

# MENIU

## de post



### Salată de vinete cu roșii

150/70/30g (0E) \_\_\_\_ 24,00 lei

vinete proaspete, roșii cherry, ceapă, ulei de floarea soarelui, sare

*Calorii (100g): 354.25 KJ, 85.32 kCal*

### Zacuscă de vinete cu ciuperci

200g (0E) \_\_\_\_ 22,00 lei

vinete proaspete, ardei gras, ciuperci Champignon, ceapă albă, ulei de floarea soarelui, pastă tomate, sare, piper boabe, foi de dafin

*Calorii (100g): 439.37 KJ, 105.97 kCal*

### Salată orientală

300g (3E) \_\_\_\_ 20,00 lei \*3, 6, 9

cartofi, măsline negre, castraveți murați, ceapă roșie, gogoșari murați, ulei de floarea soarelui, oțet, sare, pătrunjel verde

*Calorii (100g): 346.48 KJ, 82.55 kCal*

### Fasole bătută cu ceapă caramelizată

200/50g (0E) \_\_\_\_ 18,00 lei

fasole uscată, ceapa albă, ulei de floarea soarelui, usturoi, sare

*Calorii (100g): 402.71 KJ, 96.65 kCal*

### Ciorbă de fasole

400g (1E) \_\_\_\_ 20,00 lei \*3, 9

fasole uscată, roșii, ardei gras, pastă tomate, ceapă albă, țelină, morcovi, ulei de floarea soarelui, tarhon murat, oțet, sare

*Calorii (100g): 307.23 KJ, 73.62 kCal*

### Ciorbă de legume

400g (1E) \_\_\_\_ 20,00 lei \*3, 9

roșii, cartofi, varză, mazăre verde, ardei iute murat, fasole verde, pastă tomate, ceapă, ulei de floarea soarelui, ardei gras, morcov, țelină, oțet, pătrunjel verde

*Calorii (100g): 213.31 KJ, 51.12 kCal*

# MENIU *de post*

## **Varză călită cu mămăligă**

300/200g (OE) \_\_\_\_ 24,00 lei

varză, mămăligă, roșii, ulei de floarea soarelui, pastă tomate, ceapă albă, mărar verde, sare  
*Calorii (100g): 411.77 KJ, 98.26 kCal*

## **Tocăniță de ciuperci cu mămăligă**

300/200g (OE) \_\_\_\_ 30,00 lei

mămăligă, ciuperci champignon, ceapă albă, apă, ardei gras, roșii, pastă tomate, ulei de floarea soarelui, sare  
*Calorii (100g): 397.86 KJ, 94.87 kCal*

## **Ciuperci la grătar**

250g (OE) \_\_\_\_ 22,00 lei

ciuperci Champignon, sare  
*Calorii (100g): 140.14 KJ, 33.32 kCal*

## **Papricaș din soia cu găluște**

350g (8E) \_\_\_\_ 28,00 lei \*2, 5, 7, 9

soia, gnocchi, ardei gras, roșii, ulei de floarea soarelui, usturoi, pastă tomate, ketchup, ceapă albă, pătrunjel, sare, piper negru

*Calorii (100g): 765.15 KJ, 181.51 kCal*

## **Julien de legume cu tofu și sos de soia**

300g (2E) \_\_\_\_ 28,00 lei \*5, 7, 9

tofu, vinete proaspete, dovlecei, ardei gras, ciuperci Champignon, praz, ulei de măsline, ceapă albă, sos soia, sos chilli, sare, piper negru, cimbru verde

*Calorii (100g): 474.36 KJ, 113.86 kCal*

## **Quinoa cu fasole roșie și porumb**

200g (1E) \_\_\_\_ 29,00 lei \*1, 5, 7

quinoa, fasole roșie, porumb, praz, roșii, ardei gras, ciuperci, dovlecei

*Calorii (100g): 795.22 KJ, 189.36 kCal*

## **Mix de salată crocantă cu tofu tempura și sos de gutui**

180/100/50g (6E) \_\_\_\_ 33,00 lei \*5, 6, 7, 9

salata crocantă, tofu, sos sweet chilli, făină tempura, muștar, dulceață gutui, ulei pentru prăjit, lămaie, rodii

*Calorii (100g): 724.18 KJ, 173.11 kCal*

### **\*Alergeni:**

1. ouă | 2. lapte | 3. țelină | 4. pește | 5. gluten | 6. muștar | 7. soia | 8. fructe cu coajă lemnoasă | 9. dioxid de sulf sau sulfit | 10. susan

\* - din produs congelat