

CIORBE

Ciorbă ardelenescă de porc

Ingrediente: spată de porc, morcovi, ceapă, **țelină**, pătrunjel rădăcină, **smântână** (conține **lapte**), apă, orez, gălbenuș de **ou**, tarhon, **făină** (conține **gluten**), oțet, pătrunjel verde, sare

Valori nutriționale (100 g): energie: 74.28 kcal/311.06 kJ; grăsimi: 4.37 g, din care acizi grași saturați: 1.85 g; carbohidrați: 4.21 g, din care zaharuri: 0.89 g; proteine: 4.18 g; sare: 0.79 g

Ciorbă de pui cu legume

Ingrediente: carne de pui, morcovi, ceapă, **smântână** (conține **lapte**), orez, oțet, gălbenuș de **ou**, **făină** (conține **gluten**), sare

Valori nutriționale (100 g): energie: 53.3 kcal/222.69 kJ; grăsimi: 1.55 g, din care acizi grași saturați: 0.73 g; carbohidrați: 3.53 g, din care zaharuri: 0.51 g; proteine: 5.95 g; sare: 0.77 g

Ciorbă de perișoare

Ingrediente: carne tocată de porc, orez, morcovi, ceapă, **țelină**, **smântână** (conține **lapte**), apă, pătrunjel rădăcină, **ouă**, oțet, pătrunjel verde, sare

Valori nutriționale (100 g): energie: 92.07 kcal/385.39 kJ; grăsimi: 4.5 g, din care acizi grași saturați: 2.06 g; carbohidrați: 8.25 g, din care zaharuri: 0.89 g; proteine: 4.21 g; sare: 0.81 g

Ciorbă de legume

Ingrediente: borș (conține **gluten**), cartofi, fasole verde, morcovi, ceapă, ardei gras, varză, **țelină**, pătrunjel rădăcină, mazăre, ulei de floarea-soarelui, pastă de tomate [conține amidon modificat, acidifiant (acid tartric), conservanți (sorbit de potasiu, benzoat de sodiu), antioxidant (acid ascorbic), aromatizant natural], pătrunjel verde, sare

Valori nutriționale (100 g): energie: 37.59 kcal/158.09 kJ; grăsimi: 2.05 g, din care acizi grași saturați: 0.25 g; carbohidrați: 3.44 g, din care zaharuri: 1.06 g; proteine: 0.96 g; sare: 0.82 g

Ciorbă de vacuță

Ingrediente: carne de mânzat, cartofi, varză, morcovi, ceapă, **țelină**, pătrunjel rădăcină, fasole verde, ardei gras, mazăre, pastă de tomate [conține amidon modificat, acidifiant (acid tartric), conservanți (sorbit de potasiu, benzoat de sodiu), antioxidant (acid ascorbic), aromatizant natural], oțet, pătrunjel verde, sare

Valori nutriționale (100 g): energie: 93.4 kcal/391.32 kJ; grăsimi: 0.99 g, din care acizi grași saturați: 0.36 g; carbohidrați: 0.16 g, din care zaharuri: 0.06 g; proteine: 20.67 g; sare: 0.16 g

Ciorbă de fasole cu afumătură

Ingrediente: fasole boabe, costiță afumată, morcovi, păstârnac, ceapă, pătrunjel rădăcină, tarhon, pastă de tomate [conține amidon modificat, acidifiant (acid tartric), conservanți (sorbit de potasiu, benzoat de sodiu), antioxidant (acid ascorbic), aromatizant natural], oțet, pătrunjel verde, sare, cimbru

Valori nutriționale (100 g): energie: 69.49 kcal/291.19 kJ; grăsimi: 1.12 g, din care acizi grași saturați: 0.42 g; carbohidrați: 7.5 g, din care zaharuri: 2.41 g; proteine: 5.3 g; sare: 2.46 g

FELURI PRINCIPALE

Sarmale Ingrediente: varză albă, carne tocată, ceapă, ardei gras, orez, ulei de floarea-soarelui, costiță afumată (costiță de porc, sare, apă, fum), pastă de tomate [conține amidon modificat, sare, acidifiant (acid tartric), conservanți (sorbit de potasiu, benzoat de sodiu), antioxidant (acid ascorbic), aromatizant natural], sare, sare de lămâie (acid citric), piper, cimbru, foi de dafin Valori nutriționale (100 g): energie: 117.62 kcal/489.88 kJ; grăsimi: 4.74 g, din care acizi grași saturați: 1.92 g; carbohidrați: 10.04 g, din care zaharuri: 0.78 g; proteine: 6.15 g; sare: 1.24 g		
Ceafă de porc Ingrediente: ceafă de porc dezosată*, ulei de floarea-soarelui, sare, piper Valori nutriționale (100 g): energie: 323.37 kcal/1355.87 kJ; grăsimi: 24.31 g, din care acizi grași saturați: 8.59 g; carbohidrați: 0.09 g, din care zaharuri: 0.09 g; proteine: 26.7 g; sare: 2.83 g		
Mici Ingrediente: pastă de mici, sare, ulei de floarea-soarelui, piper Valori nutriționale (100 g): energie: 382.45 kcal/1601.92 kJ; grăsimi: 30.51 g, din care acizi grași saturați: 16.59 g; carbohidrați: 1.51 g, din care zaharuri: 0.09 g; proteine: 25.51 g; sare: 5.29 g		
Cârnați oltenești Ingrediente: cârnați oltenești afumați (conțin fibră de soia), ulei de floarea-soarelui Valori nutriționale (100 g): energie: 377.5 kcal/1577.56 kJ; grăsimi: 35.55 g, din care acizi grași saturați: 19.33 g; carbohidrați: 0.67 g, din care zaharuri: 0.64 g; proteine: 13.7 g; sare: 2.13 g		
Cârnați afumați de casă Ingrediente: cârnați afumați de casă (conțin fibră de soia), ulei de floarea-soarelui Valori nutriționale (100 g): energie: 537.13 kcal/2244.63 kJ; grăsimi: 50.97 g, din care acizi grași saturați: 22.95 g; carbohidrați: 0.63 g, din care zaharuri: 0.33 g; proteine: 19.5 g; sare: 2.52 g		
Șnițel de Pui Ingrediente: piept de pui, ulei de floarea-soarelui, ouă, făină, pesmet (conține gluten), sare, piper Valori nutriționale (100 g): energie: 279.32 kcal/1168 kJ; grăsimi: 7.35 g, din care acizi grași saturați: 2,6 g; carbohidrați: 20,4 g, din care zaharuri: 1.2 g; proteine: 29.06 g; sare: 3,1 g		
Piept de pui Ingrediente: piept de pui, ulei de floarea-soarelui, sare, piper Valori nutriționale (100 g): energie: 151 kcal/686,2 kJ; grăsimi: 21.85 g, din care acizi grași saturați: 5.16 g; carbohidrați: 6.84 g, proteine: 22,9 g; sare: 2.78 g		

Ingredientele marcate **îngroșat** reprezintă alergeni

*Ingredientele marcate cu * provin din produse congelate

Snițel de Porc Ingrediente: mușchiuleț de porc*, ulei de floarea-soarelui, ouă, făină (conține gluten), sare, piper Valori nutriționale (100 g): energie: 751.32 kcal/3143.62 kJ; grăsimi: 64.78 g, din care acizi grași saturați: 8.16 g; carbohidrați: 9.84 g, din care zaharuri: 0.72 g; proteine: 33.91 g; sare: 2.78 g		

GARNITURI

Piure de cartofi Ingrediente: fulgi de cartofi, lapte , unt (conține lapte), sare Valori nutriționale (100 g): energie: 280.97 kcal/1175.75 kJ; grăsimi: 1.96 g, din care acizi grași saturați: 1.14 g; carbohidrați: 56.81 g, din care zaharuri: 3.07 g; proteine: 5.89 g; sare: 1.26 g		
Cartofi prăjiți* Ingrediente: cartofi, ulei de floarea-soarelui, sare Valori nutriționale (100 g): energie: 655 kcal/2753.77 kJ; grăsimi: 57.91 g, din care acizi grași saturați: 6.17 g; carbohidrați: 29 g, din care zaharuri: 0 g; proteine: 3.99 g; sare: 2.33 g		
Varză călită Ingrediente: varză albă, ulei de floarea-soarelui, piper, foi de dafin Valori nutriționale (100 g): energie: 79.92 kcal/332.36 kJ; grăsimi: 4.85 g, din care acizi grași saturați: 0.49 g; carbohidrați: 5.29 g, din care zaharuri: 0.05 g; proteine: 1.74 g; sare: < 0.01 g		
Iahnie de fasole Ingrediente: fasole boabe, ceapă, ulei de floarea-soarelui, pastă de tomate [conține amidon modificat, acidifiant (acid tartric), conservanți (sorbit de potasiu, benzoat de sodiu), antioxidant (acid ascorbic), aromatizant natural], usturoi, foi de dafin Valori nutriționale (100 g): energie: 115.19 kcal/482.35 kJ; grăsimi: 4.04 g, din care acizi grași saturați: 0.39 g; carbohidrați: 10.09 g, din care zaharuri: 1.12 g; proteine: 6.6 g; sare: < 0.01 g		
Cartofi aurii Ingrediente: cartofi, ulei de floarea-soarelui, sare, boia dulce, patrunjel Valori nutriționale (100 g): energie: 148,9 kcal/ 623 kJ; grăsimi: 6.9 g, din care acizi grași saturați: 4.17 g; carbohidrați: 21,1 g, din care zaharuri: 0 g; proteine: 6 g; sare: 2.33 g		
Cartofi țărănești Ingrediente: cartofi, ceapa, costita afum. ulei de floarea-soarelui, sare, piper, patrunjel Valori nutriționale (100 g): energie: 503 kcal/2104 kJ; grăsimi: 57.91 g, din care acizi grași saturați: 6.17 g; / Lipide 35g/ Lipide saturate 12g carbohidrați: 39 g, proteine: 9g; sare: 1.33 g		
Orez/Pilaf Ingrediente: orez, morcovi, ceapă, ulei de floarea-soarelui, pătrunjel verde, sare, piper Valori nutriționale (100 g): energie: 118.04 kcal/493.46 kJ; grăsimi: 3.34 g, din care acizi grași saturați: 0.37 g; carbohidrați: 19.32 g, din care zaharuri: 0.95 g; proteine: 1.98 g; sare: 0.91 g		
Mămăliguță Ingrediente: apă, mălai Valori nutriționale (100 g): energie: 138 kcal/577.6 kJ; grăsimi: 0.44 g, din care acizi grași saturați: 0.04 g; carbohidrați: 29.52 g, din care zaharuri: 0.6 g; proteine: 3.52 g; sare: < 0.01 g		

SALATE

Salată de varză Ingrediente: varză Valori nutriționale (100 g): energie: 30 kcal/127 kJ; grăsimi: 0.19 g, din care acizi grași saturați: 0.03 g; carbohidrați: 4.18 g, din care zaharuri: 4.15 g; proteine: 1.38 g; sare: 0.03 g		
Salată de roșii și castraveți Ingrediente: roșii și castraveți Valori nutriționale (100 g): energie: 107 kcal/451 kJ; grăsimi: 7.95 g, din care acizi grași saturați: 0.02 g; carbohidrați: 10.23 g, din care zaharuri: 5.8 g; proteine: 2.17 g; sare: 0.03 g		
Salată asortată de murături Ingrediente: castraveți murați [conțin muștar , corector de aciditate (acid acetic)], gogoșari murați Valori nutriționale (100 g): energie: 14.77 kcal/60.46 kJ; grăsimi: 0.15 g, din care acizi grași saturați: 0.04 g; carbohidrați: 2.32 g, din care zaharuri: 1.82 g; proteine: 0.48 g; sare: 1.51 g		
Ardei iute Ingrediente: Ardei Valori nutriționale . Kcal 5/ Kj 21/ Proteine 0g/ Lipide 0g/ Lipide saturate 0g/ Carbohidrați 1g/ Zaharuri 1/ Sare 0.3g		
Ceapă roșie Ingrediente: ceapa rosie Valori nutriționale (100 g): energie: 39 kcal/163 kJ; grăsimi: 0.1 g, carbohidrați: 8,3 g, din care zaharuri: 4.2 g; proteine: 1,2 g; fibre: 1,7 g		
Pâine Ingrediente: făină albă de grâu tip 650 (conține gluten), apă, făină de secară (conține gluten), maia, fulgi de cartofi, sare iodată, drojdie, fulgi de cartofi Valori nutriționale (100 g): energie: 241.6 kcal/1009 kJ; grăsimi: 0.4 g, din care acizi grași saturați: 0.4 g; carbohidrați: 52 g, din care zaharuri: 0 g; proteine: 7.5 g; sare: g		

<p>Mujdei</p> <p>Ingrediente: apă, ulei de floarea-soarelui, sare</p> <p>Valori nutriționale (100 g): energie: 400 kcal/ 1674 kJ; grăsimi: 40 g, carbohidrați: 6.7 g, proteine: 6,7 g; sare: 1.8 g</p>		
<p>Smântână</p> <p>Valori nutriționale Val. En. Kcal 195/ KJ 782/ Proteine 2g/ Lipide 16g/ Lipide saturate 9g/ Carbohidrați 2g/ Zaharuri 1g/ Sare 0.1g</p>		
<p>Sos de usturoi</p> <p>Ingrediente: apă, ulei de floarea-soarelui, amidon modificat din porumb, muștar [conține muștar, gluten, colorant (riboflavină)], zahăr, sare iodată, usturoi deshidratat, oțet din alcool, acidifiant (acid citric), conservant (sorbit de potasiu), stabilizator (gumă xantan), antioxidant (calciu disodic EDTA)</p> <p>Valori nutriționale (100 g): energie: 276 kcal/1141 kJ; grăsimi: 26 g, din care acizi grași saturați: 0.26 g; carbohidrați: 10.03 g, din care zaharuri: 3.56 g; proteine: 1.14 g; sare: 1.39 g</p>		
<p>Muștar</p> <p>Ingrediente: apă, făină de muștar, oțet din alcool, zahăr, făină de grâu (conține gluten), sare iodată, ulei de floarea-soarelui, condimente, coloranți (riboflavine)</p> <p>Valori nutriționale (100 g): energie: 127 kcal/533 kJ; grăsimi: 4.8 g, din care acizi grași saturați: 0.3 g; carbohidrați: 14.8 g, din care zaharuri: 8.7 g; proteine: 5.6 g; sare: 1.3 g</p>		
<p>Ketchup</p> <p>Ingrediente: apă, pastă de tomate [conține amidon modificat, acidifiant (acid tartric), conservanți (sorbit de potasiu, benzoat de sodiu), antioxidant (acid ascorbic), aromatizant natural], zahăr, amidon modificat din porumb, oțet din vin, sare iodată, acidifiant (acid citric), arome naturale, conservanți (benzoat de sodiu și sorbit de potasiu)</p> <p>Valori nutriționale (100 g): energie: 95 kcal/402 kJ; grăsimi: 0.1 g, din care acizi grași saturați: 0.05 g; carbohidrați: 22.5 g, din care zaharuri: 20.7 g; proteine: 0.93 g; sare: 2.15 g</p>		