

MIC DEJUN



Omletă cu legume(200g)

3 ouă (150g), mix legume (30g) (ardei roșu, ardei verde, ceapă), sare, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 285 kcal, Grăsimi (g): 22,64 din care: Acizi grași saturați (g): 5,53, Glucide (g): 2,89 din care Zaharuri (g): 1,67, Fibre (g): 0,69, Proteine (g): 16,92, Sare (g): 0,513; Conține alergenii: ouă;

+ Aduagă salată asortată

23

Croque Monsieur (380g)

3 ouă (150g), Prosciutto Cotto (30g), Mozzarella (30g), sare, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 400 kcal, Grăsimi(g): 30,19 din care: Acizi grași saturați (g): 9,69, Glucide(g): 1,61 din care Zaharuri (g): 0,8, Fibre(g): 0, Proteine(g): 28,89, Sare (g): 0,97; Conține alergenii: ouă, lactoză. Poate conține urme de muștar;

+ Aduagă salată asortată

29

Omletă cu șuncă și cașcaval(200g)

3 ouă (150g), Prosciutto Cotto (30g), Mozzarella (30g), sare, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 400 kcal, Grăsimi (g): 30,19 din care: Acizi grași saturați (g): 9,69, Glucide (g): 1,61 din care Zaharuri (g): 0,8, Fibre (g): 0, Proteine (g): 28,89, Sare (g): 0,97; Conține alergenii: ouă, lactoză. Poate conține urme de muștar;

+ Aduagă salată asortată

7 lei
25

Croque Madame (400g)

2 felii pâine (120g), sos Béchamel, Mozzarella (150g), Prosciutto Cotto (50g), ou-ochi (50g), sare, ulei de măsline.

Valoare Energetică: 914 kcal, Grăsimi (g): 59 din care: Acizi grași saturați (g): 27,91, Glucide (g): 40,05 din care Zaharuri (g): 8,64, Fibre (g): 5,09, Proteine (g): 55,38, Sare (g): 2,3; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu), nuci. Poate conține urme de muștar;

32

Omletă cu spanac sote(200g)

3 ouă (150g), 50 g spanac, sare, ulei de măsline, unt;

Valoare Energetică: 328 kcal, Grăsimi (g): 26,85 din care: Acizi grași saturați (g): 8,07, Glucide (g): 3,72 din care Zaharuri (g): 1,36, Fibre (g): 1,39, Proteine (g): 18,26, Sare (g): 0,55; Conține alergenii: ouă, lactoză;

+ Aduagă salată asortată

7 lei
24

Ou Florentine (300g)

English Muffin toast (50g), spanac sote (35g), 1 ou poșat (50g), sos Hollandaise (40g); salată (mix salată, dovlecel, telemea, porumb, roșii) (60g), sare, ulei de măsline.

Valoare Energetică: 201 kcal, Grăsimi (g): 9,97 din care: Acizi grași saturați (g): 3,53, Glucide (g): 17,82 din care Zaharuri (g): 1,88, Fibre (g): 2,58, Proteine (g): 11,79, Sare (g): 0,5; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu), porumb;

26

Avocado toast (250g)

1 felie pâine prăjită (65g), avocado (100g), salsa (roșii, porumb, ardei roșu, ardei verde), 1 ou-ochi (50g), mix semințe coapte, sare, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 269 kcal, Grăsimi (g): 15,98 din care: Acizi grași saturați (g): 3,11, Glucide (g): 21,81 din care Zaharuri (g): 4,09, Fibre (g): 0,69, Proteine (g): 12,17, Sare (g): 0,813; Conține alergenii: ouă, gluten(grâu), porumb, susan, nuci, alune;

+ Aduagă salată asortată

7 lei
26

Ou Royale (300g)

English Muffin toast (50g), somon afumat (20g), 1 ou poșat (50g), sos Hollandaise (40g); salată (mix salată, dovlecel, telemea, porumb, roșii) (60g), sare, ulei de măsline.

Valoare Energetică: 217 kcal, Grăsimi (g): 10,71 din care: Acizi grași saturați (g): 3,69, Glucide (g): 16,55 din care Zaharuri (g): 1,62, Fibre (g): 1,87, Proteine (g): 14,56, Sare (g): 0,6; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu), porumb, pește;

32

Bacon Avocado Toast (300g)

1 felie pâine prăjită (65g), avocado (100g), bacon felii, 2 ouă poșate (100g), mix semințe coapte, sare, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 646,9 kcal, Grăsimi (g): 49,17 din care: Acizi grași saturați (g): 14,88, Glucide(g): 18,13 din care Zaharuri(g): 2,02, Fibre(g): 5,76, Proteine (g): 33,59, Sare(g): 1,533; Conține alergenii: ouă, gluten(grâu), susan, nuci, alune;

+ Aduagă salată asortată

7 lei
33

Omletă țărănească (350g)

Scrambled eggs (150g), mix legume (ardei roșu, ardei verde, ceapă) (50g), bacon cuburi (40g), cartofi (70g), smântână de gătit, boia dulce, piper, sare, ulei de măsline.

Valoare Energetică: 515 kcal, Grăsimi (g): 40 din care: Acizi grași saturați (g): 13,95, Glucide (g): 16,22 din care Zaharuri (g): 2,95, Fibre (g): 2,08, Proteine (g): 20,66, Sare (g): 0,65; Conține alergenii: ouă, lactoză;

29

Toast Rustic (250g)

1 felie pâine prăjită (65g), 2 ouă-ochi (100g), bacon felii (80g), telemea, ceapă, roșii;

Valoare Energetică: 688 kcal, Grăsimi (g): 54,49 din care: Acizi grași saturați (g): 16,77, Glucide (g): 20,22 din care Zaharuri (g): 5,41, Fibre (g): 2,61, Proteine (g): 28,03, Sare (g): 1,2; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);

+ Aduagă salată asortată

7 lei
30

Clătită sărată cu pui (220g)

1 clătită sărată cu pătrunjel, piept de pui, ciuperci, ceapă, Mozzarella, maioneză, smântână lichidă; mix salată;

Valoare Energetică: 495,7 kcal, Grăsimi (g): 34,8 din care: Acizi grași saturați (g): 11,23, Glucide (g): 26,15 din care Zaharuri (g): 4,59, Fibre (g): 1,77, Proteine (g): 19,9, Sare (g): 0,39; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);

33

Gustul Copilăriei (450g)

cartofi wedges (150g), telemea, Prosciutto Cotto, 2 ouă-ochi (100g);

Valoare Energetică: 731 kcal, Grăsimi (g): 41,71 din care: Acizi grași saturați (g): 9,79, Glucide (g): 63,86 din care Zaharuri (g): 1,08, Fibre (g): 3,6, Proteine (g): 23,79, Sare (g): 1,5; Conține alergenii: ouă, lactoză. Poate conține urme de muștar;

+ Aduagă salată asortată

7 lei
28

Clătită sărată sparanghel și prosciutto(180g)

1 clătită sărată cu pătrunjel, maioneză, sparanghel tras la tigaie în unt, Prosciutto Cotto, Mozzarella, sos Hollandaise; mix salată;

Valoare Energetică: 397,7 kcal, Grăsimi (g): 24,39 din care: Acizi grași saturați (g): 10,53, Glucide (g): 27,69, din care Zaharuri (g): 5,11, Fibre (g): 2,69, Proteine (g): 18,09, Sare (g): 0,65; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu). Poate conține urme de muștar;

33

Sandwich Mic Dejun (250g)

Chiflă de casă (120g), omletă dintr-un ou, bacon cuburi, cheddar, maioneză, unt;

Valoare Energetică: 795 kcal, Grăsimi (g): 47,84 din care: Acizi grași saturați (g): 14,61, Glucide (g): 72,13 din care Zaharuri (g): 11,69, Fibre (g): 2,28, Proteine (g): 19,7, Sare (g): 0,94; Conține alergenii: gluten(grâu), ou, muștar, lactoză;

+ Aduagă salată asortată

7 lei
22

Clătită sărată sparanghel și somon(180g)

1 clătită sărată cu pătrunjel, cremă de brânză, sparanghel tras la tigaie în unt, somon afumat, Mozzarella, sos Hollandaise; mix salată;

Valoare Energetică: 397,7 kcal, Grăsimi (g): 24,39 din care: Acizi grași saturați (g): 10,53, Glucide (g): 27,69, din care Zaharuri (g): 5,11, Fibre (g): 2,69, Proteine (g): 18,09, Sare (g): 0,65; Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);

37

Clătită sărată sparanghel și somon(180g)

1 clătită sărată cu pătrunjel, cremă de brânză, sparanghel tras la tigaie în unt, somon afumat, Mozzarella, sos Hollandaise; mix salată;

Valoare Energetică: 397,7 kcal, Grăsime (g): 24,39 din care: Acizi grași saturați (g): 10,53, Glucide (g): 27,69, din care Zaharuri (g): 5,11, Fibre (g): 2,69, Proteine (g): 18,09, Sare (g): 0,65; **Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);**

French toast(320g)

2 felii de pâine, ou, lapte, zahăr, scorțișoară, cremă de mascarpone, mentă, gem de caise, piersică, unt;

Valoare Energetică: 700 kcal, Grăsime (g): 48,18 din care: Acizi grași saturați (g): 28,49, Glucide (g): 59,72 din care Zaharuri (g): 32,48, Fibre (g): 4,74, Proteine (g): 11,37, Sare (g): 0,34; **Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);**

Pancakes (170g)

3 clătite (ou, lapte, făină, zahăr, praf de copt) cu dulceață/ sos de ciocolată/ sirop de arțar și unt;

Valoare Energetică: 571 kcal, Grăsime (g): 20 din care: Acizi grași saturați (g): 8,09 Glucide (g): 78,2 din care Zaharuri (g): 19,42, Fibre (g): 0, Proteine (g): 16,82, Sare (g): 0; **Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);**

Bol granola(210g)

Granola de casă (fulgi de ovăz, miere, unt de arahide, merișoare), iaurt grecesc, fulgi de porumb, miere, fructe;

Valoare Energetică: 742 kcal, Grăsime (g): 10,92 din care: Acizi grași saturați (g): 3,04, Glucide (g): 82,62 din care Zaharuri (g): 41,82, Fibre (g): 5,73, Proteine (g): 15, Sare (g): 0,12; **Conține alergenii: lactoză, porumb, arahide;**

APERITIVE

Camembert pané (170g)

3 triunghiuri Camembert pane, gem de ceapă, 30 g mix salată;

Valoare Energetică: 381 kcal, Grăsime (g): 24 din care: Acizi grași saturați (g): 14,42, Glucide (g): 18,05 din care Zaharuri (g): 6,3, Fibre (g): 0,48, Proteine (g): 22,32 Sare (g): 0,81; **Conține alergenii: ouă, lactoză, gluten(grâu);**

Crostini – diverse sortimente(250g)

5 triunghiuri pâine toast: 1 salată de sfeclă (sfeclă, brânză de capră, miere, nuci); 2 gem de ceapă cu bacon; 3 pesto verde, Emmentaler și roșii; 4 șuncă Pădurea Neagră, Camembert și Balsamic Glaze; 5 salată de ton;

Valoare Energetică: 516 kcal Grăsime (g): 31,42 din care: Acizi grași saturați (g): 13,15, Glucide (g): 39,98 din care Zaharuri (g): 20,63, Fibre (g): 3,65, Proteine (g): 23,85, Sare (g): 1,6; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), pește, nuci;**

Ouă umplute (160g)

3 jumătăți ou fiert, muștar boabe, maioneză, sare, piper; 30 g mix salată, ulei de măsline.

Valoare Energetică: 212 kcal, Grăsime (g): 18,69 din care: Acizi grași saturați (g): 3,78, Glucide (g): 2,28 din care Zaharuri (g): 1,26, Fibre (g): 0,25, Proteine (g): 8,47g, Sare (g): 0,5; **Conține alergenii: ouă, muștar;**

Humus (450g)

Humus făcut în casă din năut, pastă de susan, ulei de măsline, lămâie; salată de roșii și pătrunjel; lipie de casă;

Valoare Energetică(450 g): 549 kcal, Grăsime (g): 23,6 din care: Acizi grași saturați (g): 4,69, Glucide (g): 48,27 din care Zaharuri (g): 4,41, Fibre (g): 17,13, Proteine (g): 19,51g, Sare (g): 0,91; **Conține alergenii: gluten(grâu), susan;**

Scrijele de dovleac (180g)

rondele de dovleac, făină de porumb, făină de grâu, sos tzatziki (castravete, iaurt grecesc, mărar, lămâie, condimente), lipie de casă.

Conține alergenii: porumb, lactoză, gluten(grâu);

SANDWICHES

Sandwich Mic Dejun (250g)

Chiflă de casă (120g), omletă dintr-un ou, bacon cuburi, cheddar, maioneză, unt;

Valoare Energetică: 795 kcal, Grăsime (g): 47,84 din care: Acizi grași saturați (g): 14,61, Glucide (g): 72,13 din care Zaharuri (g): 11,69, Fibre (g): 2,28, Proteine (g): 19,7, Sare (g): 0,94; **Conține alergenii: gluten(grâu), ou, muștar, lactoză;**

Sandwich cu curcan (300g)

Chiflă de casă (120g), pastramă curcan făcută în casă, roșie, mix salată, cașcaval, sos maioneză cu pătrunjel, unt;

Valoare Energetică: 583 kcal, Grăsime (g): 25,82 din care: Acizi grași saturați (g): 7,29, Glucide (g): 53,19 din care Zaharuri (g): 6,33, Fibre (g): 3,15, Proteine (g): 34,49, Sare (g): 0,56; **Conține alergenii: gluten(grâu), ou, muștar, lactoză;**

Sandwich vită(230g)

Chiflă de casă (120g), antricot de vită, mix salată, sos de hrean cu maioneză, unt;

Valoare Energetică: 434 kcal, Grăsime (g): 13,61 din care: Acizi grași saturați (g): 3,18 Glucide (g): 56,17, din care Zaharuri (g): 7,3, Fibre (g): 4,76, Proteine (g): 23,02, Sare (g): 1; **Conține alergenii: gluten(grâu), ou, muștar, lactoză;**

Sandwich club (350g)

Pâine toast, salată de piept de pui(salată Iceberg, piept de pui la grătar, maioneză), roșii, Prosciutto Cotto, salată Iceberg, cașcaval, maioneză;

Valoare Energetică: 643 kcal, Grăsime (g): 44,63 din care: Acizi grași saturați (g): 9,25 Glucide (g): 40,85 din care Zaharuri (g): 7,58, Fibre (g): 5,26, Proteine (g): 25,42, Sare (g): 1,2g; **Conține alergenii: gluten(grâu), muștar, ou, lactoză. Poate conține urme de muștar;**

Grilled Cheese(270g)

Pâine toast, Cheddar, Mozzarella, Emmentaler, unt; sos de roșii;

Valoare Energetică: 633 kcal, Grăsime (g): 35 din care: Acizi grași saturați (g): 15,15, Glucide (g): 59,03 din care Zaharuri (g): 14,45, Fibre (g): 7,97, Proteine (g): 26,29, Sare (g): 1,2; **Conține alergenii: gluten(grâu), lactoză;**

Sandwich vegetarian (215g)

Chiflă de casă (120g), mix salată, pesto, cașcaval, roșii, castraveti, humus, unt;

Valoare Energetică: 414 kcal, Grăsime (g): 12,24 din care: Acizi grași saturați (g): 4,71, Glucide (g): 57,52 din care Zaharuri (g): 7,1, Fibre (g): 4,76, Proteine (g): 16,07, Sare (g): 0,49; **Conține alergenii: gluten(grâu), lactoză, susan;**

Sandwich Parma (370g)

Chiflă de casă (120g), mix salată, șnițel din piept de pui (120g), sos de roșii, Mozzarella, Grana Padano, unt;

Valoare Energetică: 709,84 kcal, Grăsime (g): 29,8 din care: Acizi grași saturați (g): 7,9, Glucide (g): 77,31 din care Zaharuri (g): 8,15, Fibre (g): 5,37, Proteine (g): 34,4, Sare (g): 1,3; **Conține alergenii: gluten(grâu), lactoză, ouă;**

Sandwich Bavarez(350g)

Chiflă de casă (120g), cotlet de porc pane (120g), varză acră, muștar, unt;

Valoare Energetică: 285 kcal, Grăsime (g): 22,64 din care: Acizi grași saturați (g): 5,53, Glucide (g): 2,89 din care Zaharuri (g): 1,67, Fibre (g): 0,69, Proteine (g): 16,92, Sare (g): 0,513; **Conține alergenii: gluten(grâu), muștar, ouă, lactoză;**

Sandwich Pulled Pork(370g)

Chiflă de casă (120g), carne de porc gătită lent în cidru, sos BBQ • salată Coleslaw, unt;

Valoare Energetică: 703 kcal, Grăsimi (g): 42,17 din care: Acizi grași saturați (g): 16,25, Glucide (g): 43,63 din care Zaharuri (g): 15,31, Fibre (g): 1,76, Proteine (g): 36,68, Sare (g): 1,43;
Conține alergenii: gluten(grâu), muștar, ou, lactoză;

Sandwich cu ton(370g)

Chiflă de casă (120g), salată de ton cu maioneză și porumb •, cașcaval, mix salată, roșii, unt;

Valoare Energetică: 592 kcal, Grăsimi (g): 36,27 din care: Acizi grași saturați (g): 6,73, Glucide (g): 33,08 din care Zaharuri (g): 5,61, Fibre (g): 1,3, Proteine (g): 32,34, Sare (g): 0,8;
Conține alergenii: gluten(grâu), muștar, pește, porumb, ou, lactoză;

Sandwich Monte Cristo(250g)

Pâine toast, Prosciutto Cotto, Camembert, muștar boabe, gem de merișoare, ou, lapte, nucșoară, unt;

Valoare Energetică: 360 kcal, Grăsimi (g): 17,9 din care: Acizi grași saturați (g): 5,74, Glucide (g): 40,16 din care Zaharuri (g): 16,15, Fibre (g): 4,13, Proteine (g): 17,92, Sare (g): 0,82;
Conține alergenii: gluten(grâu), muștar, ou, lactoză, nuci. Poate conține urme de muștar;

Sandwich Nutella PBJ(250g)

Pâine toast, unt de arahide, Nutella, dulceață de struguri;

Valoare Energetică: 847 kcal, Grăsimi (g): 44,44 din care: Acizi grași saturați (g): 12,26, Glucide (g): 106,55 din care Zaharuri (g): 53,42, Fibre (g): 8,57, Proteine (g): 12,27, Sare (g): 0,61;
Conține alergenii: gluten(grâu), lactoză, nuci;

SUPE ȘI SALATE

Supă cremă de linte roșie (350g)

Supă de linte, morcov, cartofi, ceapă, usturoi, mentă, roșii;

Valoare Energetică: 211 kcal, Grăsimi (g): 5,71 din care: Acizi grași saturați (g): 0,81, Glucide (g): 39,79 din care Zaharuri (g): 3,33, Fibre (g): 7, Proteine (g): 13,56, Sare (g): 0,18;

+ Adaugă pâine

3 lei

Supă cremă de roșii (500g)

Supă de roșii, ceapă, morcov, usturoi, oregano, ulei de măsline; 150 g sandwich Grilled Cheese;

Valoare Energetică: 505 kcal, Grăsimi (g): 25,33 din care: Acizi grași saturați (g): 13,21, Glucide (g): 49,66 din care Zaharuri (g): 16,65, Fibre (g): 8,91, Proteine (g): 22,86, Sare (g): 0,89; **Conține alergenii: lactoză;**

+ Adaugă pâine

3 lei

Supă Romesco (350g)

Supă de ardei copt, migdale, roșii, ceapă, morcov, usturoi;

Valoare Energetică: 249 kcal, Grăsimi (g): 18,59 din care: Acizi grași saturați (g): 1,81, Glucide (g): 17,45 din care Zaharuri (g): 8,31, Fibre (g): 4,74, Proteine (g): 6,73, Sare (g): 0,57; **Conține alergenii: nuci;**

+ Adaugă pâine

3 lei

Supă cremă de cartofi (350g)

Supă de cartofi, morcovi, ceapă, bacon cuburi, chimen, smântână de gătit;

Valoare Energetică: 179,6 kcal, Grăsimi (g): 2,72 din care: Acizi grași saturați (g): 0,76, Glucide (g): 35,37 din care Zaharuri (g): 3,07, Fibre (g): 5,78, Proteine (g): 5,22, Sare (g): 0,16; **Conține alergenii: lactoză;**

+ Adaugă pâine

3 lei

24

Salată Cobb (350g)

mix salată, avocado, ou fiert, piept de pui, roșii, bacon cuburi, vinegretă muștar;

Valoare Energetică: 713 kcal, Grăsimi (g): 54,78 din care: Acizi grași saturați (g): 13,82, Glucide (g): 18,48 din care Zaharuri (g): 9,27, Fibre (g): 6,03, Proteine (g): 37,85, Sare (g): 0,94; **Conține alergenii: ou, muștar;**

43

24

Salată Caesar cu pui (300g)

salată Romana, dressing Caesar(gălbenuș de ou, anșoa, maioneză, lămâie, muștar, usturoi), piept de pui la grătar cu busuioc, Grana Padano, crutoane;

Valoare Energetică: 598 kcal, Grăsimi (g): 50,65 din care: Acizi grași saturați (g): 9,64, Glucide (g): 7,85 din care Zaharuri (g): 3,67, Fibre (g): 3,49, Proteine (g): 27,62, Sare (g): 0,98;
Conține alergenii: ou, muștar, pește;

40

28

Salată Enigma cu curcan (350g)

mix salată, roșii, ardei iute, cașcaval, porumb • fiert, pastramă de curcan • făcută în casă, dressing cu maioneză;

Valoare Energetică: 700 kcal, Grăsimi (g): 60,71 din care: Acizi grași saturați (g): 15,95, Glucide (g): 15,73 din care Zaharuri (g): 7,43, Fibre (g): 3,48, Proteine (g): 26,78, Sare (g): 1,7;
Conține alergenii: ou, muștar, lactoză, porumb;

40

26

Salată Enigma cu năut (350g)

mix salată, roșii, ardei iute, rodie, porumb fiert •, năut tras la tigaie, sos maioneză vegetală;

Valoare Energetică: 389,44 kcal Grăsimi (g): 28,47 din care: Acizi grași saturați (g): 1,78, Glucide (g): 30,49 din care Zaharuri (g): 11,54, Fibre (g): 8,49, Proteine (g): 8,21, Sare (g): 0,8; **Conține alergenii: porumb, muștar;**

38

Salată Panzanella cu antricot de vită (400g)

mix salată, crutoane, roșii, măsline, Mozzarella, ceapă, busuioc, fășii de antricot de vită, lămâie, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 841 kcal, Grăsimi (g): 46,14 din care: Acizi grași saturați (g): 22,14, Glucide (g): 60,61 din care Zaharuri (g): 6,46, Fibre (g): 8,41, Proteine (g): 47,55, Sare (g): 1,7; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu);**

45

25

Salată cu Zucchini la grătar și telemea (300g)

mix salată, porumb •, dovlecel Zucchini, telemea, roșii cherry, semințe prăjite, vinegretă;

Valoare Energetică: 288 kcal, Grăsimi (g): 23,72 din care: Acizi grași saturați (g): 4,95, Glucide (g): 15,21 din care Zaharuri (g): 6,46, Fibre (g): 3,65, Proteine (g): 6,44, Sare (g): 0,56; **Conține alergenii: porumb, susan, lactoză;**

39

29

Salată cu ton (300g)

mix salată, ton, porumb*, avocado, roșii cherry, ceapă, vinegretă;

Valoare Energetică: 395 kcal, Grăsimi (g): 23,21 din care: Acizi grași saturați (g): 5,15, Glucide (g): 22,34 din care Zaharuri (g): 5,76, Fibre (g): 4,23, Proteine (g): 28g, Sare (g): 0,56; **Conține alergenii: porumb, pește;**

50

28

Salată cu creveți (300g)

mix salată, creveți • trași în unt, porumb • prăjit, avocado, roșii cherry, ceapă, rodie, vinegretă;

Valoare Energetică: 395 kcal, Grăsimi (g): 23,21 din care: Acizi grași saturați (g): 5,15, Glucide (g): 22,34 din care Zaharuri (g): 5,76, Fibre (g): 4,23, Proteine (g): 28g, Sare (g): 0,56; **Conține alergenii: porumb, crustacee, lactoză;**

50



FEL PRINCIPAL

Pui Vienez (500g)

mâncărică piept de pui în sos de smântână, cartofi, ciuperci, Mozzarella gratinată;

Valoare Energetică: 816 kcal, Grăsimi (g): 56,64 din care: Acizi grași saturați (g): 32, Glucide (g): 32,67 din care Zaharuri (g): 4,48, Fibre (g): 3,35 Proteine (g): 40,73, Sare (g): 1,8; **Conține alergenii: lactoză;**

Pui gorgonzola cu cartofi parizieni (500g)

piept de pui, sos Gorgonzola (smântână lichidă, brânză Gorgonzola), cartofi trași la tigaie în unt și rozmarin;

Valoare Energetică: 608,35 kcal, Grăsimi (g): 37,68 din care: Acizi grași saturați (g): 18,33, Glucide (g): 21,9 din care Zaharuri (g): 2,82, Fibre (g): 2,21, Proteine (g): 44,6, Sare (g): 0,84; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu);**

Piept de curcan la grătar cu sos de ardei și orez (550g)

piept de curcan la grătar, orez cu unt și Grana Padano, sos de ardei copt;

Valoare Energetică: 791 kcal, Grăsimi (g): 46,67 din care: Acizi grași saturați (g): 23,34, Glucide (g): 40,63 din care Zaharuri (g): 5,28, Fibre (g): 3,3, Proteine (g): 44,53, Sare (g): 0,44; **Conține alergenii: lactoză;**

Crispy de pui cu cartofi wedges și sos tzatziki (400g)

5 fășii de piept de pui în crustă de fulgi de porumb; cartofi wedges; sos tzatziki;

Valoare Energetică: 609,9 kcal, Grăsimi (g): 15,8 din care: Acizi grași saturați (g): 3,53 Glucide (g): 73,24 din care Zaharuri (g): 2,04, Fibre (g): 3,64, Proteine (g): 37,52, Sare (g): 1,4; **Conține alergenii: lactoză, muștar, porumb, ou;**

+ Adaugă salată coleslaw

Piept de pui parma cu mix salată (500g)

piept de pui pane cu sos de roșii, gratinat cu Mozzarella, Grana Padano; mix salată;

Valoare Energetică: 865 kcal, Grăsimi (g): 57,14 din care: Acizi grași saturați (g): 14,24, Glucide (g): 41,62 din care Zaharuri (g): 3,16, Fibre (g): 3,75, Proteine (g): 45, Sare (g): 1,5; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou;**

Mușchiuleț de porc cu sos alb cu ciuperci și cartofi parizieni (550g)

Mușchiuleț de porc, smântână lichidă, ciuperci; cartofi trași la tigaie în unt și rozmarin;

Valoare Energetică: 756,27 kcal, Grăsimi (g): 52,04 din care: Acizi grași saturați (g): 30,41, Glucide (g): 28,67 din care Zaharuri (g): 5,6, Fibre (g): 2,79, Proteine (g): 34,75; Sare (g): 0,89; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu);**

Cotlet de porc cu piure de cartofi și sos de muștar (550g)

Cotlet de porc pane, cartofi piure, unt, smântână lichidă, sos de muștar, sare, piper;

Valoare Energetică: 700 kcal, Grăsimi (g): 44,06 din care: Acizi grași saturați (g): 21,06, Glucide (g): 47,57, din care Zaharuri (g): 4,69, Fibre (g): 4,57, Proteine (g): 24,38, Sare (g): 0,406; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar;**

Tacos Enygma 2.0. cu nachos 380g

3 tortilla de casă, spată de porc în stil Al Pastor; avocado, ceapă, ananas; nachos;

Valoare Energetică: 531 kcal, Grăsimi (g): 18,37 din care: Acizi grași saturați (g): 5,7, Glucide (g): 43,27, din care Zaharuri (g): 3,48 Fibre (g): 4,21, Proteine (g): 45,93, Sare (g): 0,62; **Conține alergenii: gluten(grâu);**

Vită Stroganoff (520g)

Paste pappardelle, antricot de vită, sos alb cu muștar, ciuperci, sare, piper;

Valoare Energetică: 1200 kcal, Grăsimi (g): 104,19, din care: Acizi grași saturați (g): 36,63, Glucide (g): 104,19, din care Zaharuri (g): 9,84, Fibre (g): 4,44, Proteine (g): 43,01, Sare (g): 0,64; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar; Poate conține urme de soia**

Mac&Cheese (500g)

macaroane, sos Mornay (Mozzarella, cheddar, lapte, unt, făină), bacon cuburi, pesmet crocant;

Valoare Energetică: 992,2 kcal, Grăsimi (g): 35,02 din care: Acizi grași saturați (g): 6,99, Glucide (g): 111,35 din care Zaharuri (g): 4,37, Fibre (g): 4,54, Proteine (g): 37,54, Sare (g): 1,2; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu);**

BURGER & PIZZA

Cheeseburger cu cartofi wedges (450g)

Chiflă de casă (110g), unt, sos burger, salată Iceberg, 1 bucată carne de vită (120g), cheddar, castravete murat; cartofi wedges (140g);

Valoare Energetică: 997 kcal, Grăsimi (g): 50,63 din care: Acizi grași saturați (g): 20,54, Glucide (g): 94,53 din care Zaharuri (g): 16,12, Fibre (g): 5,4, Proteine (g): 39,88, Sare (g): 1,4; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar;**

Burger Enygma cu cartofi wedges (700g)

Chiflă de casă (110g), unt, sos burger, salată Iceberg, roșie, 2 bucăți carne de vită (240g), cheddar, emmentaler, Grana Padano, castravete murat, cartofi wedges (140g);

Valoare Energetică: 1305 kcal, Grăsimi (g): 74,28 din care: Acizi grași saturați (g): 31,8, Glucide (g): 90,59 din care Zaharuri (g): 15,65, Fibre (g): 5,48, Proteine (g): 64,65, Sare (g): 1,4; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar;**

Burger de pui cu cartofi wedges (550g)

Chiflă de casă (110g), unt, maioneză, salată Iceberg, pulpă de pui (160g), castravete murat, cartofi wedges (140 g);

Valoare Energetică: 885 kcal, Grăsimi (g): 44,36 din care: Acizi grași saturați (g): 12,96, Glucide (g): 89,15 din care Zaharuri (g): 12,7, Fibre (g): 5,43, Proteine (g): 32,92, Sare (g): 1,3; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar;**

Burger de pui picant cu cartofi dulci (560g)

Chiflă de casă (110g), unt, maioneză (20g), salată Coleslaw picantă (20g), pulpă de pui glazurată cu sos picant de ardei (160g), castravete murat; cartofi dulci prăjiți (140g);

Valoare Energetică: 975,51 kcal, Grăsimi (g): 58,55 din care: Acizi grași saturați (g): 80,21, Glucide (g): 80,21 din care Zaharuri (g): 19,9, Fibre (g): 5,5, Proteine (g): 31,79 Sare (g): 1,3; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar;**

Combo Enygma (750g)

2 mini burgeri (120 g carne de vită), unt, cartofi prăjiți (100g), aripioare picante (150g);

Valoare Energetică: 1045 kcal, Grăsimi (g): 40,63 din care: Acizi grași saturați (g): 12,46, Glucide (g): 111,13 din care Zaharuri (g): 20,73, Fibre (g): 6,02, Proteine (g): 53,95, Sare (g): 2,2; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou, muștar;**

Pizza Salami (550g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), salam (80g), ardei, ceapă, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1579 kcal, Grăsimi (g): 95,01 din care: Acizi grași saturați (g): 38,92, Glucide (g): 117 din care Zaharuri (g): 13,83, Fibre (g): 7,67, Proteine (g): 66,43, Sare (g): 4g; **Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), soia;**



Pizza Diavola (500g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), salam Pepperoni (80g), ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1447 kcal, Grăsimi (g): 95,01 din care: Acizi grași saturați (g): 35,62, Glucide (g): 106 din care Zaharuri (g): 11,13, Fibre (g): 4,54, Proteine (g): 68,56, Sare (g): 4g; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), soia;**

+ Adaugă Jalapeno

37

Pizza Vegetariană (600g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella/alternativă vegană (150g), ciuperci, broccoli, măsline, ceapă, ardei gras, porumb, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1167,47 kcal, Grăsimi (g): 51,85 din care: Acizi grași saturați (g): 23,94, Glucide(g): 127,12 din care Zaharuri(g): 17,91, Fibre(g): 10,25, Proteine(g): 54,47, Sare(g): 3,1; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), porumb;**

39

Pizza Capricciosa (620g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), salam (50g), Prosciutto Cotto, măsline, ciuperci, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1406 kcal, Grăsimi (g): 83,75 din care: Acizi grași saturați (g): 34,05, Glucide (g): 105,86 din care Zaharuri (g): 5,84, Fibre (g): 4,66, Proteine (g): 61,99, Sare (g): 3,5; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), soia. Poate conține urme de muștar;**

37

Tarte Flambée (550g)

aluat pizza (220g), sos de smântână (125g), Mozzarella (150g), ceapă, praz, bacon (125g), ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1489 kcal, Grăsimi (g): 95,85 din care: Acizi grași saturați (g): 37,09, Glucide (g): 113,67 din care Zaharuri (g): 11,61, Fibre (g): 4,69, Proteine (g): 45,6, Sare (g): 2,5; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu);**

36

Pizza Carnivora (650g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), salam (50g), Prosciutto Cotto, bacon cuburi, chorizo, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1674 kcal, Grăsimi (g): 103,6 din care: Acizi grași saturați (g): 41,16 Glucide (g): 114,15 din care Zaharuri (g): 12,02, Fibre (g): 6,52, Proteine (g): 80, Sare (g): 4,2; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), soia. Poate conține urme de muștar;**

39

Pizza cu anghinare (580g)

aluat pizza (220g), sos de smântână cu spanac (125g), Mozzarella (150g), anghinare, măsline, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 919,79 kcal, Grăsimi (g): 40,11 din care: Acizi grași saturați (g): 6,07, Glucide (g): 120,37 din care Zaharuri (g): 9,81, Fibre (g): 7,04, Proteine (g): 22,12, Sare (g): 2,4; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu);**

39

Pizza Quattro (620g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), salam (50g), Prosciutto Cotto, măsline, ceapă, ardei gras, porumb, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1452,2 kcal, Grăsimi (g): 82 din care: Acizi grași saturați (g): 33,24, Glucide (g): 117,16 din care Zaharuri (g): 13,66, Fibre (g): 7,96, Proteine (g): 64,61, Sare (g): 3,9; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), soia, porumb. Poate conține urme de muștar;**

37

Pizza Prosciutto Crudo și roșii cherry (550g)

aluat pizza, Mozzarella (150g), Prosciutto Crudo (60g), roșii cherry, rucola, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1339,94 kcal, Grăsimi (g): 73,09 din care: Acizi grași saturați (g): 28,16, Glucide (g): 110,59 din care Zaharuri (g): 8,23, Fibre (g): 5,6, Proteine (g): 65,75, Sare (g): 3,6; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu);**

39

Pizza Quattro Formaggi (500g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), Gorgonzola (30g), Grana Padano, Cheddar, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 905 kcal, Grăsimi (g): 38,42 din care: Acizi grași saturați (g): 12,27, Glucide (g): 109,61 din care Zaharuri (g): 10,54, Fibre (g): 6,42, Proteine (g): 33,19, Sare (g): 2,3; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu);**

37

Pizza cu ton(650g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), ton (100g), ciuperci, roșii cherry, ceapă, ardei gras, porumb, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1262,88, Grăsimi (g): 55,42 din care: Acizi grași saturați (g): 21,78, Glucide(g): 123,1 din care Zaharuri(g): 17,06, Fibre(g): 8,96, Proteine (g): 71,75, Sare(g): 2,6; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), porumb;**

40

Pizza Prosciutto (500g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), Prosciutto Cotto, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1238,5 kcal, Grăsimi (g): 62,19 din care: Acizi grași saturați (g): 26,19, Glucide (g): 113,58 din care Zaharuri (g): 11,72, Fibre (g): 7,17, Proteine (g): 58,68, Sare (g): 3,3; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu). Poate conține urme de muștar;**

37

Pizza Orientală (600g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), pulpă de pui condimentată (160g), ceapă, ardei Jalapeno, sos de usturoi cu iaurt grecesc și maioneză, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1570 kcal, Grăsimi (g): 108,52 din care: Acizi grași saturați (g): 34,54, Glucide (g): 123,87 din care Zaharuri (g): 12,2, Fibre (g): 10,71, Proteine (g): 87,52, Sare (g): 3,9; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu);**

39

Pizza Baby (650g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), Prosciutto Cotto, cartofi prăjiți (50g), ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1292 kcal, Grăsimi (g): 62,37 din care: Acizi grași saturați (g): 25,83, Glucide (g): 124,17 din care Zaharuri (g): 11,9, Fibre (g): 7,62, Proteine (g): 60,99, Sare (g): 3,31; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu). Poate conține urme de muștar;**

39

Pizza cu pere (520g)

aluat pizza (220g), sos de smântână (100g), Mozzarella (100g), pere, Gorgonzola, nuci, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1312 kcal, Grăsimi (g): 77,39 din care: Acizi grași saturați (g): 32,37, Glucide (g): 112,87 din care Zaharuri (g): 10,88, Fibre (g): 5,34, Proteine (g): 46,44, Sare(g): 2,3; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), nuci;**

39

Pizza Cheese (500g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), Cheddar (30g), ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1251,2 kcal, Grăsimi (g): 64,45 din care: Acizi grași saturați (g): 26,77, Glucide (g): 112,17 din care Zaharuri (g): 11,89, Fibre (g): 6,52, Proteine (g): 58,1, Sare (g): 2,8; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu);**

36

Pizza cu creveți (550g)

aluat pizza (220g), sos de roșii (80g), Mozzarella (150g), creveți* trași la tigaie în unt cu pătrunjel și usturoi, roșii cherry, ardei, rucola, ulei de măsline;

Valoare Energetică: 1222 kcal, Grăsimi (g): 58,61 din care: Acizi grași saturați (g): 24,92, Glucide (g): 116,08 din care Zaharuri (g): 13,26, Fibre (g): 7,59, Proteine (g): 57,32, Sare (g): 3,3; **Conține alergeni: lactoză, gluten(grâu), crustacee;**

44

**EXTRAS**

Cartofi wedges	
Cartofi pai	
Cartofi gratinați	
Cartofi dulci	
Cartofi parizieni cu rozmarin	
Orez cu Grana Padano și unt	
Salată asortată	
Salată coleslaw	
Salată murături	
Ardei iute	
Ou-ochi	
Ou poșat	
Avocado	
Bacon	
Focaccia cu sare, oregano, busuioc și roșii cherry	
Focaccia cu Grana Padano	
Focaccia cu semințe	
Maioneză/ Ketchup/ Usturoi/ BBQ/ Sweet Chilli/ Tzatziki/ Sos rose	
Sos cheddar	

DESERT

13	Cremșnit (180g)	25
	Foitaș, cremă de vanilie, zahăr pudră, frișcă, fructe proaspete;	
13	Valoare Energetică: 314 kcal, Grăsimi (g): 12,76 din care: Acizi grași saturați (g): 3,93, Glucide (g): 44,35 din care Zaharuri (g): 29,93, Fibre (g): 0,41, Proteine (g): 5,68, Sare (g): 0,11;	
18	Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou;	
18	Lava cake(270g)	30
	Prăjitură pe bază de ciocolată amăruie, înghețată de vanilie;	
18	Valoare Energetică: 461 kcal, Grăsimi (g): 35,63 din care: Acizi grași saturați (g): 21,01, Glucide (g): 33,75 din care Zaharuri (g): 25,24, Fibre (g): 2,12, Proteine (g): 7,35, Sare (g): 0,07;	
21	Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou;	
12	Clătite cu brânză la cuptor (450g)	28
	2 clătite, brânză dulce, stafide, smântână lichidă, zahăr, coajă de citrice;	
15	Valoare Energetică: 595,75 kcal, Grăsimi (g): 23,14 din care: Acizi grași saturați (g): 9,8, Glucide (g): 72,84 din care Zaharuri (g): 39,58, Fibre (g): 2,4, Proteine (g): 24,07, Sare (g): 0,4;	
15	Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou;	
2	Cheesecake cu oreo (200g)	26
	cremă de brânză, zahăr, ou, făină, biscuiți Oreo;	
3	Valoare Energetică: 784 kcal, Grăsimi (g): 50,6 din care: Acizi grași saturați (g): 27,67, Glucide (g): 72,34 din care Zaharuri (g): 27,76, Fibre (g): 0,67, Proteine (g): 13,12, Sare (g): 0,51;	
3	Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou;	
5	Tiramisu (180g)	28
	pișcoturi, mascarpone, ou, zahăr, rom, cafea;	
5	Valoare Energetică: 406,13 kcal, Grăsimi (g): 24,91 din care: Acizi grași saturați (g): 15,96, Glucide (g): 33,9 din care Zaharuri (g): 9,06, Fibre (g): 0,41, Proteine (g): 8,78, Sare (g): 0,11;	
5	Conține alergenii: lactoză, gluten(grâu), ou;	
18		
20		
18		
4		
6		