

FIȘE TEHNOLOGICE PE PREPARAT

GRAMAJE PER PORȚIE, VALORI NUTRIȚIONALE ȘI ALERGENI

PENTRU POOL & LOUNGE

PALACE BY ORIENT



Transmiterea rețetelor către terți, precum și publicarea, multiplicarea, răspândirea sau orice altă utilizare a rețetelor, ideilor și soluțiilor nu este permisă fără acordul prealabil.

CHICKEN FINGERS & CHIPS

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 100 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~840 KJ / 195 KCAL
PROTEINE	~10 G
GRĂSIMI	~9 G
SARE	~3 G

 ALERGENI:

- GLUTEN
- OUĂ
- LAPTE

FRIGĂRUI PUI CU LEGUME

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 100 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~380 KCAL
PROTEINE	~37 G
CARBOHIDRAȚI	~79 G
GRĂSIMI	~10 G
FIBRE	~4 G

 ALERGENI:

- SOIA
- LAPTE

CREVEȚI PIL PIL
PORȚIE STANDARD≈243G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
CREVEȚI DECORTICAȚI CRUZI	120
SOS PIL PIL	120
ULEI DE IERBURI	3
PĂTRUNJEL	

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 243 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~410 KCAL
PROTEINE	~32 G
LIPIDE	~26 G
CARBOHIDRAȚI	~9 G

 ALERGENI:

- CRUSTACEE (CREVEȚI)
- SULFIȚI (VIN ALB)
- ȚELINĂ (POSIBIL ÎN PUDRA DE SUPĂ)

HUMMUS CU SALATĂ TABBOULEH
PORȚIE STANDARD ≈ 200 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
HUMMUS	100
TABBOULEH	100

TABBOULEH	100 G
PĂTRUNJEL	30
ROȘII	30
BULGUR	25
CEAPĂ VERDE	5
MENTĂ	5
ZEAMĂ DE LĂMÂIE	5
ULEI DE MĂSLINE	5
SARE	2

HUMMUS CU SALATĂ TABBOULEH

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 200 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~420 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~28 G ~4 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~30 G ~3 G
PROTEINE	~13 G
FIBRE ALIMENTARE	~9 G
SODIU (SARE)	~1,2 G

 ALERGENI:

- SUSAN (TAHINI DIN HUMMUS)
- GLUTEN (BULGUR DIN TABBOULEH)
- USTUROI, CEAPĂ VERDE (POT FI ALERGENI LA PERSOANE SENSIBILE)
- LĂMÂIE (ACIDITATE)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (HUMMUS)

WRAP PUI
PORȚIE STANDARD≈300 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
TORTILLA (WRAP)	60
SALATĂ DE VINETE PRĂJITE	50
SALATĂ VERDE	20
PIEPT DE PUI	100
BRÂNZĂ FETA	30
SOS DE IAURT CU MĂRAR ȘI USTUROI	40

WRAP PUI

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~615 KCAL
LIPIDE	~26 G
CARBOHIDRAȚI	~43 G
PROTEINE	~43 G
FIBRE ALIMENTARE	~5 G
SODIU (SARE)	~1,4 G

⚠ ALERGENI:

- GLUTEN (TORTILLA)
- LACTATE (FETA, IAURT)
- USTUROI (SOS)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SALATA DE VINETE)

WRAP VEGAN
PORȚIE STANDARD≈300G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
TORTILLA (WRAP)	60
SALATĂ DE VINETE PRĂJITE	50
SALATĂ VERDE	20
FALAFEL	100
BRÂNZĂ FETA	30
SOS DE IAURT CU MĂRAR ȘI USTUROI	40

WRAP VEGAN

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~580 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~30 G ~6 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~50 G ~5 G
PROTEINE	~22 G
FIBRE ALIMENTARE	~8 G
SODIU (SARE)	~1,5 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (TORTILLA)
- LACTATE (FETA, IAURT)
- LEGUMINOASE (NĂUT ÎN FALAFEL)
- USTUROI (SOS)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SALATA DE VINETE)

SALATA PALACE
PORȚIE STANDARD ≈ 200G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
RUCCOLA	30
BURRATA	100
NUCI/ALUNE DE PĂDURE	15
CRUTOANE	20
ROȘII CHERRY CONFIATE	40
DRESSING	40

SALATA PALACE

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 200 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~691 KCAL
PROTEINE	~17,8 G
LIPIDE	~56 G
CARBOHIDRAȚI	~28,4 G

⚠ ALERGENI:

- LAPTE (BURRATA, PARMEZAN DIN DRESSING)
- OLEAGINOASE (NUCI / ALUNE DE PĂDURE)
- GLUTEN (CRUTOANE)
- USTUROI (DRESSING)
- SULFANI (ÎN ROȘII CONFIATE – VERIFICĂ ETICHETA)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (DRESSING RODIE ȘI CHIA)

SALATA CAESAR
PORȚIE STANDARD ≈ 300G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
SALATĂ VERDE	80
TWILL PARMEZAN	10
PIEPT DE PUI LA GRĂȚAR	100
ROȘII CHERRY	50
CRUTOANE	20
DRESSING CAESAR	40

SALATA CAESAR

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~550 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~40 G ~10 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~15 G ~4 G
PROTEINE	~32 G
FIBRE ALIMENTARE	~3 G
SODIU (SARE)	~1,2 G

 ALERGENI:

- LACTATE (PARMESAN, MAIONEZĂ, LAPTE)
- OUĂ (MAIONEZĂ, WORCESTERSHIRE)
- PEȘTE (ANȘOA)
- MUȘTAR (MUȘTAR DIJON)
- GLUTEN (CRUTOANE, POSSIBLE ÎN DRESSING)
- SULFANI (WORCESTERSHIRE, CRUTOANE)

SALATĂ GRECEASCĂ
PORȚIE STANDARD ≈ 200 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
LEGUME (ROȘII, CASTRAVEȚI, ARDEI, CEAPĂ)	130
MĂSLINE KALAMATA	15
FETA (BRÂNZĂ)	30
DRESSING	25

SALATĂ GRECEASCĂ

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 200 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~240 KCAL
GRĂSIMI TOTALE – DIN CARE SATURATE	~20 G ~6 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~7 G ~5 G
PROTEINE	~6–7 G
FIBRE ALIMENTARE	~2–3 G
SODIU (SARE)	~1,2 G



ALERGENI:

- LAPTE (FETA)
- SULFITI (DACĂ SE FOLOSEȘTE OȚET DIN VIN)
- MĂSLINE CONSERVATE – POT CONȚINE URME DE SULFIȚI

OBSERVAȚII:

VALORILE POT VARIA ÎN FUNCȚIE DE:

- TIPUL EXACT DE FETA (GRASIME 45% VS 60%)
- CALITATEA ȘI CANTITATEA ULEIULUI FOLOSIT
- TIPUL DE MĂSLINE ȘI CONSERVANT

FOCACCIA
≈ 261 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
ROZMARIN SAU OREGANO ȘI USTUROI SAU PARMEZAN	OPȚIONAL

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE SIMPLĂ

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~750 KCAL
PROTEINE	~18 G
LIPIDE	~18 G
CARBOHIDRAȚI	~120 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (FĂINĂ DIN ALUAT)
- LACTOZĂ (PARMEZAN)
- POATE CONȚINE URME DE SOIA/SUSAN (ÎN FUNCȚIE DE FĂINĂ FOLOSITĂ)

PIZZA MARGHERITA
≈ 380 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
SOS DE ROȘII	60
MOZZARELLA	50
BUSUIOC PROASPĂT	

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE:

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~912 KCAL
PROTEINE	~28,6 G
LIPIDE	~19,1 G
CARBOHIDRAȚI	~147,7 G

 ALERGENI:

- LAPTE (MOZZARELLA)
- GLUTEN (FĂINĂ)
- DROJDIE (POATE CAUZA REACȚII LA PERSOANE SENSIBILE)
- BUSUIOC PROASPĂT (POSIBIL ALERGEN RAR)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SOS DE ROȘII)

PIZZA SALAMI
≈ 420 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
SOS DE ROȘII	50-60
MOZZARELLA	50
SALAM	8-10 FELII
BUSUIOC PROASPĂT	

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE:

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~1047 KCAL
PROTEINE	~35,2 G
LIPIDE	~31,1 G
CARBOHIDRAȚI	~148,2 G

 ALERGENI:

- LAPTE (MOZZARELLA, SALAM)
- GLUTEN (FĂINĂ)
- DROJDIE (POATE CAUZA REACȚII LA PERSOANE SENSIBILE)
- BUSUIOC PROASPĂT (POSIBIL ALERGEN RAR)
POSIBIL SOIA SAU CONSERVANȚI (ÎN SALAM, ÎN FUNCȚIE DE PRODUCĂTOR)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SOS DE ROȘII)

PIZZA PROSCIUTTO COTTO
≈ 400 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
SOS DE ROȘII	50-60
MOZZARELLA	20
ȘUNCĂ	50-60
BUSUIOC PROASPĂT	

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE:

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~882,75 KCAL
PROTEINE	~39,17 G
LIPIDE	~16,22 G
CARBOHIDRAȚI	~143,92 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (FĂINĂ DIN ALUAT)
- LACTOZĂ (MOZZARELLA, ȘUNCĂ)
- SOIA (POSIBILĂ ÎN PASTA DE CONDIMENTE SAU ȘUNCĂ – A SE VERIFICA ETICHETELE PRODUSELOR)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SOS DE ROȘII)

PIZZA PROSCIUTTO COTTO ȘI CIUPERCI
≈ 410 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
SOS DE ROȘII	50-60
MOZZARELLA	20
ȘUNCĂ	45
CIUPERCI CHAMPIGNON	25
BUSUIOC PROASPĂT	

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE:

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~873,75 KCAL
PROTEINE	~37,85 G
LIPIDE	~15,7 G
CARBOHIDRAȚI	~144,6 G

⚠ **ALERGENI:**

- GLUTEN (FĂINĂ DIN ALUAT)
- LACTOZĂ (MOZZARELLA, ȘUNCĂ)
- SOIA

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SOS DE ROȘII)

PIZZA QUATTRO FORMAGGI
≈ 400 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
SOS ALB	50
MOZZARELLA	30
RICOTTA	30
PARMEZAN	30
GORGONZOLA	20
OREGANO	

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE:

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~1164,85 KCAL
PROTEINE	~48,25 G
LIPIDE	~41,10 G
CARBOHIDRAȚI	~144,84 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (FĂINĂ DIN ALUAT)
- LACTOZĂ ȘI LAPTE MUCEGAI

PIZZA PALACE
≈ 515 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)
ALUAT	290
SOS DE ROȘII	50-60
MOZZARELLA	40
RUCOLA	5
BURRATA 1 BUC	100
ROȘII CHERRY 2 BUC TĂIATE ÎN 4	100
PARMEZAN	10
ULEI DE IERBURI	5

VALORI NUTRIȚIONALE ESTIMATIVE / PORȚIE:

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
VALOARE ENERGETICĂ	~1204 KCAL
PROTEINE	~44,56 G
LIPIDE	~46,36 G
CARBOHIDRAȚI	~147,65 G

⚠ **ALERGENI:**

- GLUTEN (FĂINĂ DIN ALUAT)
- LAPTE (MOZZARELLA, PARMEZAN, BURRATA)

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SOS DE ROȘII)

PASTA CU SOS DE ROȘII
PORȚIE STANDARD ≈ 300 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
PASTE USCATE (TAGLIATELLE SAU PENNE)	100 G	≈ 200 G GĂTITE
SOS DE ROȘII	100 G	

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~480 KCAL
LIPIDE	~12 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~79 G ~6 G
PROTEINE	~13 G
FIBRE	~3 G
SODIU (SARE)	~1,5 G

⚠ **ALERGENI:**

- GLUTEN (PASTE DE GRÂU)
- POSIBIL URME DE SOIA SAU CONSERVANȚI

ADITIVI ALIMENTARI:

- XANTAN (SOS DE ROȘII)

PASTA ALLA CARBONARA
PORȚIE STANDARD ≈ 350 G

COMPONENTĂ	CANTITAT E (G)	NOTĂ
PASTE USCATE (TAGLIATELLE SAU PENNE)	100 G	≈ 200 G GĂTITE
GUANCIALE	60 G	CUBURI, PRĂJIT CROCANT
OU	80	1 ÎNTREG + 1 GĂLBENUȘ
PECORINO ROMANO	30	RAS
PIPER NEGRU	2	PROASPĂT MĂCINAT

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 350 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~990 KCAL
LIPIDE	~60,7 G
CARBOHIDRAȚI	~77,5 G
PROTEINE	~41,9 G

⚠ **ALERGENI:**

- GLUTEN (PASTE DIN GRÂU)
- OUĂ
- LACTATE (PECORINO)
- SULFURI (POSIBIL ÎN GUANCIALE PROCESAT)

PASTA CU RAGÙ
PORȚIE STANDARD ≈ 350 G

COMPONENTĂ	CANTITAT E (G)	NOTĂ
PASTE USCATE (TAGLIATELLE SAU PENNE)	100 G	≈ 200 G GĂTITE
RAGÙ BOLOGNESE	150	
ULEI DE MĂSLINE	10	
PARMEZAN	10	RAS

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 350 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~630 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~18 G ~5 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~85 G ~6 G
PROTEINE	~29 G
FIBRE	~5 G
SODIU (SARE)	~1,5 G

⚠ **ALERGENI:**

- GLUTEN (PASTE DE GRÂU)
- ȚELINĂ (APIO)
- SULFURI (VIN ROȘU)
- LACTATE (PARMEZAN, DACĂ ESTE FOLOSIT)

PASTA CU DOVLECEI ȘI CREVEȚI
PORȚIE STANDARD ≈ 450 G

COMPONENTĂ	CANTITAT E (G)	NOTĂ
PASTE USCATE (TAGLIATELLE SAU PENNE)	100 G	≈ 200 G GĂTITE
CREVEȚI DECORTICAȚI CRUZI	100 G	
DOVLECEI	80 G	FELII SUBȚIRI
USTUROI	5 G	TOCAT FIN
ROȘII CHERRY	50 G	JUMĂTĂȚI
ULEI DE MĂSLINE	15 G	
VIN ALB	20	SEC
SARE & PIPER		DUPĂ GUST

PASTA CU DOVLECEI ȘI CREVEȚI

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 450 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~643 KCAL
LIPIDE	~17 G
CARBOHIDRAȚI	~82 G
PROTEINE	~36 G

⚠ **ALERGENI:**

- CRUSTACEE (CREVEȚI)
- GLUTEN (PASTE DE GRÂU)
- SULFIȚI (VIN ALB, DACĂ SUNT ADĂUGAȚI)
- USTUROI (ALERGEN ALIMENTAR LA PERSOANE SENSIBILE)

CHEESEBURGER CLASSIC
PORȚIE STANDARD ≈ 355 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
CHIFLĂ BURGER	50	
CARNE DE VITĂ	200	
CHEDDAR	30	
SALATĂ VERDE	10	
CASTRAVEȚI MURAȚI	10	
CEAPĂ CARAMELIZATĂ	10	
CEAPA ROȘIE MURATA	5	
SOS DE CASĂ	20	
SOS SMASH	20	

CHEESEBURGER CLASSIC

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 355 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~1050 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~79 G ~32 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~43 G ~8 G
PROTEINE	~52 G
FIBRE	~3 G
SODIU (SARE)	~2 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (CHIFLĂ)
- LACTATE (CHEDDAR)
- OUĂ (MAIONEZĂ DIN SOSURI)
- MUȘTAR (SOS SMASH & SOS DE CASĂ)
- SOIA (WORCESTERSHIRE)
- SULFURI (WORCESTERSHIRE)

PALACE BURGER
PORȚIE STANDARD≈435G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
CHIFLĂ BURGER	50	
CARNE DE VITĂ	200	
CHEDDAR	30	
OU PRĂJIT	40	
BACON	20	CROCANT
SALATĂ VERDE	10	
CASTRAVEȚI MURAȚI	15	
CEAPĂ CAMELIZATĂ	15	
CEAPA ROȘIE MURATA	15	
SOS DE CASĂ	20	
SOS SMASH	20	

PALACE BURGER

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 435 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~1220 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~100 G ~35 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~38 G ~6 G
PROTEINE	~67 G
FIBRE	~3 G
SODIU (SARE)	~2 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (CHIFLĂ)
- LACTATE (CHEDDAR)
- OUĂ (MAIONEZĂ DIN SOSURI)
- MUȘTAR (SOS SMASH & SOS DE CASĂ)
- SOIA (WORCESTERSHIRE)
- SULFURI (WORCESTERSHIRE)

JUNIOR BURGER
PORȚIE STANDARD≈300G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
CHIFLĂ BURGER	50	
CARNE DE VITĂ	100	
CHEDDAR	20	
BACON	15	CROCANT
SALATĂ VERDE	10	
CASTRAVEȚI MURAȚI	10	
CEAPĂ CAMELIZATĂ	10	
CEAPA ROȘIE MURATA	10	
SOS DE CASĂ	20	
SOS SMASH	20	

JUNIOR BURGER

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~800 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~56 G ~20 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~40 G ~5 G
PROTEINE	~42 G
FIBRE	~3 G
SODIU (SARE)	~1,8 G

 ALERGENI:

- GLUTEN (CHIFLĂ)
- LACTATE (CHEDDAR)
- OUĂ (MAIONEZĂ DIN SOSURI)
- MUȘTAR (SOS SMASH & SOS DE CASĂ)
- SOIA (WORCESTERSHIRE)
- SULFURI (WORCESTERSHIRE)

FILE DORADA / SOMON

PORTIE STANDARD ≈ 200 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
FILET DE PEȘTE	100	
OREZ BASMATI	150	FIERT

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 200 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~620 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~20 G ~3 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~68 G ~6 G
PROTEINE	~38 G
FIBRE	~5 G
SODIU (SARE)	~1,2 G

 ALERGENI:

- PEȘTE (FILET)
- USTUROI
- SULFURI (POSIBIL ÎN OȚET, VERIFICA ETICHETA)

CEAFĂ DE MANGALIȚA MATURATA
CU CARTOFI AROMATIZAȚI

PORȚIE STANDARD ≈ 380 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
CEAFA MANGALIȚA	100	
ROSMARIN	20	
CARTOFI	150	
ULEI	10	
SARE, PIPER, ROZMARIN, USTUROI	DUPĂ GUST	

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 100 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~1464 KJ / 350 KCAL
LIPIDE	~25 G
CARBOHIDRAȚI	~20 G
PROTEINE	~12 G
FIBRE	~3 G
SARE	~1 G

⚠ **ALERGENI:**

POSSIBILE URME DE GLUTEN / LACTATE DACĂ SUPRAFAȚA SAU ULEIUL
E CONTAMINAT (CROSS CONTACT).

ANTRICOT PREMIUM ITALIA

PORȚIE STANDARD ≈ 220 G + 200 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
ANTRICOT VITĂ	100	
RUCOLA	20	
CARTOFI	150	
ULEI	10	
SARE, PIPER, ROZMARIN, USTUROI	DUPĂ GUST	

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~350 KCAL
LIPIDE	~17 G
CARBOHIDRAȚI	~26 G
PROTEINE	~23 G
FIBRE	~3 G

⚠ **ALERGENI:**

POSSIBILE URME DE GLUTEN / LACTATE DACĂ SUPRAFAȚA SAU ULEIUL E CONTAMINAT (CROSS CONTACT).

TAGLIATA DE VITĂ
PORȚIE STANDARD ≈ 250 G

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 100 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~240 KCAL
GRASIMI	~12 G
SARE	~2 G
CARBOHIDRAȚI	19 G

 ALERGENI:

- LAPTE

TOMAHAWK ITALIA /
RIBEYE CU OS VITĂ* ITALIA

PORTIE STANDARD ≈ 300 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
TOMAHAWK VITĂ	100	
RUCOLA	20	
CARTOFI	150	
ULEI	10	
SARE, PIPER, ROZMARIN, USTUROI	DUPĂ GUST	

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORTIE 300 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~340 KCAL
LIPIDE	~18 G
CARBOHIDRAȚI	~26 G
PROTEINE	~21 G
FIBRE	~3 G

⚠ **ALERGENI:**

POSSIBILE URME DE GLUTEN / LACTATE DACĂ SUPRAFAȚA SAU ULEIUL
E CONTAMINAT (CROSS CONTACT).

CARTOFI PRĂJIȚI
PORȚIE STANDARD ≈ 200 G

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 200 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~600 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~30 G ~3,5 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~70 G ~1 G
PROTEINE	~6 G
FIBRE	~5 G
SODIU (SARE)	~0,5 G

 ALERGENI:

NICIUNUL SPECIFIC, ÎNSĂ:

- VERIFICĂ AMBALAJUL PENTRU POSIBILE URME DE GLUTEN (ÎN CAZUL UNUI ÎNVELIȘ CU AMIDON)
- ULEIUL FOLOSIT POATE CONȚINE REZIDUURI DIN ALTE PRODUSE CU ARACHIDE SAU SOIA (DACĂ FRITEUZA ESTE FOLOSITĂ ÎN COMUN)

SOS CHEDDAR
PORȚIE STANDARD ≈ 25 G

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 25 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~85 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~6,8 G ~4,2 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~3,1 G ~1,7 G
PROTEINE	~2,3 G
FIBRE	~0,1 G
SODIU (SARE)	~0,4 G

 ALERGENI:

- LACTATE (LAPTE, UNT, CHEDDAR)
- GLUTEN (FĂINĂ DE GRÂU)
- NUCȘOARĂ (POATE FI ALERGEN ALIMENTAR LA PERSOANE SENSIBILE)

SOS ALIOLI
PORȚIE STANDARD ≈ 25 G

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 25 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~152 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~16,8 G ~1,8 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~0,7 G ~0,1 G
PROTEINE	~0,5 G
FIBRE	~0,1 G
SODIU (SARE)	~0,4 G

 ALERGENI:

- OUĂ (GĂLBENUȘ)
- MUȘTAR (DIJON)
- USTUROI (ALERGEN ALIMENTAR LA PERSOANE SENSIBILE)

TIRAMISU CLASIC ITALIAN

PORȚIE STANDARD ≈ 220 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
CREMĂ (MASCARPONE + OU + ZAHĂR + COAJĂ DE LĂMÂIE RASĂ)	90	
PIȘCOTURI	40	SAVOIARDI
ESPRESSO TARE	15	SAU CAFEA
PUDRĂ DE CACAO	5	DECOR

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 100 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~285 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~24 G ~14 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~16 G ~20 G
PROTEINE	~6 G
FIBRE	~1 G
CAFEINĂ	~30 MG
SARE	~0,23 MG

⚠️ ALERGENI:

- LAPTE
- OUĂ
- SOIA

PANNA COTTA CU FRUCTE DE PĂDURE
PORȚIE STANDARD ≈ 220 G

COMPONENTĂ	CANTITATE (G)	NOTĂ
SMÂNTÂNA	90	
VANILIE	5	
FRUCTE PĂDURE	15	

VALORI NUTRIȚIONALE (ESTIMATIVE / PORȚIE 100 G):

NUTRIENT	VALOARE ESTIMATIVĂ
CALORII	~ 1125 KJ / 269 KCAL
LIPIDE – DIN CARE SATURATE	~24 G ~14 G
CARBOHIDRAȚI – DIN CARE ZAHARURI	~31 G ~25 G
PROTEINE	~6 G
FIBRE	~1 G
SARE	~130 MG

⚠️ **ALERGENI:**

- LAPTE