GREENS
RESTAURANT

MENIU
RESTAURANT

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

MIC DEJUN / BREAKFAST

Program:	L–J	10:00 – 12:00	V–D	09:00 – 11:00
Schedule:	Mo–Th	10:00 – 12:00	Fr–Su	09:00 – 11:00

Mic dejun englezesc // *English breakfast* ... 320g – 36 lei

Ingrediente: ouă proaspete 120 g; minibaghetă albă (demibaghetă)* 70 g; fasole roșie cutie 45 g; roșii 42 g; cârnați grătărel 42 g; bacon fără șorici feliat 36 g; ciuperci champignon 28 g; ulei floarea soarelui; pătrunjel; sare.

***Ingredients**: fresh eggs 120 g; white mini baguette* 70 g; canned red beans 45 g; tomatoes 42 g; grilling sausages 42 g; sliced rindless bacon 36 g; button mushrooms 28 g; sunflower oil; parsley; salt.*

Valori nutriționale / porție: 938.1 kcal / 3907.9 kJ, proteine 40.8 g, glucide 53.5 g, din care zaharuri 7.8 g, grăsimi 61.2 g, din care acizi grași saturați 18.5 g, fibre 5.1 g, sare 5.5 g.

***Nutritional values / portion:** 938.1 kcal / 3907.9 kJ, protein 40.8 g, carbohydrates 53.5 g, of which sugars 7.8 g, fat 61.2 g, of which saturated fatty acids 18.5 g, fibre 5.1 g, salt 5.5 g.*

Ouă Benedict // Eggs Benedict ..... 210g – 36 lei

Ingrediente: ouă proaspete 120 g; minibaghetă albă (demibaghetă)* 70 g; unt 30 g; bacon fără șorici feliat 30 g; gălbenuș de ou pasteurizat 25 g; lămâi; smântână vegetală; oțet din vin; sare.

***Ingredients:** fresh eggs 120 g; white mini baguette* 70 g; butter 30 g; sliced rindless bacon 30 g; pasteurised egg yolk 25 g; lemons; vegetable cream; wine vinegar; salt.*

Valori nutriționale / porție: 958.5 kcal / 3978.6 kJ, proteine 31.3 g, glucide 37.9 g, din care zaharuri 4.9 g, grăsimi 75.6 g, din care acizi grași saturați 36.5 g, fibre 0.8 g, sare 3.2 g.

***Nutritional values / portion:** 958.5 kcal / 3978.6 kJ, protein 31.3 g, carbohydrates 37.9 g, of which sugars 4.9 g, fat 75.6 g, of which saturated fatty acids 36.5 g, fibre 0.8 g, salt 3.2 g.*

Omleta ciobanului // Shepherd's omelette ..... 220 g – 29 lei

Ingrediente: ouă proaspete 120 g; carnati gratarel 27 g; bacon fără șorici feliat 22 g; brânză de burduf; ceapă roșie; salată lollo bionda; lămâi; ulei floarea soarelui; baby spanac; sare.

***Ingredients:** fresh eggs 120 g; grilling sausages 27 g; sliced rindless bacon 22 g; burduf cheese; red onion; lollo bionda lettuce; lemons; sunflower oil; baby spinach; salt.*

Valori nutriționale / porție: 547.6 kcal / 2267.4 kJ, proteine 26.6 g, glucide 2.9 g, din care zaharuri 2.1 g, grăsimi 47.5 g, din care acizi grași saturați 14.9 g, fibre 0.7 g, sare 4.9 g.

***Nutritional values / portion:** 547.6 kcal / 2267.4 kJ, protein 26.6 g, carbohydrates 2.9 g, of which sugars 2.1 g, fat 47.5 g, of which saturated fatty acids 14.9 g, fibre 0.7 g, salt 4.9 g.*

Ouă ochi cu cartofi prăjiți și brânză rasă // Sunny side up eggs with french fries and grated cheese ..... 110/210/40 g – 31 lei

Ingrediente: cartofi dippers* 170 g; ouă proaspete 120 g; brânză de burduf 48 g; ulei floarea soarelui; pătrunjel; sare.

***Ingredients:** french fries* 170 g; fresh eggs 120 g; burduf cheese 48 g; sunflower oil; parsley; salt.*

Valori nutriționale / porție: 749.7 kcal / 3130.4 kJ, proteine 26.5 g, glucide 62.9 g, din care zaharuri 1.1 g, grăsimi 42.3 g, din care acizi grași saturați 11.1 g, fibre 5.8 g, sare 5.9 g.

***Nutritional values / portion:** 749.7 kcal / 3130.4 kJ, protein 26.5 g, carbohydrates 62.9 g, of which sugars 1.1 g, fat 42.3 g, of which saturated fatty acids 11.1 g, fibre 5.8 g, salt 5.9 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat / *Frozen product*

SALATE / SALAD

Salată cu piept de pui și bacon // Chicken and bacon salad ..... 330/30 g – **47 lei**

Ingrediente: piept de pui file* 125 g; salată coss / romaine 80 g; ouă proaspete 60 g; roșii cherry 40 g; dressing caesar 28 ml; bacon fără șorici feliat 25 g; parmezan ras.

Ingredients: *chicken breast fillet* 125 g; romaine lettuce 80 g; fresh eggs 60 g; cherry tomatoes 40 g; Caesar dressing 28 ml; sliced rindless bacon 25 g; grated parmesan.*

Valori nutriționale / porție: 577.7 kcal / 2408.1 kJ, proteine 54.7 g, glucide 5.8 g, din care zaharuri 4.2 g, grăsimi 36.7 g, din care acizi grași saturați 11.9 g, fibre 2.5 g, sare 1.8 g.

Nutritional values / portion: *577.7 kcal / 2408.1 kJ, protein 54.7 g, carbohydrates 5.8 g, of which sugars 4.2 g, fat 36.7 g, of which saturated fatty acids 11.9 g, fibre 2.5 g, salt 1.8 g.*

Salată grecească // Greek salad ..... 370 g – **44 lei**

Ingrediente: roșii 170 g; brânză feta 90 g; castraveți proaspeți 70 g; măsline negre întregi fără samburi 35 g; ceapă roșie 30 g; ulei măsline extravirgin; oregano.

Ingredients: *tomatoes 170 g; feta cheese 90 g; fresh cucumbers 70 g; pitted black olives 35 g; red onion 30 g; extra virgin olive oil; oregano.*

Valori nutriționale / porție: 453.9 kcal / 1884.2 kJ, proteine 20.9 g, glucide 14.3 g, din care zaharuri 9.4 g, grăsimi 33.7 g, din care acizi grași saturați 18.9 g, fibre 5.0 g, sare 2.9 g.

Nutritional values / portion: *453.9 kcal / 1884.2 kJ, protein 20.9 g, carbohydrates 14.3 g, of which sugars 9.4 g, fat 33.7 g, of which saturated fatty acids 18.9 g, fibre 5.0 g, salt 2.9 g.*

Salată cu avocado și merișoare deshidratate // Avocado and dried cranberry salad ..... 300 g – **42 lei**

Ingrediente: salată coss / romaine 80 g; avocado 70 g; castraveți proaspeți 65 g; roșii cherry 45 g; lămâi 30 g; merișoare deshidratate întregi; ulei măsline extravirgin; miere polifloră; muștar; sare.

Ingredients: *romaine lettuce 80 g; avocado 70 g; fresh cucumbers 65 g; cherry tomatoes 45 g; lemons 30 g; dried cranberries; extra virgin olive oil; multifloral honey; mustard; salt.*

Valori nutriționale / porție: 483.7 kcal / 2007.7 kJ, proteine 4.3 g, glucide 32.8 g, din care zaharuri 27.5 g, grăsimi 35.5 g, din care acizi grași saturați 6.5 g, fibre 7.8 g, sare 1.3 g.

Nutritional values / portion: *483.7 kcal / 2007.7 kJ, protein 4.3 g, carbohydrates 32.8 g, of which sugars 27.5 g, fat 35.5 g, of which saturated fatty acids 6.5 g, fibre 7.8 g, salt 1.3 g.*

Salată de vinete cu maioneză // Eggplant salad with mayonnaise ..... 240/40 g – **24 lei**

Ingrediente: vinete coapte congelate* 170 g; minibaghetă albă (demibagheta)* 40g; ceapă roșie 20 g; roșii 20 g; maioneză 20 ml; ulei floarea soarelui; sare.

Ingredients: *roasted eggplants* 170 g; white mini baguette* 40 g; red onion 20 g; tomatoes 20 g; mayonnaise 20 ml; sunflower oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 420.1 kcal / 1754.2 kJ, proteine 5.6 g, glucide 43.7 g, din care zaharuri 12.7 g, grăsimi 24.5 g, din care acizi grași saturați 2.1 g, fibre 1.3 g, sare 1.7 g.

Nutritional values / portion: *420.1 kcal / 1754.2 kJ, protein 5.6 g, carbohydrates 43.7 g, of which sugars 12.7 g, fat 24.5 g, of which saturated fatty acids 2.1 g, fibre 1.3 g, salt 1.7 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

vegetarian

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

SALATE / SALAD

Salată de roșii și castraveți // Tomato and cucumber salad ..... 220 g – **18 lei**

Ingrediente: roșii 100 g; castraveți proaspeți 70 g; ceapă roșie 55 g; ulei floarea soarelui; pătrunjel; zahăr; oțet din vin; sare.

Ingredients: *tomatoes 100 g; fresh cucumbers 70 g; red onion 55 g; sunflower oil; parsley; sugar; wine vinegar; salt.*

Valori nutriționale / porție: 146.6 kcal / 610.1 kJ, proteine 2.1 g, glucide 13.1 g, din care zaharuri 11.1 g, grăsimi 8.8 g, din care acizi grași saturați 1.0 g; fibre 3.2 g, sare 1.0 g.

Nutritional values / portion: *146.6 kcal / 610.1 kJ, protein 2.1 g, carbohydrates 13.1 g, of which sugars 11.1 g, fat 8.8 g, of which saturated fatty acids 1.0 g, fibre 3.2 g, salt 1.0 g.*

Salată de varză // Cabbage salad ..... 200 g – **13 lei**

Ingrediente: varză albă 200 g; ulei floarea soarelui; oțet din vin; mărar; sare; piper negru măcinat.

Ingredients: *white cabbage 200 g; sunflower oil; wine vinegar; dill; salt; ground black pepper.*

Valori nutriționale / porție: 118.6 kcal / 493.6 kJ, proteine 3.0 g, glucide 10.4 g, din care zaharuri 9.1 g, grăsimi 5.5 g, din care acizi grași saturați 1.0 g, fibre 7.6 g, sare 0.6 g.

Nutritional values / portion: *118.6 kcal / 493.6 kJ, protein 3.0 g, carbohydrates 10.4 g, of which sugars 9.1 g, fat 5.5 g, of which saturated fatty acids 1.0 g, fibre 7.6 g, salt 0.6 g.*

Salată de murături asortate // Assorted pickles salad ..... 300 g – **18 lei**

Ingrediente: murături asortate 300 g. // ***Ingredients:*** *assorted pickles 300 g.*

Valori nutriționale / porție: 57.4 kcal / 242.1 kJ, proteine 2.2 g, glucide 9.6 g, din care zaharuri 9.1 g, grăsimi 0.4 g, din care acizi grași saturați 0.2 g, fibre 3.1 g, sare 15.3 g.

Nutritional values / portion: *57.4 kcal / 242.1 kJ, protein 2.2 g, carbohydrates 9.6 g, of which sugars 9.1 g, fat 0.4 g, of which saturated fatty acids 0.2 g, fibre 3.1 g, salt 15.3 g.*

WRAP

Wrap cu piept de pui și avocado // *Chicken breast and avocado wrap* ..... 300g / **34 lei**

Ingrediente: piept de pui file* 110 g; tortilla 30 cm 90 g; avocado 37 g; salată iceberg 30 g; iaurt grecesc 10% 30 g; brânză mozzarella 20 g; morcovi 20 g.

Ingredients: *chicken breast fillet* 110 g; 30 cm tortilla 90 g; avocado 37 g; iceberg lettuce 30 g; Greek yoghurt 10% 30 g; mozzarella cheese 20 g; carrots 20 g.*

Valori nutriționale / porție: 610.5 kcal / 2563.1 kJ, proteine 46.1 g, glucide 50.6 g, din care zaharuri 5.1 g, grăsimi 24.4 g, din care acizi grași saturați 11.2 g, fibre 2.2 g, sare 1.4 g.

Nutritional values / portion: *610.5 kcal / 2563.1 kJ, protein 46.1 g, carbohydrates 50.6 g, of which sugars 5.1 g, fat 24.4 g, of which saturated fatty acids 11.2 g, fibre 2.2 g, salt 1.4 g.*

Wrap cu humus și legume // *Hummus and vegetables wrap* ..... 280g / **32 lei**

Ingrediente: humus 95 g; tortilla 30 cm 90 g; baby spanac 30 g; ardei gras roșu 30 g; morcovi 20 g; ceapă roșie 20 g; pesto de busuioc.

Ingredients: *hummus 95 g; 30 cm tortilla 90 g; baby spinach 30 g; red bell pepper 30 g; carrots 20 g; red onion 20 g; basil pesto.*

Valori nutritionale Kcal/kj: 589.5 kcal / 2463.6 kJ, proteine 16.6 g, glucide 59.1 g, din care zaharuri 7.1 g, grăsimi 29.9 g, din care acizi grași saturați 3.9 g, fibre 8.9 g, sare 2.1 g.

Nutritional values Kcal/kj: *589.5 kcal / 2463.6 kJ, protein 16.6 g, carbohydrates 59.1 g, of which sugars 7.1 g, fat 29.9 g, of which saturated fatty acids 3.9 g, fibre 8.9 g, salt 2.1 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

produs tradițional / locally sourced

vegetarian

* Produs / din produs decongelat / *Frozen product*

SUPE / SOUPS

Supă de pui cu tăiței de casă // Chicken and noodles soup ..... 330ml / **24 lei**

Ingrediente: pui grill* 84 g; ouă proaspete 30 g; făină 29 g; țelină 20 g; morcovi 20 g; piept de pui file*; ceapă galbenă.

Ingredients: *grill chicken* 84 g; fresh eggs 30 g; flour 29 g; celery 20 g; carrots 20 g; chicken breast fillet*; yellow onion.*

Valori nutriționale / porție: 309.7 kcal / 1301.6 kJ, proteine 25.1 g, glucide 26.9 g, din care zaharuri 1.6 g, grăsimi 10.7 g, din care acizi grași saturați 3.0 g, fibre 2.6 g, sare 0.3 g.

Nutritional values / portion: *309.7 kcal / 1301.6 kJ, protein 25.1 g, carbohydrates 26.9 g, of which sugars 1.6 g, fat 10.7 g, of which saturated fatty acids 3.0 g, fibre 2.6 g, salt 0.3 g.*

Supă cremă de cartofi cu bacon // Potato cream soup with bacon ..... 330ml – **25 lei**

Ingrediente: cartofi curățați 143 g; ceapă galbenă 43 g; bacon fără șorici feliat 32 g; smântână vegetală 30 ml; unt; ulei floarea soarelui; sare.

Ingredients: *peeled potatoes 143 g; yellow onion 43 g; sliced rindless bacon 32 g; vegetable cream 30 ml; butter; sunflower oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 557.0 kcal / 2315.8 kJ, proteine 14.8 g, glucide 33.6 g, din care zaharuri 3.1 g, grăsimi 39.3 g, din care acizi grași saturați 13.6 g, fibre 4.8 g, sare 1.7 g.

Nutritional values / portion: *557.0 kcal / 2315.8 kJ, protein 14.8 g, carbohydrates 33.6 g, of which sugars 3.1 g, fat 39.3 g, of which saturated fatty acids 13.6 g, fibre 4.8 g, salt 1.7 g.*

PREPARATE TRADIȚIONALE TRADITIONAL PRODUCTS

Ciorbă de perișoare // Romanian meatball sour soup ..... 330ml – **26 lei**

Ingrediente: amestec legume pentru ciorbă perișoare* 100 g; carne tocată porc* 100 g; ceapă galbenă 28 g; morcovi 20 g; pastă tomate 19 g; ouă proaspete 100 g; ulei floarea soarelui; pătrunjel; leuștean fresh; borș (amestec deshidratat); sare.

Ingredients: *vegetable mix for sour soup* 100 g; minced pork* 100 g; yellow onion 28 g; carrots 20 g; tomato paste 19 g; fresh eggs 100 g; sunflower oil; parsley; lovage; borscht seasoning (dehydrated mix); salt.*

Valori nutriționale / porție: 372.0 kcal / 1546.1 kJ, proteine 16.7 g, glucide 15.5 g, din care zaharuri 8.6 g, grăsimi 25.8 g, din care acizi grași saturați 8.6 g, fibre 5.6 g, sare 1.7 g.

Nutritional values / portion: *372.0 kcal / 1546.1 kJ, protein 16.7 g, carbohydrates 15.5 g, of which sugars 8.6 g, fat 25.8 g, of which saturated fatty acids 8.6 g, fibre 5.6 g, salt 1.7 g.*

Ceaun de porc cu mămăliguță // Traditional pork stew with polenta ..... 350/200 g – **58 lei**

Ingrediente: mămăliguță 200g 200 g; ardei gras roșu 185 g; ceapă galbenă 149 g; cârnați groși afumați 130 g; ceafă de porc fără os* 125 g; vin alb 64 g; ulei floarea soarelui; usturoi; sare; foi dafin; cimbru uscat.

Ingredients: *polenta 200 g; red bell pepper 185 g; yellow onion 149 g; smoked thick sausages 130 g; boneless pork neck* 125 g; white wine 64 g; sunflower oil; garlic; salt; bay leaves; dried thyme.*

Valori nutriționale / porție: 1234.8 kcal / 5131.1 kJ, proteine 49.0 g, glucide 55.1 g, din care zaharuri 11.3 g, grăsimi 88.1 g, din care acizi grași saturați 29.1 g, fibre 12.7 g, sare 4.1 g.

Nutritional values / portion: *1234.8 kcal / 5131.1 kJ, protein 49.0 g, carbohydrates 55.1 g, of which sugars 11.3 g, fat 88.1 g, of which saturated fatty acids 29.1 g, fibre 12.7 g, salt 4.1 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

produs tradițional / locally sourced · vegetarian

* Produs / din produs decongelat / *Frozen product*

PREPARATE TRADIȚIONALE
TRADITIONAL PRODUCTS

Bulz ciobănesc cu afumătură // Shepherd's bulz with cheese and smoked pork ..... 500 g – **31 lei**

Ingrediente: mălai 200 g; brânză de burduf 100 g; bacon afumat 60 g; smântână 30% grăsime 40 g; ulei floarea soarelui; sare.

Ingredients: *cornmeal 200 g; burduf cheese 100 g; smoked bacon 60 g; sour cream 30% fat 40 g; sunflower oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 1002.2 kcal / 4183.1 kJ, proteine 35.5 g, glucide 80.0 g, din care zaharuri 6.2 g, grăsimi 59.1 g, din care acizi grași saturați 30.2 g, fibre 4.4 g, sare 5.2 g.

Nutritional values / portion: *1002.2 kcal / 4183.1 kJ, protein 35.5 g, carbohydrates 80.0 g, of which sugars 6.2 g, fat 59.1 g, of which saturated fatty acids 30.2 g, fibre 4.4 g, salt 5.2 g.*

GARNITURI

Cartofi prăjiți // *French fries* ..... 200g / **16 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; ulei de palmier; sare.

Ingredients: french fries 200 g; palm oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 472.5 kcal / 1982.2 kJ, proteine 5.9 g, glucide 68.2 g, din care zaharuri 0.0 g, grăsimi 18.2 g, din care acizi grași saturați 2.8 g, fibre 6.2 g, sare 3.5 g.

Nutritional values / portion: 472.5 kcal / 1982.2 kJ, protein 5.9 g, carbohydrates 68.2 g, of which sugars 0.0 g, fat 18.2 g, of which saturated fatty acids 2.8 g, fibre 6.2 g, salt 3.5 g.

Cartofi la cuptor cu ceapă verde și pătrunjel // Oven baked potatoes with spring onion and parsley ..... 200 g – **16 lei**

Ingrediente: cartofi wedges 200 g; ceapă verde legătură 22 g; ulei floarea soarelui; usturoi; pătrunjel; boia dulce; sare.

Ingredients: *potato wedges 200 g; spring onion 22 g; sunflower oil; garlic; parsley; sweet paprika; salt.*

Valori nutriționale / porție: 341.9 kcal / 1438.4 kJ, proteine 7.6 g, glucide 54.5 g, din care zaharuri 0.8 g, grăsimi 8.8 g, din care acizi grași saturați 0.9 g, fibre 7.2 g, sare 1.0 g.

Nutritional values / portion: *341.9 kcal / 1438.4 kJ, protein 7.6 g, carbohydrates 54.5 g, of which sugars 0.8 g, fat 8.8 g, of which saturated fatty acids 0.9 g, fibre 7.2 g, salt 1.0 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

produs tradițional / locally sourced

vegetarian

* Produs / din produs decongelat / *Frozen product*

GARNITURI

Orez libanez // Lebanese rice
200 g – **13 lei**

Ingrediente: orez basmati 180 g; fidea 20 g; ulei floarea soarelui; sare; anason întreg stelat.

Ingredients: *basmati rice 180 g; vermicelli 20 g; sunflower oil; salt; whole star anise.*

Valori nutriționale / porție: 577.1 kcal / 2429.4 kJ, proteine 9.9 g, glucide 93.1 g, din care zaharuri 1.1 g, grăsimi 18.0 g, din care acizi grași saturați 2.1 g, fibre 1.6 g, sare 1.0 g.

Nutritional values / portion: *577.1 kcal / 2429.4 kJ, protein 9.9 g, carbohydrates 93.1 g, of which sugars 1.1 g, fat 18.0 g, of which saturated fatty acids 2.1 g, fibre 1.6 g, salt 1.0 g.*

Piure de cartofi // Mashed potatoes
200 g – **19 lei**

Ingrediente: cartofi curățați 160 g; lapte uht 35 ml; unt; sare.

Ingredients: *peeled potatoes 160 g; UHT milk 35 ml; butter; salt.*

Valori nutriționale / porție: 331.3 kcal / 1387.4 kJ, proteine 6.6 g, glucide 41.1 g, din care zaharuri 4.0 g, grăsimi 14.5 g, din care acizi grași saturați 10.0 g, fibre 5.3 g, sare 2.0 g.

Nutritional values / portion: *331.3 kcal / 1387.4 kJ, protein 6.6 g, carbohydrates 41.1 g, of which sugars 4.0 g, fat 14.5 g, of which saturated fatty acids 10.0 g, fibre 5.3 g, salt 2.0 g.*

Legume sote // Sautéed vegetables
300 g – **24 lei**

Ingrediente: dovlecei zucchini 50 g; ardei gras roșu 50 g; ardei gras galben 50g; ciuperci champignon 30 g; ceapă roșie 20 g; ulei măsline extravirgin; usturoi; pătrunjel; sare.

Ingredients: *zucchini 50 g; red bell pepper 50 g; yellow bell pepper 50 g; button mushrooms 30 g; red onion 20 g; extra virgin olive oil; garlic; parsley; salt.*

Valori nutriționale / porție: 93.8 kcal / 392.8 kJ, proteine 3.9 g, glucide 11.5 g, din care zaharuri 9.9 g, grăsimi 2.4 g, din care acizi grași saturați 0.5 g, fibre 5.1 g, sare 1.1 g.

Nutritional values / portion: *93.8 kcal / 392.8 kJ, protein 3.9 g, carbohydrates 11.5 g, of which sugars 9.9 g, fat 2.4 g, of which saturated fatty acids 0.5 g, fibre 5.1 g, salt 1.1 g.*

Mămăligă // Polenta
200 g – **6 lei**

Ingrediente: mălai 200 g; ulei floarea soarelui; sare.

Ingredients: *cornmeal 200 g; sunflower oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 169.4 kcal / 714.5 kJ, proteine 2.8 g, glucide 30.1 g, din care zaharuri 0.8 g, grăsimi 3.8 g, din care acizi grași saturați 0.4 g, fibre 1.8 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: *169.4 kcal / 714.5 kJ, protein 2.8 g, carbohydrates 30.1 g, of which sugars 0.8 g, fat 3.8 g, of which saturated fatty acids 0.4 g, fibre 1.8 g, salt 0.8 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

vegetarian

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

PREPARATE DIN CARNE

Aripioare de pui cu sos BBQ // Chicken wings with BBQ sauce ..... 200 g – **39 lei**

Ingrediente: aripi de pui necondimentate 190 g; ceapă galbenă 25 g; sos barbeque 20 g; unt; miere poliflora; ulei floarea soarelui; oțet din vin.

Ingredients: *unseasoned chicken wings 190 g; yellow onion 25 g; barbecue sauce 20 g; butter; multifloral honey; sunflower oil; wine vinegar.*

Valori nutriționale / porție: 644.6 kcal / 2682.8 kJ, proteine 37.4 g, glucide 21.6 g, din care zaharuri 17.1 g, grăsimi 45.2 g, din care acizi grași saturați 18.4 g, fibre 1.1 g, sare 0.9 g.

Nutritional values / portion: *644.6 kcal / 2682.8 kJ, protein 37.4 g, carbohydrates 21.6 g, of which sugars 17.1 g, fat 45.2 g, of which saturated fatty acids 18.4 g, fibre 1.1 g, salt 0.9 g.*

Șnițel clasic din piept de pui // Classic chicken schnitzel ..... 160 g – **33 lei**

Ingrediente: piept de pui file* 140 g; ulei de palmier 30 ml; pesmet panko, făină; ouă întregi uht; lapte uht; sare.

Ingredients: *chicken breast fillet* 140 g; palm oil 30 ml; panko breadcrumbs; flour; whole UHT eggs; UHT milk; salt.*

Valori nutriționale / porție: 528.4 kcal / 2208.6 kJ, proteine 44.7 g, glucide 21.1 g, din care zaharuri 1.0 g, grăsimi 29.3 g, din care acizi grași saturați 10.7 g, fibre 0.8 g, sare 1.4 g.

Nutritional values / portion: *528.4 kcal / 2208.6 kJ, protein 44.7 g, carbohydrates 21.1 g, of which sugars 1.0 g, fat 29.3 g, of which saturated fatty acids 10.7 g, fibre 0.8 g, salt 1.4 g.*

Jumătate de pui rotisat // Half roasted chicken ..... 350 g – **46 lei**

Ingrediente: pui grill* 350 g; ulei floarea soarelui 30 ml; usturoi granulat; sare.

Ingredients: *grill chicken* 350 g; sunflower oil 30 ml; granulated garlic; salt.*

Valori nutriționale / porție: 985.2 kcal / 4096.5 kJ, proteine 81.3 g, glucide 2.2 g, din care zaharuri 0.1 g, grăsimi 72.3 g, din care acizi grași saturați 16.2 g, fibre 0.3 g, sare 1.7 g.

Nutritional values / portion: *985.2 kcal / 4096.5 kJ, protein 81.3 g, carbohydrates 2.2 g, of which sugars 0.1 g, fat 72.3 g, of which saturated fatty acids 16.2 g, fibre 0.3 g, salt 1.7 g.*

Curry cu piept de pui, papaya și orez libanez // Chicken curry with papaya and Lebanese rice ..... 200/180 g – **39 lei**

Ingrediente: orez basmati 180 g; piept de pui file* 90 g; lapte cocos 83 ml; smântână vegetală 42 ml; papaya 38 g; ulei floarea soarelui 24 ml; ceapă galbenă 21 g; fidea 20 g; curry pudră; ghimbir; lemongrass; sare; usturoi granulat; pastă de curry massaman; anason întreg stelat.

Ingredients: *basmati rice 180 g; chicken breast fillet* 90 g; coconut milk 83 ml; vegetable cream 42 ml; papaya 38 g; sunflower oil 24 ml; yellow onion 21 g; vermicelli 20 g; curry powder; ginger; lemongrass; salt; granulated garlic; massaman curry paste; whole star anise.*

Valori nutriționale / porție: 1017.4 kcal / 4260.9 kJ, proteine 39.4 g, glucide 103.5 g, din care zaharuri 7.5 g, grăsimi 48.4 g, din care acizi grași saturați 19.0 g, fibre 5.1 g, sare 1.6 g.

Nutritional values / portion: *1017.4 kcal / 4260.9 kJ, protein 39.4 g, carbohydrates 103.5 g, of which sugars 7.5 g, fat 48.4 g, of which saturated fatty acids 19.0 g, fibre 5.1 g, salt 1.6 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

PREPARATE DIN CARNE

Ceafă de porc cu sos de hribi și piure de cartofi // Pork neck with porcini sauce and mashed potatoes ..... 150/200 g – **52 lei**

Ingrediente: ceafă de porc fără os* 140 g; cartofi curățați 200 g; lapte uht 40 ml; ceapă galbenă 35 g; hribi 33 g; unt 30 g; smântână vegetală; usturoi; sare; cimbru uscat.

Ingredients: *boneless pork neck* 140 g; peeled potatoes 200 g; UHT milk 40 ml; yellow onion 35 g; porcini mushrooms 33 g; butter 30 g; vegetable cream; garlic; salt; dried thyme.*

Valori nutriționale / porție: 1144.8 kcal / 4759.6 kJ, proteine 52.3 g, glucide 46.7 g, din care zaharuri 5.6 g, grăsimi 81.4 g, din care acizi grași saturați 35.9 g, fibre 8.0 g, sare 1.5 g.

Nutritional values / portion: *1144.8 kcal / 4759.6 kJ, protein 52.3 g, carbohydrates 46.7 g, of which sugars 5.6 g, fat 81.4 g, of which saturated fatty acids 35.9 g, fibre 8.0 g, salt 1.5 g.*

Crispy din piept de pui // Crispy chicken ..... 180/30 g – **36 lei**

Ingrediente: inner de pui file* 155 g; maioneză 34 ml; amestec pentru pane crocant; muștar; ulei de palmier; piper negru măcinat; usturoi granulat; sare; cimbru uscat; usturoi.

Ingredients: *chicken tenderloin fillet* 155 g; mayonnaise 34 ml; crispy coating mix; mustard; palm oil; ground black pepper; granulated garlic; salt; dried thyme; garlic.*

Valori nutriționale / porție: 594.9 kcal / 2484.8 kJ, proteine 54.2 g, glucide 16.1 g, din care zaharuri 0.7 g, grăsimi 34.7 g, din care acizi grași saturați 4.6 g, fibre 0.8 g, sare 2.8 g.

Nutritional values / portion: *594.9 kcal / 2484.8 kJ, protein 54.2 g, carbohydrates 16.1 g, of which sugars 0.7 g, fat 34.7 g, of which saturated fatty acids 4.6 g, fibre 0.8 g, salt 2.8 g.*

Chiftele de pui cu piure de cartofi // Chicken meatballs with mashed potatoes ..... 150/200 g – **46 lei**

Ingrediente: cartofi curățați 200 g; carne tocată pui* 100 g; lapte uht 65 ml; pastă tomate 40 g; unt; pâine toast; morcovi; ouă proaspete; ceapă galbenă; sare; mărar; usturoi.

Ingredients: *peeled potatoes 200 g; minced chicken* 100 g; UHT milk 65 ml; tomato paste 40 g; butter; toast bread; carrots; fresh eggs; yellow onion; salt; dill; garlic.*

Valori nutriționale / porție: 649.1 kcal / 2723.7 kJ, proteine 43.0 g, glucide 59.9 g, din care zaharuri 16.0 g, grăsimi 24.6 g, din care acizi grași saturați 14.5 g, fibre 8.1 g, sare 2.5 g.

Nutritional values / portion: *649.1 kcal / 2723.7 kJ, protein 43.0 g, carbohydrates 59.9 g, of which sugars 16.0 g, fat 24.6 g, of which saturated fatty acids 14.5 g, fibre 8.1 g, salt 2.5 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

PREPARATE DIN PEȘTE

Creveți pane // *Bread crumbed shrimps* ..... 180g / **36 lei**

Ingrediente: creveți 31/40 decorticați 120g*, făină, pesmet panko 15g, ouă întregi UHT 30g, boia dulce, ulei de palmier.

Ingredients: *peeled shrimp 31/40 120g*, flour, Panko breadcrumbs 15g, UHT whole eggs 30g, sweet paprika, palm oil.*

Valori nutriționale/porție Kcal/kj: 304.3/1196.8, zaharuri 0.8g, sare 0.9g, grăsimi 11.5g, acizi grași saturați 4.6g, proteine 32.3g

Nutritional values/portion Kcal/kj: *304.3/1196.8, sugars 0.8g, salt 0.9g, fats 11.5g which of saturated fats 4.6g, proteins 32.3g*

Șalău pane cu cartofi prăjiți și sos tartar // *Fish and chips with tartar sauce* ..... 130g/200g/30g / **46 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; file de șalău* 100 g; pesmet panko 45 g; ouă întregi uht 25 g; castraveți murați; muștar; făină; ceapă roșie; lămâi; capere; mărar.

Ingredients: *french fries* 200 g; pike-perch fillet* 100 g; panko breadcrumbs 45 g; whole UHT eggs 25 g; pickled cucumbers; mustard; flour; red onion; lemons; capers; dill.*

Valori nutriționale / porție: 609.6 kcal / 2568.5 kJ, proteine 37.5 g, glucide 77.0 g, din care zaharuri 2.5 g, grăsimi 15.6 g, din care acizi grași saturați 2.2 g, fibre 5.6 g, sare 2.1 g.

Nutritional values / portion: *609.6 kcal / 2568.5 kJ, protein 37.5 g, carbohydrates 77.0 g, of which sugars 2.5 g, fat 15.6 g, of which saturated fatty acids 2.2 g; fibre 5.6 g; salt 2.1 g.*

File de somon la cuptor // Oven baked salmon fillet ..... 180 g – **64 lei**

Ingrediente: file somon* 180 g; lămâi 25 g; ulei floarea soarelui; sare.

Ingredients: *salmon fillet* 180 g; lemons 25 g; sunflower oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 480.4 kcal / 1999.5 kJ, proteine 43.8 g, glucide 0.4 g, din care zaharuri 0.2 g, grăsimi 33.8 g, din care acizi grași saturați 5.0 g, fibre 0.0 g, sare 2.2 g.

Nutritional values / portion: *480.4 kcal / 1999.5 kJ, protein 43.8 g, carbohydrates 0.4 g, of which sugars 0.2 g, fat 33.8 g, of which saturated fatty acids 5.0 g, fibre 0.0 g, salt 2.2 g.*

File de șalău cu sos de capere și lămâie // Pike-perch fillet with caper and lemon sauce ..... 230 g – **56 lei**

Ingrediente: file de șalău* 170 g; vin alb 30 g; roșii cherry 30 g; unt 20 g; lămâi; smântână vegetală; ulei măsline extravirgin; mărar; capere; usturoi; sare.

Ingredients: *pike-perch fillet* 170 g; white wine 30 g; cherry tomatoes 30 g; butter 20 g; lemons; vegetable cream; extra virgin olive oil; dill; capers; garlic; salt.*

Valori nutriționale / porție: 555.4 kcal / 2310.9 kJ, proteine 44.6 g, glucide 5.1 g, din care zaharuri 3.2 g, grăsimi 39.4 g, din care acizi grași saturați 20.1 g, fibre 1.0 g, sare 1.6 g.

Nutritional values / portion: *555.4 kcal / 2310.9 kJ, protein 44.6 g, carbohydrates 5.1 g, of which sugars 3.2 g, fat 39.4 g, of which saturated fatty acids 20.1 g, fibre 1.0 g, salt 1.6 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat / *Frozen product*
* Produs / din produs decongelat / *Frozen product*

PREPARATE VEGETARIENE

Pachețele de primăvară cu legume // Vegetable spring rolls ..... 115/30 g – **27 lei**

Ingrediente: pachețele de primăvară* 160 g; sos soia 30 ml; ulei de palmier.

Ingredients: *spring rolls* 160 g; soy sauce 30 ml; palm oil.*

Valori nutriționale / porție: 367.3 kcal / 1539.9 kJ, proteine 6.2 g, glucide 47.2 g, din care zaharuri 4.5 g, grăsimi 17.1 g, din care acizi grași saturați 4.1 g, fibre 0.0 g, sare 7.4 g.

Nutritional values / portion: *367.3 kcal / 1539.9 kJ, protein 6.2 g, carbohydrates 47.2 g, of which sugars 4.5 g, fat 17.1 g, of which saturated fatty acids 4.1 g, fibre 0.0 g, salt 7.4 g.*

Mozzarella sticks cu cartofi prăjiți și sos marinara // Fried mozzarella sticks with french fries and marinara sauce ..... 180/200/30 g – **46 lei**

Ingrediente: brânză mozzarella 130 g; pesmet auriu granulat 45 g; lapte uht; făină; ouă întregi uht; sare; piper negru măcinat.

Ingredients: *mozzarella cheese 130 g; golden breadcrumbs 45 g; UHT milk; flour; whole UHT eggs; salt; ground black pepper.*

Valori nutriționale / porție: 691.0 kcal / 2889.8 kJ, proteine 40.2 g, glucide 49.3 g, din care zaharuri 4.9 g, grăsimi 36.5 g, din care acizi grași saturați 22.8 g, fibre 2.4 g, sare 5.6 g.

Nutritional values / portion: *691.0 kcal / 2889.8 kJ, protein 40.2 g, carbohydrates 49.3 g, of which sugars 4.9 g, fat 36.5 g, of which saturated fatty acids 22.8 g, fibre 2.4 g, salt 5.6 g.*

LIVE COOKING
BURGERI

Cheeseburger clasic // Classic cheeseburger ..... 350/200/30 g – **59 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; burger de vită* 200 g; chiflă hamburger glazurată* 81 g; maioneză 45 ml; roșii 40 g; cașcaval cheddar felii 22 g; castraveți murați 20 g; salată lollo bionda 20 g; ketchup; ceapă roșie; ulei de palmier; sare; muștar.

Ingredients: *french fries* 200 g; beef burger* 200 g; glazed hamburger bun* 81 g; mayonnaise 45 ml; tomatoes 40 g; sliced cheddar cheese 22 g; pickled cucumbers 20 g; lollo bionda lettuce 20 g; ketchup; red onion; palm oil; salt; mustard.*

Valori nutriționale / porție: 1588.1 kcal / 6620.1 kJ, proteine 55.2 g, glucide 112.3 g, din care zaharuri 11.1 g, grăsimi 100.1 g, din care acizi grași saturați 27.5 g, fibre 8.7 g, sare 8.2 g.

Nutritional values / portion: *1588.1 kcal / 6620.1 kJ, protein 55.2 g, carbohydrates 112.3 g, of which sugars 11.1 g, fat 100.1 g, of which saturated fatty acids 27.5 g, fibre 8.7 g, salt 8.2 g.*

Burger carpatin // Carpathian burger ..... 360/200/30 g – **61 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; burger de vită* 200 g; chiflă hamburger glazurată* 81 g; roșii 45 g; zacuscă de vinete 28 g; maioneză 22 ml; slănină afumată 20 g; ketchup 20 g; brânză de burduf; salată lollo bionda.

Ingredients: *french fries* 200 g; beef burger* 200 g; glazed hamburger bun* 81 g; tomatoes 45 g; eggplant zacusca 28 g; mayonnaise 22 ml; smoked bacon fat 20 g; ketchup 20 g; burduf cheese; lollo bionda lettuce.*

Valori nutriționale / porție: 1536.4 kcal / 6408.0 kJ, proteine 53.9 g, glucide 114.1 g, din care zaharuri 12.3 g, grăsimi 94.3 g, din care acizi grași saturați 29.8 g, fibre 8.0 g, sare 6.5 g.

Nutritional values / portion: *1536.4 kcal / 6408.0 kJ, protein 53.9 g, carbohydrates 114.1 g, of which sugars 12.3 g, fat 94.3 g, of which saturated fatty acids 29.8 g, fibre 8.0 g, salt 6.5 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

vegetarian

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

LIVE COOKING

Burger cu piept de pui crispy // Crispy chicken burger ..... 350/200/30 g – **54 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; inner de pui file* 120 g; chiflă hamburger glazurată* 81 g; varză albă 60 g; sos barbeque 29 g; maioneză 24 ml; cașcaval cheddar felii; ceapă roșie; amestec pentru pane crocant; miere poliflora; sare; piper negru măcinat.

Ingredients: *french fries* 200 g; chicken tenderloin fillet* 120 g; glazed hamburger bun* 81 g; white cabbage 60 g; barbecue sauce 29 g; mayonnaise 24 ml; sliced cheddar cheese; red onion; crispy coating mix; multifloral honey; salt; ground black pepper.*

Valori nutriționale / porție: 1184.6 kcal / 4974.3 kJ, proteine 55.7 g, glucide 135.7 g, din care zaharuri 21.2 g, grăsimi 44.2 g, din care acizi grași saturați 7.8 g, fibre 10.6 g, sare 5.1 g.

Nutritional values / portion: 1184.6 kcal / 4974.3 kJ, protein 55.7 g, carbohydrates 135.7 g, of which sugars 21.2 g, fat 44.2 g, of which saturated fatty acids 7.8 g, fibre 10.6 g, salt 5.1 g.

Burger vegan Guadalajara // Vegan burger Guadalajara ..... 280/200/30 g – **54 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; burger vegan* 113 g; chiflă hamburger vegană* 55 g; sos barbeque 40 g; ketchup 40 g; castraveți proaspeți 30 g; ceapă roșie 20 g; roșii 20 g; ulei floarea soarelui; baby spanac; ulei de palmier; sare.

*I**ngredients:** french fries* 200 g; vegan burger* 113 g; vegan hamburger bun* 55 g; barbecue sauce 40 g; ketchup 40 g; fresh cucumbers 30 g; red onion 20 g; tomatoes 20 g; sunflower oil; baby spinach; palm oil; salt.*

Valori nutriționale / porție: 1099.7 kcal / 4600.7 kJ, proteine 25.6 g, glucide 122.4 g, din care zaharuri 21.1 g, grăsimi 54.0 g, din care acizi grași saturați 10.7 g, fibre 10.8 g, sare 6.9 g.

Nutritional values / portion: *1099.7 kcal / 4600.7 kJ, protein 25.6 g, carbohydrates 122.4 g, of which sugars 21.1 g, fat 54.0 g, of which saturated fatty acids 10.7 g, fibre 10.8 g, salt 6.9 g.*

BURGERI

Quesadilla cu piept de pui // Chicken quesadilla ..... 200/40/50 g – **44 lei**

Ingrediente: piept de pui file* 160 g; tortilla 20 cm 80 g; sos chilli dulce 50 ml; ardei gras galben 60 g; ardei gras roșu 60 g; cașcaval cheddar felii 45 g; ceapă roșie 35 g; ulei floarea soarelui; sare; boia dulce; usturoi granulat.

Ingredients: *chicken breast fillet* 160 g; 20 cm tortilla 80 g; sweet chilli sauce 50 ml; yellow bell pepper 60 g; red bell pepper 60 g; sliced cheddar cheese 45 g; red onion 35 g; sunflower oil; salt; sweet paprika; granulated garlic.*

Valori nutriționale / porție: 902.5 kcal / 3794.0 kJ, proteine 62.1 g, glucide 91.6 g, din care zaharuri 48.0 g, grăsimi 30.7 g, din care acizi grași saturați 11.5 g, fibre 5.6 g, sare 5.9 g.

Nutritional values / portion: *902.5 kcal / 3794.0 kJ, protein 62.1 g, carbohydrates 91.6 g, of which sugars 48.0 g, fat 30.7 g, of which saturated fatty acids 11.5 g, fibre 5.6 g, salt 5.9 g.*

Gyros de pui // Chicken gyros ..... 250/200 g – **56 lei**

Ingrediente: cartofi dippers* 200 g; gyros de pui* 120 g; pita gyros* 112 g; tzatziki 50g; rosii 50 g; ceapă roșie 20 g; salată lollo bionda; ulei măsline extravirgin; pătrunjel; sare.

Ingredients: *french fries* 200 g; chicken gyros* 120 g; gyros pita* 112 g; tzatziki 50 g; tomatoes 50 g; red onion 20 g; lollo bionda lettuce; extra virgin olive oil; parsley; salt.*

Valori nutriționale / porție: 1076.3 kcal / 4523.1 kJ, proteine 47.5 g, glucide 133.5 g, din care zaharuri 10.2 g, grăsimi 36.8 g, din care acizi grași saturați 9.6 g, fibre 10.3 g, sare 6.8 g.

Nutritional values / portion: *1076.3 kcal / 4523.1 kJ, protein 47.5 g, carbohydrates 133.5 g, of which sugars 10.2 g, fat 36.8 g, of which saturated fatty acids 9.6 g, fibre 10.3 g, salt 6.8 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

vegetarian

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

LIVE COOKING

Noodles cu piept de pui și sos de soia // Chicken noodles with soy sauce ..... 350 g – **41 lei**

Ingrediente: piept de pui file* 140 g; tăiței orez 140 g; legume mix chinezesc (wok)* 100 g; sos chilli dulce 30 ml; sos soia; miere poliflora; ciuperci negre uscate; ceapă verde legătură; susan negru.

Ingredients: *chicken breast fillet* 140 g; rice noodles 140 g; Chinese vegetable mix (wok)* 100 g; sweet chilli sauce 30 ml; soy sauce; multifloral honey; dried black mushrooms; spring onion; black sesame.*

Valori nutriționale / porție: 636.0 kcal / 2694.4 kJ, proteine 45.8 g, glucide 100.5 g, din care zaharuri 33.7 g, grăsimi 3.9 g, din care acizi grași saturați 0.9 g, fibre 7.8 g, sare 5.0 g.

Nutritional values / portion: *636.0 kcal / 2694.4 kJ, protein 45.8 g, carbohydrates 100.5 g, of which sugars 33.7 g, fat 3.9 g, of which saturated fatty acids 0.9 g, fibre 7.8 g, salt 5.0 g.*

Penne cu legume și sos de roșii // Penne with vegetables and tomato sauce ..... 350 g – **36 lei**

Ingrediente: paste proaspete congelate penne* 280 g; roșii decojite 150 g; dovlecei zucchini 25 g; ardei gras roșu 25 g; morcovi 25 g; ardei gras galben 25 g; roșii 25 g; parmezan ras 20 g; pesto de busuioc; piper negru măcinat; sare; ulei măsline extravirgin.

Ingredients: *penne pasta* 280 g; peeled tomatoes 150 g; zucchini 25 g; red bell pepper 25 g; carrots 25 g; yellow bell pepper 25 g; tomatoes 25 g; grated parmesan 20 g; basil pesto; ground black pepper; salt; extra virgin olive oil.*

Valori nutriționale / porție: 624.0 kcal / 2631.8 kJ, proteine 26.9 g, glucide 98.2 g, din care zaharuri 12.7 g, grăsimi 10.7 g, din care acizi grași saturați 5.1 g, fibre 13.9 g, sare 1.4 g.

Nutritional values / portion: *624.0 kcal / 2631.8 kJ, protein 26.9 g, carbohydrates 98.2 g, of which sugars 12.7 g, fat 10.7 g, of which saturated fatty acids 5.1 g, fibre 13.9 g, salt 1.4 g.*

PASTE / PASTA

Tagliatelle cu sos de brânzeturi // Tagliatelle quattro formaggi ..... 350 g – **41 lei**

Ingrediente: paste proaspete congelate tagliatelle* 200 g; smântână vegetală 40 ml; cașcaval cheddar felii 27 g; brânză gorgonzola dolce 27 g; cașcaval gouda felii 27 g; parmezan ras 25 g.

Ingredients: *fresh tagliatelle pasta* 200 g; vegetable cream 40 ml; sliced cheddar cheese 27 g; gorgonzola dolce cheese 27 g; sliced gouda cheese 27 g; grated parmesan 25 g.*

Valori nutriționale / porție: 971.8 kcal / 4066.3 kJ, proteine 30.1 g, glucide 99.3 g, din care zaharuri 6.6 g, grăsimi 49.6 g, din care acizi grași saturați 25.9 g, fibre 3.6 g, sare 2.4 g.

Nutritional values / portion: *971.8 kcal / 4066.3 kJ, protein 30.1 g, carbohydrates 99.3 g, of which sugars 6.6 g, fat 49.6 g, of which saturated fatty acids 25.9 g, fibre 3.6 g, salt 2.4 g.*

Penne cu piept de pui și sos Alfredo // Penne with chicken and Alfredo sauce .... 350 g – **44 lei**

Ingrediente: paste proaspete congelate penne* 190 g; piept de pui file* 85 g; smântână vegetală 80 ml; ciuperci sterilizate conserva 30 g; parmezan ras 20 g; unt 20 g; baby spanac.

Ingredients: *penne pasta* 190 g; chicken breast fillet* 85 g; vegetable cream 80 ml; canned mushrooms 30 g; grated parmesan 20 g; butter 20 g; baby spinach.*

Valori nutriționale / porție: 1112.4 kcal / 4656.7 kJ, proteine 59.3 g, glucide 95.2 g, din care zaharuri 8.1 g, grăsimi 52.3 g, din care acizi grași saturați 26.9 g, fibre 11.6 g, sare 1.0 g.

Nutritional values / portion: *1112.4 kcal / 4656.7 kJ, protein 59.3 g, carbohydrates 95.2 g, of which sugars 8.1 g, fat 52.3 g, of which saturated fatty acids 26.9 g, fibre 11.6 g, salt 1.0 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

vegetarian

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

LIVE COOKING

PASTE / PASTA

Tagliatelle cu sos ragu // Tagliatelle Bolognese ..... 350 g – **45 lei**

Ingrediente: paste proaspete congelate tagliatelle* 260 g; carne tocată vită* 75 g; roșii decojite 60 g; morcovi; ceapă galbenă; țelină.

Ingredients: *fresh tagliatelle pasta* 260 g; minced beef* 75 g; peeled tomatoes 60 g; carrots; yellow onion; celery.*

Valori nutriționale / porție: 664.8 kcal / 2799.2 kJ, proteine 17.2 g, glucide 104.0 g, din care zaharuri 5.5 g, grăsimi 18.8 g, din care acizi grași saturați 7.4 g, fibre 5.4 g, sare 0.1 g.

Nutritional values / portion: *664.8 kcal / 2799.2 kJ, protein 17.2 g, carbohydrates 104.0 g, of which sugars 5.5 g, fat 18.8 g, of which saturated fatty acids 7.4 g, fibre 5.4 g, salt 0.1 g.*

Penne cu cremă de trufe și ciuperci // Penne with truffle and mushroom cream ..... 350 g – **46 lei**

Ingrediente: paste proaspete congelate penne* 190 g; smântână vegetală 80 ml; ciuperci sterilizate conserva 30 g; parmezan ras 20 g; unt 20 g; cremă trufe; sare.

Ingredients: *penne pasta* 190 g; vegetable cream 80 ml; canned mushrooms 30 g; grated parmesan 20 g; butter 20 g; truffle cream; salt.*

Valori nutriționale / porție: 1006.8 kcal / 4207.4 kJ, proteine 31.8 g, glucide 95.8 g, din care zaharuri 8.3 g, grăsimi 52.6 g, din care acizi grași saturați 26.6 g, fibre 11.3 g, sare 2.1 g.

Nutritional values / portion: *1006.8 kcal / 4207.4 kJ, protein 31.8 g, carbohydrates 95.8 g, of which sugars 8.3 g, fat 52.6 g, of which saturated fatty acids 26.6 g, fibre 11.3 g, salt 2.1 g.*

Chiflă rustică // Rustic bun ..... 55g – **7 lei**

Ingrediente: Chiflă rustică 3 tipuri* 55g - Rustic plain boule 55g, Rustic spelt boule 55g, Rustic boule malt orz 55g

Ingredients: *Rustic bun 3 types* 55g - Rustic plain boule 55g, Rustic barley malt boule 55g, Rustic spelt boule 55g *Product/frozen product*

Valori nutritionale per/portie Kcal/kj: 140.8/581.9, Sare 0.8g, grasimi 1.3g, Acizi grasi saturati 0.2g, Proteine 4.5g, Zaharuri 0.9g.

Nutrition values/per portion Kcal/kj: *140.8/ 581.9, Salt 0.8g, Fats 1.3g, Saturated fats 0.2g, Proteins 4.5g, Sugars 0.9g*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

SOSURI / SAUCE

Sos ketchup // Ketchup sauce ..... 30g – **7 lei**

Ingrediente: ketchup 30g.

Ingredients: *ketchup 30g.*

Valori nutritionale/portie Kcal/kj: 23.1/96.6, zaharuri 5.3g, sare 0.4g, grasimi 0.0g, acizi grași saturati 0.0g, proteine0.2g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: *23.1/96.6, sugars 5.3g, salt 0.4g, fats 0.0g, saturated fats 0.0g, proteins 0.2g.*

Sos sweet chilli // Sweet chilli sauce - 30g / 7 lei

Ingrediente: sweet chilli 30g

Ingredients: *sweet chilli 30g*

Valori nutritionale/portie Kcal/kj: 58.8/249.5, zaharuri 13.5g, sare 0.9g, grăsimi 0g, acizi grași saturati 0g, proteine 0.2g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: *58.8/249.5, sugars 13.5g, salt 0.9g, fats 0g which of saturated fats 0g, proteins 0.2g.*

Sos soia // Soya sauce ..... 30g – **7 lei**

Ingrediente: soia 30g

Ingredients: *soya 30g*

Valori nutritionale/portie Kcal/kj: 36.4/74.8, zaharuri 4.4g, sare 1.9g, grăsimi 0g, acizi grași saturati 0g, protein 1.2g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: *36.4/74.8, sugars 4.4g, salt 1.9g, fats 0g which of saturated fats 0g, proteins 1.2g.*

Sos maioneză // Mayonnaise ..... 30g – **7 lei**

Ingrediente: maioneză 30g.

Ingredients: *mayonaisse30g.*

Valori nutritionale/portie Kcal/kj: 151.2/630, zaharuri 0.3g, sare 0.3g, grasimi 16.6g, acizi grași saturați 1.3g, protein 0.2g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: *151.2/630, sugars 0.3g, salt 0.3g, fats 16.6g, saturated fats 1.3g, proteins 0.2g.*

Sos usturoi // Garlic sauce ..... 30g – **7 lei**

Ingrediente: maioneză 20g, usturoi 10g.

Ingredients: *mayonnaise 20g, garlic 10g*

Valori nutritionale/portie Kcal/kj: 169.3/663.6, zaharuri 3.3g, sare 1.6g, grăsimi 17.g, acizi grași saturați 1.3g, proteine0.6g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: *169.3/663.6, sugars 3.3g, salt 1.6g, fats 17g which of saturated fats 1.3g, proteins 0.6g.*

Sos barbeque // Barbeque sauce ..... 30g – **7 lei**

Ingrediente: sos barbeque 30g.

Ingredients: *sos barbeque 30g.*

Valori nutritionale/portie Kcal/kj: 30.7/129.6, zaharuri 5.9g, sare 0.5g, grăsimi 0.4g, acizi grași saturați 0.0g, protein 0.1g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: *30.7/129.6, sugars 5.9g, salt 0.5g, fats 0.4g, saturated fats 0.0g, proteins 0.1g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

Meniu Greens - Drinks

GAMA COLA

		LEI
Coca Cola, Coca Cola Zero, Fanta	300ml	**/ 15**
Coca-Cola Zero Zero, Sprite (doză)	330ml	**/ 16**
FuzeTea Lemongrass, Peach, Rose	500ml	**/ 19**

SUCURI NATURALE PREMIUM || PREMIUM NATURAL JUICES

Ananas, Mere, Portocale, Cranberry	300ml	**/ 16**

APĂ || WATER

Apă plată Izvorul Alb	500ml	**/ 13**
Apă minerală Dorna	500ml	**/ 13**

VITAMIN AQUA

		LEI
B+, B+ ZERO, C+, C+ ZERO, Ca, Ca ZERO, Mg, Mg ZERO, Zn	600ml	**/ 23**

MONSTER ENERGY

Monster Green/Monster Green Zero/ Ultra White/ Mango Loco/ Pipeline Punch/ Full Throttle	can 500ml	**/ 23**

BERE

Ursus Premium Draft	400ml	**/ 20**
Peroni Nastro Azzurro Draft	400ml	**/ 21**
Kozel Premium Lager Draft	400ml	**/ 21**
Ursus nefiltrat Draft	400ml	**/ 20**
Ursus Fără Alcool	500ml	**/ 20**
Peroni Nastro Azzurro Fără Alcool	500ml	**/ 21**

SMOOTHIES

		LEI
Creamy Strawberry	250ml	**/ 26**
Green Vitamin	250ml	**/ 26**
Tropical Smoothies	250ml	**/ 26**



ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

Toate prețurile conțin TVA || All prices include VAT..

Meniu Greens - Wines

VIN SPUMANT || SPARKLING WINE

	150 ml	LEI
Terra Serena 1881 - Prosecco alb Extra Dry DOC		**46**
Terra Serena 1881 - Prosecco rose Brut Millesimato DOC		**52**

VIN ROŞU || RED WINE

	150 ml	LEI
Caii de la Letea vol. II, Fetească Neagră sec		**46**
Frescobaldi - Remole Toscana, Italia		**54**
Prestige Cabernet Sauvignon Merlot, Cricova		**41**
La Plage, Rasova, Murfatlar		**42**

VIN ROSE || ROSE WINE

	150 ml	LEI
1000 de Chipuri, rose		**44**
Caii de la Letea vol. II, vin rose sec		**46**
Muse Night, Cramele Recaș		**54**
Mysterium, Jidvei		**54**
La Plage, Rasova, Murfatlar		**42**
Sur Mer, Rasova, Murfatlar		**47**

VIN ALB || WHITE WINE

	150 ml	LEI
Avincis Cramposie Selecționată		**48**
Caii de la Letea vol. II, vin fumee FUMEE Sauvignon Blanc sec		**46**
Frescobaldi - Remole Toscana, Italia, IGT		**47**
Mysterium Traminer & Sauvignon Blanc		**54**
Nud, Rasova, Murfatlar		**52**
Sauvignon Blanc, Sole, Recaș		**48**
La Plage, Rasova, Murfatlar		**41**
Sur Mer, vin Pinot Gris, Rasova		**48**

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

Toate prețurile conțin TVA || All prices include VAT.

GREENS

RESTAURANT

MENIU

VITAMIN BAR

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI

PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

MENIU VITAMIN BAR

CLĂTITE // CREPES

Clătită cu Nutella // Nutella crepe ..... 135/65 g – **21 lei**

Ingrediente: cremă de cacao cu alune 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *cocoa hazelnut spread 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 772.8 kcal / 3231.7 kJ, proteine 18.0 g, glucide 80.3 g, din care zaharuri 43.3 g, grăsimi 42.2 g, din care acizi grași saturați 11.5 g, fibre 0.0 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: 772.8 kcal / 3231.7 kJ, protein 18.0 g, carbohydrates 80.3 g, of which sugars 43.3 g, fat 42.2 g, of which saturated fatty acids 11.5 g, fibre 0.0 g, salt 0.8 g.

Clătită cu Nutella și banane // Crepe with Nutella and banana ..... 135/125 g – **26 lei**

Ingrediente: cremă de cacao cu alune 65 g; banane 60 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *cocoa hazelnut spread 65 g; bananas 60 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 848.0 kcal / 3550.0 kJ, proteine 18.9 g, glucide 97.0 g, din care zaharuri 56.6 g, grăsimi 42.2 g, din care acizi grași saturați 11.5 g, fibre 2.3 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: *848.0 kcal / 3550.0 kJ, protein 18.9 g, carbohydrates 97.0 g, of which sugars 56.6 g, fat 42.2 g, of which saturated fatty acids 11.5 g, fibre 2.3 g, salt 0.8 g.*

Clătită cu Nutella și Oreo // Crepe with Nutella and Oreo ..... 135/95 g – **27 lei**

Ingrediente: cremă de cacao cu alune 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; biscuiți cu cacao și cremă de vanilie 30 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *cocoa hazelnut spread 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; cocoa biscuits with vanilla cream filling 30 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 936.3 kcal / 3917.8 kJ, proteine 20.0 g, glucide 103.7 g, din care zaharuri 55.6 g, grăsimi 48.8 g, din care acizi grași saturați 13.4 g, fibre 1.0 g, sare 1.1 g.

Nutritional values / portion: *936.3 kcal / 3917.8 kJ, protein 20.0 g, carbohydrates 103.7 g, of which sugars 55.6 g, fat 48.8 g, of which saturated fatty acids 13.4 g, fibre 1.0 g, salt 1.1 g.*

Clătită cu Nutella, banane și biscuiți // Crepe with Nutella, banana and biscuits ..... 135/155 g – **30 lei**

Ingrediente: cremă de cacao cu alune 65 g; banane 60 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; biscuiți populari 30 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *cocoa hazelnut spread 65 g; bananas 60 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; plain biscuits 30 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 998.0 kcal / 4184.3 kJ, proteine 22.7 g, glucide 124.6 g, din care zaharuri 59.7 g, grăsimi 44.7 g, din care acizi grași saturați 11.9 g, fibre 3.3 g, sare 1.2 g.

Nutritional values / portion: *998.0 kcal / 4184.3 kJ, protein 22.7 g, carbohydrates 124.6 g, of which sugars 59.7 g, fat 44.7 g, of which saturated fatty acids 11.9 g, fibre 3.3 g, salt 1.2 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

MENIU VITAMIN BAR

CLĂTITE // CREPES

Clătită cu cremă de ciocolată albă // Crepe with white chocolate cream ..... 135/65 g – **21 lei**

Ingrediente: cremă choco-vanilie 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *choco-vanilla cream 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 794.4 kcal / 3320.9 kJ, proteine 15.9 g, glucide 83.4 g, din care zaharuri 38.9 g, grăsimi 44.1 g, din care acizi grași saturați 6.7 g, fibre 0.0 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion*: 794.4 kcal / 3320.9 kJ, protein 15.9 g, carbohydrates 83.4 g, of which sugars 38.9 g, fat 44.1 g, of which saturated fatty acids 6.7 g, fibre 0.0 g, salt 0.8 g.*

Clătită cu cremă de ciocolată albă și Oreo // Crepe with white chocolate cream and Oreo ..... 135/95 g – **27 lei**

Ingrediente: cremă choco-vanilie 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; biscuiți cu cacao și cremă de vanilie 30 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *choco-vanilla cream 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; cocoa biscuits with vanilla cream filling 30 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 957.9 kcal / 4007.0 kJ, proteine 17.8 g, glucide 106.9 g, din care zaharuri 51.1 g, grăsimi 50.8 g, din care acizi grași saturați 8.6 g, fibre 1.0 g, sare 1.0 g.

Nutritional values / portion: *957.9 kcal / 4007.0 kJ, protein 17.8 g, carbohydrates 106.9 g, of which sugars 51.1 g, fat 50.8 g, of which saturated fatty acids 8.6 g, fibre 1.0 g, salt 1.0 g.*

Clătită cu dulceață de afine // Crepe with blueberry jam ..... 135/65 g – **21 lei**

Ingrediente: dulceață de afine 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *blueberry jam 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 579.5 kcal / 2435.7 kJ, proteine 14.3 g, glucide 82.7 g, din care zaharuri 38.9 g, grăsimi 20.9 g, din care acizi grași saturați 4.2 g, fibre 1.8 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: *579.5 kcal / 2435.7 kJ, protein 14.3 g, carbohydrates 82.7 g, of which sugars 38.9 g, fat 20.9 g, of which saturated fatty acids 4.2 g, fibre 1.8 g, salt 0.8 g.*

Clătită cu dulceață de vișine // Crepe with sour cherry jam ..... 135/65 g – **21 lei**

Ingrediente: dulceață de vișine 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *sour cherry jam 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 578.6 kcal / 2432.9 kJ, proteine 14.0 g, glucide 84.1 g, din care zaharuri 45.9 g, grăsimi 20.7 g, din care acizi grași saturați 4.1 g, fibre 0.0 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: *578.6 kcal / 2432.9 kJ, protein 14.0 g, carbohydrates 84.1 g, of which sugars 45.9 g, fat 20.7 g, of which saturated fatty acids 4.1 g, fibre 0.0 g, salt 0.8 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

MENIU VITAMIN BAR — CLĂTITE // CREPES

Clătită cu dulceață de căpșuni fără zahăr // Crepe with sugar-free strawberry jam

SUGAR FREE

135/65 g – **24 lei**

Ingrediente: dulceață de căpșuni fără zahăr 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *sugar-free strawberry jam 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 557.4 kcal / 2342.8 kJ, proteine 14.0 g, glucide 78.5 g, din care zaharuri 6.0 g, grăsimi 20.8 g, din care acizi grași saturați 4.2 g, fibre 0.0 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: *557.4 kcal / 2342.8 kJ, protein 14.0 g, carbohydrates 78.5 g, of which sugars 6.0 g, fat 20.8 g, of which saturated fatty acids 4.2 g, fibre 0.0 g, salt 0.8 g.*

Clătită cu miere // Crepe with honey

SUGAR FREE

135/65 g – **21 lei**

Ingrediente: miere poliflora 65 g; lapte uht 50 ml; ouă întregi uht 52 g; apă carbogazoasă 50 g; făină patiserie t55 50 g; ulei floarea soarelui; aromă de vanilie; sare.

Ingredients: *multifloral honey 65 g; UHT milk 50 ml; whole UHT eggs 52 g; sparkling water 50 g; T55 pastry flour 50 g; sunflower oil; vanilla flavouring; salt.*

Valori nutriționale / porție: 630.1 kcal / 2652.2 kJ, proteine 13.9 g, glucide 97.4 g, din care zaharuri 57.8 g, grăsimi 20.6 g, din care acizi grași saturați 4.1 g, fibre 0.0 g, sare 0.8 g.

Nutritional values / portion: *630.1 kcal / 2652.2 kJ, protein 13.9 g, carbohydrates 97.4 g, of which sugars 57.8 g, fat 20.6 g, of which saturated fatty acids 4.1 g, fibre 0.0 g, salt 0.8 g.*

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

Meniu Vitamin Bar

PATISERIE

		LEI
Croissants cu unt	55g	**/ 11**
Plăcintă Dobrogeană	120g	**/ 18**
Cinnamon swirl	95g	**/ 15**



ÎNGHEȚATĂ

		LEI
Înghețată cu aromă de Ciocolată	50g	**/ 11**
Înghețată cu aromă de Fructe de pădure	50g	**/ 11**
Înghețată cu aromă de Pepene galben	50g	**/ 11**
Înghețată cu aromă de Tiramisu	50g	**/ 11**
Înghețată cu aromă de Vanilie	50g	**/ 11**
Înghețată cu aromă de Omija, măr și lămâie	45g	**/ 12**
Înghețată cu aromă de Omija, mango și maracuja	45g	**/ 12**
Înghețată cu aromă de Omija, zmeură și trandafir	45g	**/ 12**

PRĂJITURI

		LEI
Tartă cu fructul pasiunii și bezea / *Merengue and passion fruit tart*	90g	**/ 24**
Prăjitură cu cremă de mascarpone și zmeură / *Mascarpone delight and raspberries*	90g	**/ 24**
Prăjitură cu cremă și arahide / *Brownie Pirouette*	150g	**/ 26**
Éclair caramel sărat / *Salted caramel éclair*	95g	**/ 25**
Éclair cu cremă de fistic și zmeură / *Pistachio and raspberry Éclair*	90g	**/ 27**
Prăjitură cu brânză și căpșune / *Strawberry cheesecake*	165g	**/ 28**
Prăjitură cu cremă de mascarpone și piscoturi / *Tiramisu*	90g	**/ 29**
Prăjitură cu cremă de vanilie / *Profiteroles*	90g	**/ 29**
Prăjitură cu fructe uscate (fără zahăr) / *Fruit fusion (sugar free)*	100g	**/ 32**
Prăjitură cu ciocolată și alune de pădure / *Chocolate hazelnut indulgence*	100g	**/ 34**
Prăjitură cu ciocolată și fulgi de cocos / *Coconut Dream*	115g	**/ 36**

ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

Vegetarian / Vegan

Toate prețurile conțin TVA || All prices include VAT.

Meniu Vitamin Bar - Drinks

CAFEA

	LEI
Espresso (normal/decaff)	30ml / **15**
Espresso Machiatto (normal/decaff)	60ml / **15**
Long Coffee (normal/decaff)	60ml / **15**
Cappuccino (normal/decaff)	120ml / **18**
Caffe Latte (normal/decaff)	180ml / **18**
Latte Macchiato (normal/decaff)	180ml / **18**
Ciocolată caldă (normal/decaff)	200ml / **19**
Chocolate biscuit milkshake	200ml / **28**
Strawberry Milkshake	200ml / **28**

CEAI

Ceai Earl Grey Bio (BIO)	200ml / **15**
Ceai Green Bio (BIO)	200ml / **15**
Ceai Jasmine Bio (BIO)	200ml / **15**
Ceai Lemon & Ginger Bio (BIO)	200ml / **15**
Ceai Hibiscus Bio (BIO)	200ml / **15**
Ceai Black Vanilla (BIO)	200ml / **15**

GAMA COLA

	LEI
Coca-Cola, Coca-Cola Zero, Fanta	300ml / **15**
Coca-Cola Zero Zero, Sprite (doză)	330ml / **16**
FuzeTea Lemongrass, Peach, Rose	500ml / **19**

Sucuri naturale premium

Ananas, Mere, Portocale, Cranberry	300ml / **16**

APĂ

Apă plată Izvorul Alb	500ml / **13**
Apă minerală Dorna	500ml / **13**

VITAMIN AQUA

B+, B+ ZERO, C+, C+ ZERO, Ca, Ca ZERO, Mg, Mg ZERO, Zn	600ml / **23**

MONSTER ENERGY

Monster Green/Monster Green Zero/ Ultra White/ Mango Loco/ Pipeline Punch/ Full Throttle	can 500ml / **23**

FRESH JUICES

	LEI
Fresh portocale, Fresh grapefruit, Fresh portocale/grapefruit, Fresh Mere, Be in Shape, Passionate, Red Energy, The Green Vitamin	300ml / **27**

BERE

Ursus Premium Draft	400ml / **20**
Peroni Nastro Azzurro Draft	400ml / **21**
Kozel Premium Lager Draft	400ml / **21**
Ursus nefiltrat Draft	400ml / **20**
Ursus Fără Alcool	500ml / **20**
Peroni Nastro Azzurro Fără Alcool	500ml / **21**



ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNSOȚITE DE COPII CU VÂRSTA DE PÂNĂ LA 5 ANI
PRIORITY ACCESS FOR: PREGNANT WOMEN • PEOPLE ACCOMPANIED BY CHILDREN UP TO 5 YEARS OLD

Toate prețurile conțin TVA || All prices include VAT.