



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

Croissant cu șuncă și cașcaval //

Ham and cheese croissant 250g – **31 lei**

Ingrediente: Croissant cu unt* 1 buc, șuncă Praga 78g, cașcaval Gouda 55g, ou 30g, salată lollo bionda 20g, unt, baby spanac, ulei de măsline, lămâi.

Ingredients: Croissant with butter* 1 piece, Prague ham 78g, Gouda cheese 55g, egg 30g, lollo bionda lettuce 20g, butter, baby spinach, olive oil, lemons.

Valori nutriționale Kcal/kj: 668.3/2716.7, zaharuri 3.5g, sare 2.4g, grăsimi 51.4g, acizi grași saturați 28.6g, proteine 26.1g.

Nutritional values/100g Kcal/kj: 668.3/2716.7, sugars 3.5g, salt 2.4g, fats 51.4g of which saturated 28.6g, proteins 26.1g.

Mic dejun englezesc // English breakfast

..... 320g – **33 lei**

Ingrediente: Ouă 2buc, demibaghetă* 45g, cârnați Grătărel 40g, fasole roșie 45g, roșii 40g, bacon 36g, ciuperci champignon 28g, pătrunjel, ulei de floarea soarelui, sare.

Ingredients: Eggs 2 pcs, demi-baguette* 45g, Grătărel sausages 40g, red beans 45g, tomatoes 40g, bacon 36g, champignon mushrooms 28g, parsley, sunflower oil, salt.

Valori nutriționale Kcal/kj: 1139.5/4673.5, zaharuri 4g, sare 4.2g, grăsimi 24.3g, acizi grași saturați 16.9g, proteine 29.6g.

Nutritional values Kcal/kj: 1139.5/4673.5, sugars 4g, salt 4.2g, fats 24.3g of which saturated 16.9g, proteins 29.6g.

Ouă ochi cu cartofi prăjiti și brânză rasă //

Sunny side up and french fries 110g/210g/40g – **27 lei**

Ingrediente: Ouă 2 buc, cartofi dippers* 210g, brânză de burduf 48g, pătrunjel, sare, ulei floarea soarelui.

Ingredients: Eggs 2 pcs, dippers potatoes 210g, "burduf" cheese 48g, parsley, salt, sunflower oil.

Valori nutriționale Kcal/kj: 1106.8/4577.1, zaharuri 2.0g, sare 4.0g, grăsimi 23.5g, acizi grași saturați 15.6g, proteine 19.7g.

Nutritional values/100g Kcal/kj: 1106.8/4577.1, sugars 2.0g, salt 4.0g, fats 23.5g of which saturated 15.6g, proteins 19.7g.

Ouă jumări cu bacon crispy //

Scrambled eggs with crispy bacon 250g – **32 lei**

Ingrediente: Ouă 2 buc, pită grecească* 100g, bacon 30g, unt, smântână de gătit, pătrunjel, ulei de măsline, sare, piper.

Ingredients: Eggs 2 pcs, Greek pita 100g, bacon 30g, butter, cooking cream, parsley, olive oil, salt, pepper.

Valori nutriționale Kcal/kj: 535.5/2228.0, zaharuri 4.5g, sare 3.1g, grăsimi 32.6g, acizi grași saturați 15.9g, proteine 21.8g.

Nutritional values/100g Kcal/kj: 535.5/2228.0, sugars 4.5g, salt 3.1g, fats 32.6g of which saturated 15.9g, proteins 21.8g.

Sandwich club cu somon fume și cartofi prăjiți // Salmon fume club sandwich and french fries

..... 230/170g – **55 lei**

Ingrediente: Somon afumat 75g, cartofi dippers* 210g, pâine albă feliată 70g, cremă brânză 30g, castraveți, ceapă roșie, salată lollo bionda, baby spanac,

Ingredients: Smoked salmon 75g, dippers potatoes 210g, sliced white bread 70g, cream cheese 30g, cucumbers, red onion, lollo bionda lettuce, baby spinach.

Valori nutriționale Kcal/kj: 632.4/2530.6, zaharuri 8.4g, sare 2.8g, grăsimi 23.9g, acizi grași saturați 5.9g, proteine 20.3g.

Nutritional values/100g Kcal/kj: 632.4/2530.6, sugars 8.4g, salt 2.8g, fats 23.9g of which saturated 5.9g, proteins 20.3g.

Omleta ciobanului // Shephard's omelette

..... 220g – **27 lei**

Ingrediente: Ouă 2 buc, cârnați Grătărel 30g, bacon 20g, brânză de burduf 20g, ceapă roșie, salată lollo bionda, baby spanac, ulei de floarea soarelui, sare, lămâi.

Ingredients: Eggs 2 pcs, Grătărel sausages 30g, bacon 20g, "burduf" cheese 20g, red onion, lollo bionda lettuce, baby spinach, sunflower oil, salt, lemons.

Valori nutriționale Kcal/kj: 338.2/1349.8, zaharuri 1.5g, sare 3.5g, grăsimi 20.0g, acizi grași saturați 9.0g, proteine 19.2g.

Nutritional values/100g Kcal/kj: 338.2/1349.8, sugars 1.5g, salt 3.5g, fats 20.0g of which saturated 9.0g, proteins 19.2g.



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 breast and bacon salad330/30g – 44 lei

Ingrediente: piept de pui 130g*, salată lollo bionda 60g, roșii cherry 30g, bacon 25g, parmesan 20g, ou fiert 65g, dressing Caesar 30g.

Ingredients: Chicken breast 130g*, lollo bionda lettuce 60g, cherry tomatoes 30g, bacon 25g, parmesan 20g, boiled egg 65g, Caesar dressing 30g.

Valori nutritionale Kcal/kj: 347.6/1382.6, zaharuri 1.8g, sare 1.3g, grăsimi 19.6g, acizi grași saturați 6.7g, proteine 36.7g.

Nutritional values/100g Kcal/kj: 347.6/1382.6, sugars 1.8g, salt 1.3g, fats 19.6g of which saturated 6.7g, proteins 36.7g

Salată Grecească // Greek salad370g – 41 lei

Ingrediente: Brânză maturată din amestec de lapte de oaie și capră 60g, salată lollo bionda 65g, roșii cherry 80g, ceapă roșie 20g, castraveți 60g, ardei gras roșu 27g, ardei gras galben 27g, măslinae negre 30g, oregano

Ingredients: Aged cheese made from mixture of sheep and goat milk 60g, lollo bionda salad 65g, cherry tomatoes 80g, red onion 20g, cucumbers 60g, red bell pepper 27g, yellow bell pepper 27g, black olives 30g, oregano

Valori nutritionale Kcal/kj: 270.1/640.1, zaharuri 5.8g, sare 1.5g, grăsimi 17.1g, acizi grași saturați 9.6g, proteine 11.3g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 270.1/640.1, sugars 5.8g, salt 1.5g, fats 17.1g of which saturated 9.6g, proteins 11.3g

Salată Fattoush // Fattoush salad400g – 39 lei

Ingrediente: ardei gras roșu 40g, ardei gras galben 40g, castraveți 50g, ceapă roșie 40g, salată iceberg 60g, roșii cherry 55g, rodii 20g, halloumi 70g, tortilla 30g, pătrunjel, sos de rodie, sare, mentă uscată.

Ingredients: Red bell pepper 40g, yellow bell pepper 40g, cucumbers 50g, red onion 40g, iceberg lettuce 60g, cherry tomatoes 55g, pomegranate 20g, halloumi 70g, tortilla 30g, parsley, pomegranate sauce, salt, dried mint.

Valori nutritionale/100g Kcal/kj: 361.5/1660.8, zaharuri 11g, sare 2.9g, grăsimi 16.3g, acizi grași saturați 8.1g, proteine 17.5g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 361.5/1660.8, sugars 11g, salt 2.9g, fats 16.3g of which saturated 8.1g, proteins 17.5g

Salată fresh Greens // Greens fresh salad330g – 38 lei

Ingrediente: salată iceberg 120g, castraveți 90g, baby spanac 25g, ridichii albe 45g, maioneză 30g, specialitate pe bază de lapte 30% 20g, file anșoa, usturoi, pătrunjel, lămâi, sare, piper.

Ingredients: iceberg lettuce 120g, cucumbers 90g, baby spinach 25g, white radishes 45g, mayonnaise 30g, sour cream 20g, anchovy fillet, garlic, parsley, lemons, salt, pepper.

Valori nutritionale/100g Kcal/kj: 288.7/956.7, zaharuri 9.8g, sare 2.1g, grăsimi 23.8g, acizi grași saturați 3.7g, proteine 5.3g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 288.7/956.7, sugars 9.8g, salt 2.1g, fats 23.8g of which saturated 3.7g, proteins 5.3g



SALATE / SALAD

Salată de vinete // *Baba Ganoush* 240g/40g – 22 lei

Ingrediente: Vinete 200g, ceapă roșie 25g, demibaghetă albă 40g*, ulei floarea soarelui, sare.

Ingredients: Eggplant 235g, red onion 25g, baguette 40g, sunflower oil, salt.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 221.7/846.9, zahar 2.5 g, sare 2.2 g, grăsimi 2.1 g, acizi grași saturați 3g, proteine 5.9g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 221.7/846.9, sugars 2.5 g, salt 2.2 g, fats 2.1 g of which saturated 3 g, protein 5.9g

Salată cu icre de crap // *Carp roe salad* 200g – 22 lei

Ingrediente: icre de crap 15g, ceapă roșie 25g, ulei floarea soarelui 90g, demibaghetă 40g*, oțet din vin, zahăr, lămâi

Ingredients: carp roe 10g, red onion 30g, sunflower oil 90g, baguette 40g, wine vinegar, sugar, lemon

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 718.2/3008.2, zahar 1.1 g, sare 0.7 g, grăsimi 1.4 g, acizi grași saturați 8.1 g, proteine 4.8 g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 718.2/3008.2, sugars 1.1 g, salt 0.7 g, fats 1.4 g of which saturated 8.1 g, protein 4.8g

Salată cu roșii, ceapă și pătrunjel // *Tabouleh* 200g – 25 lei

Ingrediente: pătrunjel 120g, roșii 60g, ceapă roșie 45g, lămâi, ulei de măsline, sare.

Ingredients: Parsley 120g, tomatoes 60g, onion 45g, lemon, olive oil, salt.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 128.3/259.0, zahăr 2.2 g, sare 2.1g, grăsimi 7g, acizi grași saturați 2.9g, proteine 0.9g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 128.3/259.0, sugars 2.2g, salt 2.1g, fats 7g of which saturated 2.9g, protein 0.9g

Salată cu roșii și castraveți // *Tomatoes and cucumber salad* 220g – 16 lei

Ingrediente: roșii 100g, castraveți 70g, ceapă roșie 30g, pătrunjel, ulei din floarea soarelui, oțet din vin, sare, zahăr.

Ingredients: tomatoes 100g, cucumber 70g, red onion 30g, parsley, sunflower oil, white wine vinegar, salt, sugar.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 132.9/296.5, zaharuri 12.6g, sare 0.7g, grăsimi 0g, acizi grași saturați 0.8g, proteine 2.5g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 132.9/296.5, sugars 12.6g, salt 0.7g, fats 0g of which saturated 0.8g, protein 2.5g

Salată de varză // *Cabbage salad* 200g – 11 lei

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

Ingredients: white cabbage 200g, sunflower oil, white wine vinegar, dill, salt, grounded black pepper.

Valori nutriționale Kcal/kj: 81.8/141.2, zaharuri 0, sare 0.7g, grăsimi 0, acizi grași saturați 0.4g, proteine 0.1g.

Nutritional values Kcal/kj: 81.8/141.2, sugars 0, salt 0.7g, fat 0, which of saturated 0.4g, protein 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 tradițional / locally sourced



vegetarian

* Produs / din produs decongelat /
Frozen product

WRAP

SUPE / SOUPS

Wrap cu piept de pui și avocado // Chicken breast and avocado wrap 300g / 32 lei

Ingrediente: piept de pui* 110g, tortilla 85g, specialitate pe bază de lapte cu ulei vegetal 30g, mozzarella 20g, salată iceberg 30g, avocado 37g, morcovi 20g.

Ingredients: chicken breast* 110g, tortilla 85g, milk-based specialty 30g, mozzarella 20g, avocado 37g, carrots 20g, iceberg salad 30g.

Valori nutritionale Kcal/kj: 318.0/1120.6, zahar 1.2g, sare 0.3g, grăsimi 15.7g, acizi grași saturați 6.2g, proteine 26.5g.

Nutritional values Kcal/kj: 318.0/1120.6, sugars 1.2g, salt 0.3g, fats 15.7g, of which saturated 6.2g, protein 26.5g.

Wrap cu humus și legume // Hummus and vegetables wrap 280g / 30 lei

Ingrediente: humus 95g, tortilla 85g, baby spanac 30g, ardei gras roșu 30g, morcov 20g, ceapă roșie 30g, primerba busuioc.

Ingredients: Hummus 95g, tortilla 85g, baby spinach 30g, red bell peppers 30g, carrots 20g, red onion 30g, primerba basil.

Valori nutritionale Kcal/kj: 236.1/889.5, zahar 1.9 g, sare 1.2 g, grăsimi 10.1, acizi grași saturați 1.2, proteine 8.1g.

Nutritional values Kcal/kj: 236.1/889.5, sugars 1.9 g, salt 1.2 g, fats 10.1 of which saturated 1.2, protein 8.1g

Supă de pui cu tăiței de casă // Chicken and noodles soup 330ml / 20 lei

Ingrediente: apă 150ml, pui 100 g*, morcovi 20g, țelină 20g, ceapă galbenă 15g, ouă 30g, piept de pui* făină, pătrunjel, sare, piper negru.

Ingredients: water 150ml, chicken 100 g*, carrots 20g, celery 20g, yellow onion 15g, egg 30g, chicken breast* flour, parsley, salt, grounded black pepper.

Valori nutritionale Kcal/kj: 282.5/1136.4, zaharuri 2.8g, sare 1.2g, grăsimi 13.8 g, acizi grași saturați 3.5g, proteine 19.9g

Nutritional values Kcal/kj: 282.5/1136.4, sugar 2.8g, salt 1.2g, fat 13.8g, wich of saturated 3.5g, protein 19.9g

Supă cremă de legume // Vegetables cream soup 330ml / 23 lei

Ingrediente: morcovi 45g, ceapă 20g, cartofi albi 60g, dovlecei zucchini 40g, ciuperci 35g, țelină 10g, produs pe bază de grăsimi vegetale 30ml, ulei de măsline, pătrunjel.

Ingredients: carrots 45g, onion 20g, white potatoes 60g, zucchini 40g, mushrooms 35g, celery 10g, UHT cooking cream 30ml, olive oil, parsley.

Valori nutritionale Kcal/ kj: 287.8/1122.8, zaharuri 3.3g, sare 1.1g, grăsimi 11.9g, acizi grași saturați 3.9g, proteine 3.3g

Nutritional values Kcal/kj: 287.8/1122.8, sugar 3.3g, salt 1.1g, fats 11.9g, of which saturated 3.9g, protein 3.3g



PREPARATE TRADIȚIONALE TRADITIONAL PRODUCTS

Ciorbă țărănească cu afumătură // Romanian soup with vegetables and smoked ribs 330g / 20 lei

Ingrediente: apă 120ml, costiță afumată de porc 100g, mix legume 90g, cartofi 50g, roșii decojite 40g, ou 50g, bors magic, pătrunjel, sare, piper negru măcinat.

Ingredients: water 120ml, smoked pork ribs 100g, mix vegetables 90g, potatoes 50g, peeled tomatoes 40g, egg 50g, sour stock, parsley, salt, ground black pepper.

Valori nutriționale Kcal/kj: 68/265.6, zaharuri 0.6g, sare 0.7g, grăsimi 4.1g, acizi grași saturați 1.4g, proteine 5.9g

Nutritional values Kcal/kj: 68/265.6, sugars 0.6g, salt 0.7g, fats 4.1g, which of saturated 1.4g, proteins 5.9g

Bulz ciobănesc cu afumătură // Romanian Shepard's Bulz with cheese and smoked pork 500g – 31 lei

Ingrediente: brânză de burduf 100g, mălai 100g, bacon afumat 60g, specialitate pe bază de lapte 30% 40g, ulei floarea soarelui, sare.

Ingredients: sheepskin cheese 100g, cornmeal 100g, smoked bacon 60g, specialty based on milk 30% 40g, sunflower oil, salt.

Valori nutriționale Kcal/kj: 694.4/2907.2, zaharuri 3.3g, sare 3.2g, grăsimi 32.0g, acizi grași saturați 18.1, proteine 27.5g.

Nutritional values Kcal/kj: 694.4/2907.2, sugars 3.3g, salt 3.2g, fats 32.0g of which saturated 18.1, proteins 27.5g

GARNITURI

Cartofi prăjiți // French fries 200g / 13 lei

Ingrediente: cartofi 200g*, ulei de palmier, sare.

Ingredients: potatoes 200g*, palm oil, salt.

Valori nutriționale Kcal/kj: 367.0/1535.1, zaharuri 1.1g, sare 1.8g, grăsimi 16.7, acizi grași saturați 4.2g, proteine 4.1g

Nutritional values Kcal/kj: 367.0/1535.1, sugar 1.1g, salt 1.8g, fats 16.7g of which saturated 4.2g, proteins 4.1g

Cartofi la cuptor cu ierburi aromatice // Oven baked potatoes with herbs 200g / 12 lei

Ingrediente: cartofi 270g, rozmarin maruntit, cimbru uscat, boia dulce, usturoi granulat, ulei floarea soarelui, sare, piper.

Ingredients: potatoes 270g, dry rosemary, dry thyme, sweet paprika, garlic powder, sunflower oil, salt, and ground black pepper.

Valori nutriționale Kcal/kj: 217.9/293.1, zaharuri 0.4g, sare 13.3g, grăsimi 0.4g, acizi grași saturați 0.8g, proteine 2.4g

Nutritional values Kcal/kj: 217.9/293.1, sugar 0.4g, salt 13.3g, fats 0.4g, which of saturated 0.8g, proteins 2.4g



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 basmati aromat //

Flavored Basmati rice 180g / **11 lei**

Ingrediente: orez basmati 180g, cardamon, ulei floarea soarelui, sare.

Ingredients: basmati rice 180g cardamom, sunflower oil, salt.

Valori nutritionale Kcal/kj: 256.5/1084.0, zaharuri 49.6g, sare 0.2g, grăsimi 0g, acizi grași saturați 0.8g, proteine 4.2g.

Nutritional values Kcal/kj: 256.5/1084.0, sugar 49.6g, salt 0.2g, fats 0g which of saturated 0.8g, proteins 4.2g

Piure din cartofi //

Mashed potatoes 200g / **17 lei**

Ingrediente: cartofi albi 200g, lapte UHT 40ml, unt 20g, sare.

Ingredients: white potatoes 200g, UHT milk 40ml, butter 20g, salt.

Valori nutritionale Kcal/kj: 207.1/862.7, zaharuri 0.7g, sare 0.2g, grăsimi 6.2g, acizi grași saturați 4.4g, protein 0.5g

Nutritional values Kcal/kj: 207.1/862.7, sugar 0.7g, salt 0.2g, fats 6.2g of which saturated 4.4g, proteins 0.5g

Legume sote //

Sautéed vegetables 200g / **23 lei**

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

Ingredients: yellow bell pepper 60g, red bell pepper 60g, zucchini 55g, red onion 30g, champignon mushrooms 40g, salt, parsley, garlic, olive oil.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 74.4/51.8, zaharuri 0.2g, sare 0.8g, grăsimi 1.6g, acizi grași saturați 0.6g, proteine 3.3g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 74.4/51.8, sugar 0.2g, salt 0.8g, fats 1.6g of which saturated 0.6g, proteins 3.3g

Orez prăjit cu legume //

Fried rice with vegetables 380g / **25 lei**

Ingrediente: orez 100g, ardei gras roșu 30g, ardei gras galben 30g, ceapă roșie 20g, dovlecei zucchini 20g, morcovi 40g, ouă 50g, ceapă verde, sos chilli dulce 25g, sos soia 20ml, ulei floarea soarelui.

Ingredients: rice 100g, red bell pepper 30g, yellow bell pepper 30g, red onion 20g, zucchini 20g, carrots 40g, eggs 50g, green onion, sweet chilli sauce 25g, soy sauce 20ml, sunflower oil.

Valori nutritionale/100g Kcal/kj: 504.5/1979.2, zaharuri 17.7g, sare 2.5g, grăsimi 4g, acizi grași saturați 2.5g, proteine 12g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 504.5/1979.2, sugars 17.7g, salt 2.5g, fats 4g which of saturated fats 2.5g, protein 12g



PREPARATE DIN CARNE

Aripioare de pui cu parmezan și usturoi // *Chicken wings with parmesan and garlic* . . . 200g / **32 lei**

Ingrediente: aripioare pui 200g, usturoi, pătrunjel, parmezan, sare, piper, ulei floarea soarelui.

Ingredients: chicken wings 200g, garlic, parsley, parmesan, salt, ground black pepper, sunflower oil.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 511.3/712.3, zahar 1.1g, sare 1.2g, grăsimi 24.8g, acizi grași saturați 3.6g, proteine 38.6g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 511.3/712.3, sugar 1.1g, salt 1.2g, fat 24.8g which of saturated 3.6g, proteins 38.6g

Șnitel clasic din piept de pui // *Classic chicken schnitzel* 180g / **29 lei**

Ingrediente: piept de pui* 140g, pesmet panko 18g, ou pasteurizat 10g, făină, lapte pasteurizat, sare, piper, ulei de palmier 30ml.

Ingredients: chicken breast 140g, panko breadcrumbs 18g, pasteurized egg 10g, flour, pasteurized milk, salt, ground black pepper, palm oil.

Valori nutriționale Kcal/kj: 517.1/2149.9, zahar 0.8g, sare 0.9g, grăsimi 36.0g, acizi grași saturați 15.9g, proteine 29.8g

Nutritional values Kcal/kj: 517.1/2149.9, sugar 0.8g, salt 0.9g, fat 36.0g, wich of saturated 15.9g, protein 29.8g

Jumătate de pui rotisat // *Half roasted chicken* 350g / **43 lei**

Ingrediente: jumătate pui* 350g, usturoi granulat, ulei de floarea soarelui, sare.

Ingredients: half chicken* 350g, garlic powder, sunflower oil, salt.

Valori nutriționale Kcal/kj: 890.9/3697.8, zahar 0.4g, sare 1.8g, grăsimi 63.5g, acizi grași saturați 15.2g, proteine 60.4g

Nutritional values Kcal/kj: 890.9/3706.9, sugar 0.4g, salt 1.8g, fats 63.5g, which of saturated 15.2g, proteins 60.4g

Curry cu piept de pui, papaya și orez basmati // *Chicken curry with papaya and basmati rice* 200g/180g / **36 lei**

Ingrediente: piept de pui* 90g, orez basmati 180g, băutura de cocos 83ml, produs pe bază de grăsimi vegetale 40ml, papaya 45g, ceapă galbenă 25g, ghimbir, lemongrass, ulei floarea soarelui, pastă curry Massaman, usturoi granulat, sare.

Ingredients: chicken breast*90g, basmati rice 180g, coconut drink 83ml, vegetable-based product 100ml, papaya 45g, onion 25g, ginger, lemongrass, sunflower oil, Massaman curry paste, granulated garlic salt.

Valori nutriționale/porție Kcal/kj: 539.6/2061.2, zaharuri 46.6g, sare 3.6g, grăsimi 20.4g, acizi grași saturați 13.7g, proteine 21.3g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 539.6/2061.2, sugars 46.6g, salt 3.6g, fats 20.4g which of saturated fats 13.7g, proteins 21.3g

Ceafă de porc slow cooked cu piure de cartofi // *Slow cooked pork neck with mashed potatoes* 140/200g / **46 lei**

Ingrediente: ceafă de porc* 130g, ceapă galbenă 20g, ulei de măsline, cimbru uscat, usturoi, sare, cartofi albi 200g, lapte UHT 40ml, unt 20g.

Ingredients: pork neck 130g*, yellow onion 20g, olive oil, dried thyme, garlic, salt, white potatoes 200g, UHT milk 40ml, butter 20g.

Valori nutriționale/porție Kcal/kj: 773.2/987.0, zaharuri 12.0g, sare 17.9g, grăsimi 46.8g, acizi grași saturați 14.0g, proteine 39.2g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 773.2/987.0, sugars 12.0g, salt 17.9g, fats 46.8g which of saturated fats 14.0g, proteins 39.2g



PREPARATE DIN CARNE

Crispy de pui // Crispy chicken 180g/30g / **34 lei**

Ingrediente: piept de pui 160g*, magic crispy 20g, usturoi granulat, cimbru uscat, sare, piper, ulei de palmier 20ml, sos de usturoi (maioneză 25g, usturoi 5g, muștar 10g).

Ingredients: chicken breast 160g*, magic crispy 20g, granulated garlic, salt, ground black pepper, palm oil 20 ml, garlic sauce (mayonnaise 25g, garlic 5g, mustard 10g).

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 518.6/2903.8, zaharuri 39.4g, sare 3.7g, grăsimi 41.4g, acizi grași saturați 11.1g, proteine 38.5g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 518.6/2903.8, sugars 39.4g, salt 3.7g, fats 41.4g which of saturated fats 11.1g, proteins 38.5g

Frigărui din piept de pui // Chicken breast skewers 250g / **38 lei**

Ingrediente: piept de pui 160g*, ardei gras galben 40g, ardei gras roșu 40g, ceapă roșie 20g, usturoi, sare, curry pudră, ulei de măsline, unt.

Ingredients: chicken breast 160g*, yellow bell pepper 40g, red bell pepper 40g, red onion 20g, garlic, salt, curry powder, olive oil, butter.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 249.4/889.6, zaharuri 0.5g, sare 1.7g, grăsimi 8.0g, acizi grași saturați 3.1g, proteine 35.9g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 249.4/889.6, sugars 0.5g, salt 1.7g, fats 8.0g which of saturated fats 3.1g, proteins 35.9g?

Chiftele de pui cu piure de cartofi // Chicken meatballs with mashed potatoes 150g/200g / **42 lei**

Ingrediente: carne tocată de pui 100g, ceapă galbenă, morcovi, usturoi, pâine toast, sare, lapte UHT 85ml, pastă de tomate 40g, mărar, ou 20g, cartofi albi 200g, unt 19g.

Ingredients: ground chicken 100g, yellow onion, carrots, garlic, toast bread, salt, uht milk 85ml, tomato paste 40g, dill, egg 20g, white potatoes 200g, butter 19g.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 768.4/3194.6, zaharuri 11.6g, sare 4.2g, grăsimi 25.6g, acizi grași saturați 13.2g, proteine 30.5g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 768.4/3194.6, sugars 11.6g, salt 4.2g, fats 25.6g which of saturated fats 13.2g, proteins 30.5g

Ostropel de pui cu piure de cartofi // Juicy chicken with mashed potatoes 270g / **36 lei**

Ingrediente: pulpe de pui inferioare* 180g, ceapă galbenă 15g, usturoi 10g, cartofi albi 200g, lapte UHT 40ml, unt 20g, pastă de tomate, foi de dafin, cimbru uscat, sare.

Ingredients: chicken drumsticks* 180g, yellow onion 75g, garlic 20g, white potatoes 200g, UHT milk 40ml, butter 20g, tomato paste, bay leaves, dried thyme, salt.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 768.4/3194.6, zaharuri 11.6g, sare 4.2g, grăsimi 25.6g, acizi grași saturați 13.2g, proteine 30.5g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 768.4/3194.6, sugars 11.6g, salt 4.2g, fats 25.6g which of saturated fats 13.2g, proteins 30.5g



PREPARATE DIN PEȘTE

Creveți pane //

Bread crumbed shrimps180g / **34 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 sauce130g/200g/30g / **42 lei**

Ingrediente: file de șalău* 100g, cartofi prăjiți* 200g, pesmet panko 45g, ou pasteurizat 25g, făină, sos tartar 30g (maioneză, muștar, castraveți murați, lămâie, capere, ceapă roșie, mărar), sare.

Ingredients: perch file* 100g, French fries* 200g, panko breadcrumbs 45g, pasteurized egg 25g, flour, Tartar sauce 30g (mayonnaise, mustard, pickled cucumber, lemon juice, capers, red onion, dill), salt.

Valori nutriționale/porție Kcal/kj: 546.7/2295.5, zaharuri 1.9g, sare 1.6g, grăsimi 16.3g, acizi grași saturați 3.8g, proteine 28.9g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 546/2295.5, sugars 1.9g, salt 1.6g, fats 16.3g, saturated fats 3.8g, proteins 28.9g

Frigărui de somon teriaky cu orez prăjit //

Teriyaki salmon skewers with

fried rice180g/380g / **85 lei**

Ingrediente: orez 100g, file somon 200g, sos teriaky, miere polifloră, ghimbir, susan, ardei gras roșu 30g, ardei gras galben 30g, ceapă roșie 20g, dovlecei zucchini 20g, morcovi 40g, ouă 50g, ceapă verde, sos chilli dulce 20g, sos soia, ulei floarea soarelui.

Ingredients: rice 100g, salmon fillet 200g, teriaky sauce, polyfloral honey, ginger, sesame, red bell pepper 30g, yellow bell pepper 30g, red onion 20g zucchini 20g, carrots 40g, eggs 50g, green onion, sweet chilli sauce 20g, soy sauce, sunflower oil.

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 859.6/3431.5, zaharuri 32.5g, sare 3.5g, grăsimi 22.0g, acizi grași saturați 6.2g, proteine 44.7g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 859.6/3431.5, sugars 32.5g, salt 3.5g, fats 22.0g, saturated fats 6.2g, proteins 44.7g

File de somon la cuptor //

Oven baked salmon180g / **61 lei**

Ingrediente: file somon* 180g, lămâie 35g, ulei floarea soarelui.

Ingredients: salmon fillet* 180g, lemon g, sunflower oil.

Valori nutriționale/porție Kcal/kj: 302.6/1230.2, zaharuri 0g, sare 0.1g, grăsimi 17.7g, acizi grași saturați 3.8g, proteine 32.2g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 302.6/1230.2, sugars 0g, salt 0.1g, fats 17.7g, saturated fats 3.8g, proteins 32.2g



PREPARATE VEGETARIENE

Pachetele primăvară cu legume // Vegetables Spring rolls.....115g/30g / 24 lei

Ingrediente: pachetele cu legume* 115g (făină, varză, morcov, ceapă galbenă, ulei palmier, sare), sos soia 30g, ulei de palmier.

Ingredients: vegetable spring rolls* 115g (flour, cabbage, carrots, onion, sare), sos soia 30g, palm oil.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 494.6/2071.9, zaharuri 4.2g, sare 1.9g, grăsimi 23.1g, acizi grași saturați 2.9g, proteine 11.6g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 494/2071.9, sugars 4.2g, salt 1.9g, fats 23.1 which of saturates fats 2.9g, proteins 11.6g

Mozzarella sticks cu cartofi prăjiți și sos marinara // Deep fried mozzarella with French fries and marinara sauce.....180g/200g/30g / 43 lei

Ingrediente: brânză mozzarella 130g, cartofi prăjiți* 200g, lapte pasteurizat 18ml, ou pasteurizat 10g, pesmet auriu 45g, făină 18g, sare, piper, sos marinara (ceapă galbenă 11g, roșii decojite 28g, usturoi, ulei floarea soarelui, zahăr, oregano, sare, piper).

Ingredients: Mozzarella 130g, French fries* 200g, pasteurized milk 18ml, pasteurized egg 10g, breadcrumbs 45g, flour 18, salt, ground black pepper, marinara sauce (onion 11g, peeled tomatoes 28g, garlic, sunflower oil, sugar, oregano, salt, ground black pepper).

Valori nutriționale/100g Kcal/kj: 758.2/3211.2, glucide 4.5g, sare 4.4g, grăsimi 37.5g, acizi-grași saturați 19g, proteine 34.7g

Nutritional values/100g Kcal/kj: 758.2/3211.2, sugars 4.5g, salt 4.4g, fats 37.5g which of saturated fats 19g, protein 34.7g



LIVE COOKING

Classic cheeseburger //

Classic cheeseburger 350g/200g/30g / **56 lei**

Ingrediente: carne tocată de vită Irlanda*200g, cartofi prăjiți* 200g, chiflă 75g, roșii 40g, ketchup 20g, maioneză 20g, castraveți murati 20g, cașcaval cedar 22g, salată lollo bionda 20g, ceapă roșie.

Ingredients: Irish beef minced meat 200g*, French fries* 200g, bun 75g, tomatoes 40g, ketchup 20g, mayonnaise 20g, pickled cucumber 20g, cheddar cheese 22g, lollo bionda salad 20g, red onion.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 953.7/3931.6, zaharuri 7.0g, sare 4.6g, grăsimi 59.7g, acizi grași saturați 19.0g, proteine 10.4g

Nutritional/ portion Kcal/kj: 953.7/3931.6, sugars 7.0g, salt 4.6g, fats 59.7g which of saturated fats 19.0g, proteins 10.4g

Burger carpatin //

Carpathian burger 350g/200g/30g / **55 lei**

Ingrediente: carne tocată de vită Irlanda* 200g, cartofi prăjiți* 200g, chiflă 75g, zacusca de vinete 25g, roșii 45g, salată lollo bionda 20g, ketchup 20g, maioneză 20g, brânză de burduf 15g, slănină afumată 20g*.

Ingredients: Angus beef minced meat* 200g, French fries* 200g, bun 75g, vegetable zacusca 25g, tomatoes 45g, lollo bionda salad 20g, ketchup 20g, mayonnaise 20g, burduf cheese 15g, smoked bacon 20g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 1308.3/5434.7, glucide 7.4g, sare 4.6g, grăsimi 96.5g, acizi grași saturați 23.3g, proteine 37.3g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 1308.3/5434.7, sugars 7.4g, salt 4.6g, fats 96.5g which of saturated fats 23.3g, proteins 37.3g

BURGERI

Burger cu piept de pui crispy //

Crispy Chicken burger 350g/200g/30g / **51 lei**

Ingrediente: piept de pui* 120g, cartofi prăjiți* 200g, chiflă 75g, magic crispy 15g, varză albă 60g, ceapă roșie 18g, maioneză 44g, ketchup 20g, miere polifloră, cașcaval cedar 22g, sos barbecue 29g, sare, piper*

Ingredients: chicken breast* 120g, French fries* 200g, bun 75g, magic crispy 15g, white cabbage 60g, red onion 18g, mayonnaise 44g, ketchup 20g, polyfloral honey, cheddar cheese 22g, barbecue sauce 29g, salt, ground black pepper.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 1059.1/5013.7, zaharuri 45.2g, sare 5.2g, grăsimi 60.4g, acizi grași saturați 7.5g, proteine 41.8g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 1059.1/5013.7, sugars 45.2g, salt 5.2g, fats 60.4g which of saturated fats 7.5g, proteins 41.8g

Burger vegan Guadalajara //

Vegan burger Guadalajara 280g/200g/30g / **49 lei**

Ingrediente: cartofi prăjiți* 200g, burger vegan*100g, chiflă* 50g, roșii 20g, castraveți proaspeti 30g, ceapă roșie 20g, ketchup 40g, sos barbecue 40g, baby spanac, ulei de floarea soarelui.

Ingredients: french fries* 200g, vegan burger*100g, bun* 50g, ketchup 40g, tomatoes 20g, cucumber 30g, red onion 20g, barbecue sauce 40g, baby spinach, sunflower oil.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 947.8/3877.2, zaharuri 24.4g, sare 4.5g, grăsimi 33.8g, acizi grași saturați 9.7g, proteine 17.8g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 947.8/3877.2, sugar 24.4g, salt 4.5g, fats 33.8g, saturated fats 9.7g, proteins 17.8g



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

Tagliatelle cu sos de brânzeturi //

Tagliatelle quattro formaggi 350g / **41 lei**

Ingrediente: paste tagliatelle 140g*, produs pe bază de grăsimi vegetale 60ml, brânză gorgonzola 27g, cașcaval gouda 27g, cașcaval cedar 27g, parmezan 25g, ulei de măsline, sare, piper.

Ingredients: tagliatelle pasta 140g*, vegetables-based product 60ml, gorgonzola cheese 27g, gouda cheese 27g, cheddar cheese 27g, parmesan 25g, olive oil, salt, ground black pepper.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 808.3/3364.3, zaharuri 5.5g, sare 1.6g, grăsimi 40.3g, acizi grași saturați 19.6g, proteine 36.8g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 808.3/3364.8, sugars 5.5g, salt 1.6g, fats 40.3g, which of saturated fats 19.6g; proteins 36.8g

Tagliatelle cu sos ragu //

Tagliatelle Bolognese 350g / **43 lei**

Ingrediente: Paste tagliatelle 150g*, carne tocată de vită* 60g, sos de roșii 130g, morcovi, 10g, ceapă galbenă, țelină 20g, ulei de floarea soarelui, cimbru uscat, zahar, sare, piper.

Ingredients: Tagliatelle pasta 150g*, beef minced meat* 60g, tomato sauce 130g, carrots 10g, onion, celery 20g, sunflower oil, dry thyme, sugar, salt, ground black pepper.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 416.9/2066.2, zaharuri 11.8g, sare 1.5g, grăsimi 5.5g, acizi grași saturați 1.7g, proteine 17.5g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 416.9/2066.2, sugars 11.8g, salt 1.5g, fats 5.5g which of saturated fats 1.7g, protein 17.5g

PASTE / PASTA

Penne cu piept de pui și sos alfredo //

Penne with chicken and alfredo sauce 350g / **40 lei**

Ingrediente: Paste penne* 140g, piept de pui 100g, produs pe bază de grăsimi vegetale 90ml, specialitate pe bază de lapte 40g, ciuperci 45g, baby spanac 12g, ulei de măsline, sare, piper.

Ingredients: Penne pasta* 140g, chicken breast 100g, vegetable-based product 90ml, specialty based on milk 40g, mushrooms 45g, baby spinach, olive oil, salt, ground black pepper.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 696.1/2915.6, zaharuri 7g, sare 1.5g, grăsimi 24.4g, acizi grași saturați 10.1g, proteine 42.5g

Nutritional value/portion Kcal/kj: 696.1/2915.6, sugars 7g, salt 1.5g, fats 24.4g, which of saturated fats 10.1g; proteins 42.5g

Penne cu legume și sos de roșii // Penne with vegetables and tomatoes sauce



..... 350g / **34 lei**

Ingrediente: paste penne* 140g, roșii decojite 150g, ardei grăș roșu 25g, ardei gras galben 25g, roșii 25g, dovlecel zucchini 25g, morcovi 25g, parmezan 20g, ulei măsline, primerba busuioc, sare, piper

Ingredients: penne pasta* 140g, peeled tomatoes 150g, red bell peppers 25g, yellow bell peppers 25g, tomatoes 25g, zucchini 25g, carrots 25g, parmesan 20g, olive oil, primerba basil, salt, ground black pepper.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 465.9/1901.5, zaharuri 9.5 g, sare 1.2 g, grăsimi 7.2g, acizi grași saturați 3.0g, proteine 20.6g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 465.9/1901.5, sugars 9.5 g, salt 1.2 g; fats 7.2g, saturated fats 3.0g, protein 20.6g



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

Orez prăjit cu pui //

Fried rice with chicken 460g / **38 lei**

Ingrediente: orez 100g, ardei gras roșu 30g, ardei gras galben 30g, ceapă roșie 20g, dovlecei zucchini 20g, morcovi 40g, ouă 50g, ceapă verde, sos chilli dulce 20g, sos soia 15ml, piept de pui 150g*, ulei floarea soarelui.

Ingredients: rice 100g, red bell pepper 30g, yellow bell pepper 30g, red onion 20g, zucchini 20g, carrots 40g, eggs 50g, green onion, sweet chilli sauce 25g, soy sauce 20ml, chicken breast 150g*, sunflower oil.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 621.5/2470.2, zaharuri 14.7g, sare 2.2g, grăsimi 7g, acizi grași saturați 3.3g, proteine 37.4g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 621.5/2470.2, sugars 14.7g, salt 2.2g, fats 7g, which of saturated fats 3.3g, protein 37.4g

PASTE / PASTA

Noodles cu piept de pui și sos soia //

Soy sauce chicken noodles 300g / **38 lei**

Ingrediente: piept de pui* 140g, tăiței orez 80g, mix legume* 100g (ardei gras roșu, praz, mugur de bambus, morcovi, vlăstar de fasole mungo), sos sweet chilli 30g, ciuperci negre, ceapă verde, miere polifloră, susan negru, sos soia.

Ingredients: chicken breast* 140g, rice noodles 80g, mixed vegetables* 100g (red bell peppers, leek, baboo sprouts, carrots, bean mungo sprouts), sweet chilli sauce 30g, black mushrooms, spring onion, honey, black sesame, soy sauce.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 538.1/2175, zaharuri 27.1g, sare 2.0g, grăsimi 4.1g, acizi grași saturați 0.8g, proteine 31.4g.

Nutritional values/portion Kcal/kj: 538.1/2175, sugars 27.1g, salt 2.0g, fats 4.1g, saturated fat 0.8g, proteins 31.4g



SOSURI / SAUCE

Sos ketchup // Ketchup sauce30g / 6 lei

Ingrediente: ketchup 30g. / **Ingredients:** ketchup 30g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 23.1/96.6, zaharuri 5.3g, sare 0.4g, grăsimi 0g, acizi grași saturați 0g, proteine 0.2g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 23.1/96.6, sugars 5.3g, salt 0.4g, fats 0g, saturated fats 0g, proteins 0.2g

Sos maioneză // Mayonnaise30g / 6 lei

Ingrediente: maioneză 30g. / **Ingredients:** mayonnaise 30g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 151.2/630, zaharuri 0.3g, sare 0.3g, grăsimi 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 maioneză cu usturoi // Mayonnaise garlic sauce30g / 6 lei

Ingrediente: maioneză 20g, usturoi 10g.

Ingredients: mayonnaise 20g, garlic 10g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 169.3/663.6, zaharuri 3.3g, sare 1.6g, grăsimi 17g, acizi grași saturați 1.3g, proteine 0.6g

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 sauce30g / 6 lei

Ingrediente: sos barbeque 30g. // **Ingredients:** sos barbeque 30g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 30.7/129.6, zaharuri 5.9g, sare 0.5g, grăsimi 0.4g, acizi grași saturați 0g, protein 0.1g

Nutritional values/portion Kcal/kj: 30.7/129.6, sugars 5.9g, salt 0.5g, fats 0.4g, saturated fats 0g, proteins 0.1g

Sos sweet chilli // Sweet chilli sauce30g / 6 lei

Ingrediente: sweet chilli 30g. / **Ingredients:** sweet chilli 30g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 58.8/249.5, zaharuri 13.5g, sare 0.9g, grăsimi 0g, acizi grași saturați 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 sauce30g / 6 lei

Ingrediente: soia 30g. / **Ingredients:** soya 30g.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 36.4/74.8, zaharuri 4.4g, sare 1.9g, grăsimi 0g, acizi grași saturați 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

Chiflă rustică // Rustic bun50g / 6 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.

Valori nutriționale/portie Kcal/kj: 140.8/581.9, Sare 0.8g, grăsimi 1.3g, Acizi grași saturați 0.2g, Proteine 4.5g, Zaharuri 0.9g

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

* Produs / din produs decongelat / Frozen product



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



GREENS
RESTAURANT

MENIU VITAMIN BAR



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

Meniu Greens - Drinks

GAMA COLA	LEI
Coca Cola, Coca Cola Zero, Fanta300ml / 13	
Sprite (doză) 330ml / 14	
FuzeTea Lemongrass, Peach, Rose 500ml / 17	

SUCURI NATURALE PREMIUM || PREMIUM NATURAL JUICES

Ananas, Mere, Portocale, Cranberry . 300ml / 14

APĂ || WATER

Apă plată Izvorul Alb500ml / 12
Apă minerală Dorna500ml / 12

VITAMIN AQUA	LEI
B+, B+ ZERO, C+, C+ ZERO, Ca, Ca ZERO, Mg, Mg ZERO, Zn600ml / 20	

MONSTER ENERGY

Monster Green/Monster Green Zero/ Ultra White/ Mango Loco/ Pipeline Punch/ Full Throttle can 500ml / 20

BERE

Ursus Premium Draft 400ml / 16
Peroni Nastro Azzurro Draft 400ml / 17
Kozel Premium Lager Draft 400ml / 17
Ursus nefiltrat Draft 400ml / 16
Ursus Fără Alcool 500ml / 16
Peroni Nastro Azzurro Fără Alcool 500ml / 17

SMOOTHIES	LEI
Creamy Strawberry250ml / 24	
Green Vitamin250ml / 24	
Tropical Smoothies250ml / 24	



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 **43**

Terra Serena 1881 - Prosecco rose
Brut Millesimato DOC. **48**

VIN ROȘU || RED WINE

Caii de la Letea vol. II,
Fetească Neagră sec **44**

Frescobaldi - Remole Toscana, Italia **48**

Merlot, Prințul Mircea, Vinarte **44**

La Plage, Rasova, Murfatlar **38**

VIN ROSE || ROSE WINE

150 ml LEI

1000 de Chipuri, rose **42**

Caii de la Letea vol. II, vin rose sec **44**

Muse Night, Cramele Recaş **49**

Mysterium, Jidvei **48**

La Plage, Rasova, Murfatlar **38**

Sur Mer, Rasova, Murfatlar **44**

Regno Recaş, rose, sec **41**

VIN ALB || WHITE WINE

150 ml LEI

Avincis Cramposie Seleccionată **43**

Caii de la Letea vol. II,
vin fumee FUMEE Sauvignon Blanc sec **44**

Frescobaldi - Remole Toscana, Italia, IGT **42**

Mysterium Traminer & Sauvignon Blanc **48**

Nud, Rasova, Murfatlar **49**

Sauvignon Blanc, Sole, Recaş **42**

La Plage, Rasova, Murfatlar **37**

Sur Mer, vin Pinot Gris, Rasova **42**



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 Vitamin Bar



CLĂTITE LEI

Clătite cu ciocolată	135g/60g / 18
Clătite cu ciocolată albă	135g/60g / 18
Clătite cu dulceață de afine	135g/60g / 18
Clătite cu dulceață de vișine	135g/60g / 18
Clătite cu dulceață de căpșune fără zahăr/ sugar free	135g/60g / 22
Clătite cu miere	135g/60g / 18

EXTRA TOPPING

Biscuiți	30g / 3
Biscuiți Oreo	30g / 5
Miez de nucă	20g / 5
Banane	60g / 4
Dulceață vișine	20g / 4
Dulceață afine	20g / 4
Ciocolată	20g / 5
Ciocolată albă	20g / 5

ÎNGHEȚATĂ LEI

Înghețată cu aromă de Ciocolată	50g / 9
Înghețată cu aromă de Fistic	50g / 9
Înghețată cu aromă de Fructe de pădure	50g / 9
Înghețată cu aromă de Pepene galben	50g / 9
Înghețată cu aromă de Tiramisu	50g / 9
Înghețată cu aromă de Cheesecake cu căpșuni	50g / 9
Înghețată cu aromă de Nuci	50g / 9
Înghețată cu aromă de Vanilie	50g / 9

PATISERIE

Croissants cu unt	55g / 9
Plăcintă Dobrogeană	120g / 16
Pain au chocolat	90g / 14
Cinnamon swirl	95g / 15

PRĂJITURI LEI

Tartă cu fructul pasiunii și beza / Merengue and passion fruit tart	90g / 21
Prăjitură cu cremă de mascarpone și zmeură / Savarin cake	90g / 21
Prăjitură cu cremă și arahide / Brownie Pirouette	150g / 24
Éclair caramel sărat / Salted caramel éclair	95g / 24
Éclair cu cremă de fistic și zmeură / Pistachio and raspberry Éclair	90g / 26
Prăjitură cu brânză și căpșune / Strawberry cheesecake	165g / 26
Prăjitură cu cremă de mascarpone și piscoturi / Tiramisu	90g / 28
Prăjitură cu cremă de vanilie / Profiteroles	90g / 28
Prăjitură cu fructe uscate (fără zahăr) / Fruit fusion (sugar free)	100g / 29
Prăjitură cu ciocolată și alune de pădure / Snickers	100g / 32
Prăjitură cu ciocolată și fulgi de cocos / Coconut Dream	115g / 34



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 / 13	
Espresso Machiatto (normal/decaff) 60ml / 13	
Long Coffee (normal/decaff) 60ml / 13	
Cappuccino (normal/decaff) 120ml / 16	
Caffe Latte (normal/decaff) 180ml / 16	
Latte Macchiato (normal/decaff) 180ml / 16	
Ciocolată caldă (normal/decaff) 200ml / 16	

CEAI	
Ceai Earl Grey Bio  200ml / 13	
Ceai Green Bio  200ml / 13	
Ceai Jasmine Bio  200ml / 13	
Ceai Lemon & Ginger Bio  200ml / 13	
Ceai Mint Green Bio  200ml / 13	
Ceai Black Vanilla  200ml / 13	

GAMA COLA	LEI
Coca Cola, Coca Cola Zero, Fanta 300ml / 13	
Sprite (doză) 330ml / 14	
FuzéTea Lemongrass, Peach, Rosé 500ml / 17	

Sucuri naturale premium

Ananas, Mere, Portocale, Cranberry 300ml / 14	
--	--

APĂ

Apă plată Izvorul Alb 500ml / 12	
Apă minerală Dorna 500ml / 12	

VITAMIN AQUA

B+, B+ ZERO, C+, C+ ZERO, Ca, Ca ZERO, Mg, Mg ZERO, Zn 600ml / 20	
--	--

MONSTER ENERGY

Monster Green/Monster Green Zero/ Ultra White/ Mango Loco/ Pipeline Punch/ Full Throttle can 500ml / 20	
--	--

FRESH JUICES	LEI
Fresh portocale, Fresh grapefruit, Fresh portocale/grapefruit, Fresh Mere, Be in Shape, Passionate, Red Energy, The Green Vitamin 300ml / 25	

BERE

Ursus Premium Draft 400ml / 16	
Peroni Nastro Azzurro Draft 400ml / 17	
Kozel Premium Lager Draft 400ml / 17	
Ursus nefiltrat Draft 400ml / 16	
Ursus Fără Alcool 500ml / 16	
Peroni Nastro Azzurro Fără Alcool 500ml / 17	



ACCES CU PRIORITATE PENTRU: FEMEI ÎNSĂRCINATE • PERSOANE ÎNȘOȚITE 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.

