi: 32,65g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 3,3g, sare: 9g.

103. Piersica Bolta Rece 250g

piersica (100g) finetti (50g)**(lapte)** [emulsifiant (lecitină din soia E322)] pesmet (50g)**(gluten)** frisca (50g)**(lapte)** [stabilizatori (Sorbitoli E420, Hidroxipropilceluloză E463), emulsifianti (Stearoil-2-lactilat de sodiu E48)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1090,1kJ / 260,23kcal, glucide: 27,78g, din care zaharuri: 6,16g, proteine: 3,04g, grasimi: 12,18g, din care acizi grasi saturati: 0,24g, fibre: 1,34g, sare: 0,02g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2725,27kJ / 650,59kcal, glucide: 84,85g, din care zaharuri: 15,4g, proteine: 7,61g, grasimi: 30,45g, din care acizi grasi saturati: 0,6g, fibre: 3,35g, sare: 0,05g.

104. Soufle de mere cu inghetata si frisca 200g

mere (100g) frisca (50g)(**lapte**) [stabilizatori (Sorbitoli E420, Hidroxipropilceluloză E463), emulsifianti (Stearoil-2-lactilat de sodiu E48)] inghetata (50g) [emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407) , dextroza]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 650,5kJ / 155,95kcal, glucide: 5,5g, din care zaharuri: 10,75g, proteine: 1,1g, grasimi: 9,35g, din care acizi grasi saturati: 1,87g, fibre: 1,2g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1301kJ / 311,9kcal, glucide: 32,5g, din care zaharuri: 21,5g, proteine: 2,2g, grasimi: 18,7g, din care acizi grasi saturati: 3,75g, fibre: 2,4g, sare: 0g.

105. Inghetata clasica mixta 150g

inghetata clasica mixta (150g)(**lapte**) [emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407) , dextroza]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 906,4kJ / 216,8kcal, glucide: 1g, din care zaharuri: 23g, proteine: 3,2g, grasimi: 12g, din care acizi grasi saturati: 7,5g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1359,6kJ / 325,2kcal, glucide: 36g, din care zaharuri: 34,5g, proteine: 4,8g, grasimi: 18g, din care acizi grasi saturati: 11,25g, fibre: 0g, sare: 0g.

106. Fructe de padure in vin rosu si scortisoara cu sos de vanilie 150g

fructe de padure (100g) sos de vanilie (30g) vin rosu (10g)(**Dioxid de sulf și sulfiti în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2**) scortisoara (10g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 371,94kJ / 88,36kcal, glucide: 12,32g, din care zaharuri: 4,14g, proteine: 1,46g, grasimi: 0,57g, din care acizi grasi saturati: 0,03g, fibre: 5,73g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 557,92kJ / 132,54kcal, glucide: 24,7g, din care zaharuri: 6,21g, proteine: 2,2g, grasimi: 0,86g, din care acizi grasi saturati: 0,05g, fibre: 8,6g, sare: 0g.

107. Strudel cu mere si inghetata de vanilie 230g

strudel cu mere (130g) inghetata vanilie (100g)(**lapte**) [emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407) , dextroza]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 913,8kJ / 217,19kcal, glucide: 25,19g, din care zaharuri: 10g, proteine: 3,08g, grasimi: 6,74g, din care acizi grasi saturati: 3,26g, fibre: 1,69g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2101,75kJ / 499,55kcal, glucide: 80,94g, din care zaharuri: 23g, proteine: 7,1g, grasimi: 15,51g, din care acizi grasi saturati: 7,5g, fibre: 3,9g, sare: 0g.

108. Lava cake cu inghetata de vanilie si topping de ciocolata 230g

lava cake (100g) inghetata vanilie (100g)**(lapte)** [emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407) , dextroza] topping ciocolata (30g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1272,17kJ / 303,86kcal, glucide: 4,78g, din care zaharuri: 32,6g, proteine: 4,49g, grasimi: 14,8g, din care acizi grasi saturati: 7,2g, fibre: 1,52g, sare: 0,08g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2926kJ / 698,9kcal, glucide: 86g, din care zaharuri: 75g, proteine: 10,34g, grasimi: 34,06g, din care acizi grasi saturati: 16,56g, fibre: 3,5g, sare: 0,2g.

109. Parfait de inghetata cu aroma de alune 100g

parfait de inghetata cu aroma de alune (100g)**(lapte)** [emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407) , dextroza]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1391kJ / 332,5kcal, glucide: 9,1g, din care zaharuri: 29,8g, proteine: 4,4g, grasimi: 17,7g, din care acizi grasi saturati: 7,5g, fibre: 0g, sare: 0,19g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1391kJ / 332,5kcal, glucide: 38,9g, din care zaharuri: 29,8g, proteine: 4,4g, grasimi: 17,7g, din care acizi grasi saturati: 7,5g, fibre: 0g, sare: 0,19g.

110. Cassata 100g

cassata (100g)**(lapte, oua, gluten)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1583kJ / 376kcal, glucide: 60g, din care zaharuri: 0g, proteine: 7g, grasimi: 12g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1583kJ / 376kcal, glucide: 60g, din care zaharuri: 0g, proteine: 7g, grasimi: 12g, din care acizi grasi saturati: 0g, fibre: 0g, sare: 0g.

111. Clatite Bolta Rece 200g

inghetata (100g)**(lapte)** [emulgatori (mono si digliceride ale acizilor grasi E 471), stabilizatori (guma guar E 412, guma de carruba E 410, carageenani E 407) , dextroza] finetti (50g)**(lapte)** [emulsifiant (lecitină din soia E322)] dulceata visine (50g) [agent gelatinizant (E 440 Pectine) ,acidifiant (E 330 Acid citric)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1332,07kJ / 317,77kcal, glucide: 18,5g, din care zaharuri: 25,25g, proteine: 2,45g, grasimi: 14,77g, din care acizi grasi saturati: 3,77g, fibre: 0g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2664,15kJ / 635,55kcal, glucide: 87,5g, din care zaharuri: 50,5g, proteine: 4,9g, grasimi: 29,55g, din care acizi grasi saturati: 7,55g, fibre: 0g, sare: 0g.

112. Papanasi cu smantana si dulceata de visine 100g

papanasi (100g)**(gluten)** smantana (100g)**(lapte)** dulceata visine (100g) [agent gelatinizant (E 440 Pectine) ,acidifiant (E 330 Acid citric)]

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 855,82kJ / 203,53kcal, glucide: 7,87g, din care zaharuri: 23,38g, proteine: 3,09g, grasimi: 7,32g, din care acizi grasi saturati: 0,34g, fibre: 0,11g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 2567,46kJ / 610,61kcal, glucide: 93,76g, din care zaharuri: 70,15g, proteine: 9,29g, grasimi: 21,97g, din care acizi grasi saturati: 1,02g, fibre: 0,34g, sare: 0g.

113. Placinta de casa cu branza dulce si stafide 150g

placinta cu branza dulce si stafide (150g) **(lapte)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1171,2kJ / 279,4kcal, glucide: 23,7g, din care zaharuri: 10g, proteine: 6,9g, grasimi: 13g, din care acizi grasi saturati: 2,7g, fibre: 0g, sare: 0,7g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1756,8kJ / 419,1kcal, glucide: 50,55g, din care zaharuri: 15g, proteine: 10,35g, grasimi: 19,5g, din care acizi grasi saturati: 4,05g, fibre: 0g, sare: 1,05g.

114. Tort crantz 150g

tort crantz (150g) **(lapte, ou, gluten)**

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 1311,8kJ / 313,4kcal, glucide: 9,8g, din care zaharuri: 30,1g, proteine: 3,9g, grasimi: 14,4g, din care acizi grasi saturati: 5,3g, fibre: 4,3g, sare: 0,24g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1967,7kJ / 470,1kcal, glucide: 59,85g, din care zaharuri: 45,15g, proteine: 5,85g, grasimi: 21,6g, din care acizi grasi saturati: 7,95g, fibre: 6,45g, sare: 0,36g.

115. Rinichi de porc la gratar 250g

rinichi de porc (250g) sare (3g)[antiaglomerant (Ferrocianură de potasiu E 536)] piper (3g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 480,16kJ / 114,42kcal, glucide: 0,81g, din care zaharuri: 0g, proteine: 16,75g, grasimi: 4,9g, din care acizi grasi saturati: 1,46g, fibre: 0g, sare: 1,25g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 1229,23kJ / 292,92kcal, glucide: 2,09g, din care zaharuri: 0g, proteine: 42,88g, grasimi: 12,55g, din care acizi grasi saturati: 3,75g, fibre: 0g, sare: 3,2g.

116. Salata sfecla rosie cu hrean 150g

sfecla rosie (130g) hrean (20g)

Informatii nutritionale / 100g Valoare energetica: 211,47kJ / 50,01kcal, glucide: 8,03g, din care zaharuri: 1,06g, proteine: 2,14g, grasimi: 0,17g, din care acizi grasi saturati: 0,01g, fibre: 1,73g, sare: 0g.

Informatii nutritionale / preparat Valoare energetica: 317,21kJ / 75,02kcal, glucide: 13,65g, din care zaharuri: 1,6g, proteine: 3,22g, grasimi: 0,26g, din care acizi grasi saturati: 0,02g, fibre: 2,6g, sare: 0g.