

1. Paste cu fructe de mare 500 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 538 / 127.5, Grăsimi: 3.1g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 17.2g din care: Zaharuri : 0.7g, Proteine: 7.2g, Sare: 0.8g

Alergeni: Moluște, Sulfiți, Gluten, Crustacee, Pește

2. Mușchi de vițel în sos de piper negru 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 735.8 / 177.3, Grăsimi: 13.1g din care: Acizi grași saturați: 3.9g, Glucide: 6.9g din care: Zaharuri: 1g, Proteine: 8.7g, Sare: 1.1g

Alergeni: Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

3. Ciuperci în sos pesto 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 876.3 / 211.9, Grăsimi: 18.3g din care: Acizi grași saturați: 4.8g, Glucide: 10.4g din care: Zaharuri: 0.1g, Proteine: 2.6g, Sare: 0.8g

Alergeni: Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

4. Cous cous fiert 120 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 596 / 141.6, Grăsimi: 3.2g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 24.6g din care: Zaharuri: 1.6g, Proteine: 4.3g, Sare: 0.8g

Alergeni:

5. Somon cu 11 condimente 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 690.6 / 166.3, Grăsimi: 12.5g din care: Acizi grași saturați: 2.1g, Glucide: 6.2g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 8.1g, Sare: 0.6g

Alergeni: Pește.

6. File de dorada cu quinoua

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 484 / 115.9, Grăsimi: 6.2g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 7.7g din care: Zaharuri: 1.8g, Proteine: 8.3g, Sare: 0.2g

Alergeni: Soia, Pește.

7. Labane 120 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1227.4 / 297.1, Grăsimi: 28.1g din care: Acizi grași saturați: 8.6g, Glucide: 9g din care: Zaharuri: 9g, Proteine: 2.1g, Sare: 1.6g

Alergeni: Lapte.

8. Salată de murături făcute în casă

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 113.6 / 27.1, Grăsimi: 0.2g din care: Acizi grași saturați: 0g, Glucide: 6.6g din care: Zaharuri: 3.4g, Proteine: 1.2g, Sare: 2.1g

Alergeni: Țelină.

9. Cotele de berbecuț

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 674.8 / 161.9, Grăsimi: 10.8g din care: Acizi grași saturați: 3g, Glucide: 7.4g din care: Zaharuri: 1.5g, Proteine: 9.5g, Sare: 1.5g

Alergeni: Susan.

10. Ceviche de ton

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 971.6 / 233.9, Grăsimi: 17.3g din care: Acizi grași saturați: 2.8g, Glucide: 4.6g din care: Zaharuri: 1.6g, Proteine: 14.9g, Sare: 4.3g

Alergeni: Pește, Susan.

11. Paste siciliene

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 580.1 / 137.6, Grăsimi: 3.7g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 23.2g din care: Zaharuri: 1.5g, Proteine: 3.8g, Sare: 0.8g

Alergeni: Gluten.

12. Salată Aubergine 250 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 622.1 / 149.5, Grăsimi: 11.2g din care: Acizi grași saturați: 3.1g, Glucide: 9g din care: Zaharuri: 2.4g, Proteine: 3.9g, Sare: 0.8g

Alergeni: Lapte, Nuci.

13. Caviar de vinete

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1238.2 / 300.5, Grăsimi: 30.2g din care: Acizi grași saturați: 4.3g, Glucide: 6.6g din care: Zaharuri: 3.4g, Proteine: 1.6g, Sare: 2.7g

Alergeni: Susan.

14. Babaganush 170 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 314.8 / 75.8, Grăsimi: 4.4g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 7.9g din care: Zaharuri: 3.1g, Proteine: 2.4g, Sare: 2.1g

Alergeni: Susan.

15.Ciuperci speciale

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 445.6 / 106.8, Grăsimi: 5.6g din care: Acizi grași saturați: 2.5g, Glucide: 12.5g din care: Zaharuri: 0.6g, Proteine: 2.8g, Sare: 1g

Alergeni: Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

16.Malabi

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 437.5 / 104.1, Grăsimi: 4.1g din care: Acizi grași saturați: 2.4, Glucide: 13.6g din care: Zaharuri: 9.1g, Proteine: 3.2g, Sare: 0.1g

Alergeni: Lapte, Nuci.

17.Osso bucco de berbecuț

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 631 / 150.6, Grăsimi: 7.2g din care: Acizi grași saturați: 3.2g, Glucide: 8.8g din care: Zaharuri: 3.4g, Proteine: 12.9g, Sare: 0.5g

Alergeni: Sulfiți

18.Dorada la cuptor

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 445.5 / 106.3, Grăsimi: 5g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 5.7g din care: Zaharuri: 1g, Proteine: 10.2g, Sare: 0.8g

Alergeni: Pește, Susan.

19.Salată cu pui la grătar

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 405.4 / 97, Grăsimi: 5.1g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 2.8g din care: Zaharuri: 2.6g, Proteine: 9.7g, Sare: 0.5g

Alergeni: Susan.

20.Mușchi de vițel în sos de vin roșu

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 710 / 170.7, Grăsimi: 11.6g din care: Acizi grași saturați: 1.6g, Glucide: 7.5g din care: Zaharuri: 3.9g, Proteine: 9.3g, Sare: 0.7g

Alergeni: Sulfiți

21.Brânză saganaki 220 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 562.4 / 135.3, Grăsimi: 11.4g din care: Acizi grași saturați: 3.8g, Glucide: 4.7g din care: Zaharuri: 2.2g, Proteine: 4.2g, Sare: 1g

Alergeni: Lapte.

22.Ciuperci în sos alb 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 314.1 / 75, Grăsimi: 2.7g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 11.4g din care: Zaharuri: 0.3g, Proteine: 2.9g, Sare: 0.7g

Alergeni: Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

23.Pulpă de rață confiată 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 499.6 / 119.3, Grăsimi: 5.9g din care: Acizi grași saturați: 3g, Glucide: 6.3g din care: Zaharuri: 0.8g, Proteine: 10.6g, Sare: 1.3g

Alergeni: Lapte

24.Vânăță Pshyhedelic 320 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 430.5 / 104, Grăsimi: 7.9g din care: Acizi grași saturați: 1.1g, Glucide: 7.7g din care: Zaharuri: 3.5g, Proteine: 1.9g, Sare: 2.2g

Alergeni: Susan.

25.Ciuperci aglio olio 220 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 276.5 / 66.8, Grăsimi: 4.7g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 5.6g din care: Zaharuri: 0.3g, Proteine: 2.3g, Sare: 0g

Alergeni: -

26.Salată quinoua cu avocado 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 568.1 / 137.1, Grăsimi: 10.2g din care: Acizi grași saturați: 1.4g, Glucide: 10.5g din care: Zaharuri: 2.3g, Proteine: 2.2g, Sare: 0.6g

Alergeni: -

27.Salată israeliană 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 178.8 / 43, Grăsimi: 2.8g din care: Acizi grași saturați: 0.4g, Glucide: 4.2g din care: Zaharuri: 2.9g, Proteine: 0.7g, Sare: 0.5g

Alergeni: -

28. Mușchi de vițel cu ciuperci 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 640.9 / 154.3, Grăsimi: 10.8g din care: Acizi grași saturați: 2.6g, Glucide: 6.7g din care: Zaharuri: 1g, Proteine: 8.3g, Sare: 1g

Alergeni: Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

29. File de biban cu quinoua 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 357.9 / 85.1, Grăsimi: 2.2g din care: Acizi grași saturați: 0.3g, Glucide: 6.7g din care: Zaharuri: 1.3g, Proteine: 10g, Sare: 0.1g

Alergeni: Pește.

30. Ceviche de creveți 120 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 701.9 / 169.5, Grăsimi: 14.3g din care: Acizi grași saturați: 2g, Glucide: 4.6g din care: Zaharuri: 2g, Proteine: 6.6g, Sare: 0.5g

Alergeni: Crustacee.

31. Mix frunze cu susan 100

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 438.3 / 106.2, Grăsimi: 11g din care: Acizi grași saturați: 1.6g, Glucide: 0.7g din care: Zaharuri: 0.4g, Proteine: 0.7g, Sare: 1.9g

Alergeni: Susan.

32. Salată mix roșii cherry și parmezan 150 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 557.4 / 134.6, Grăsimi: 12.4g din care: Acizi grași saturați: 3g, Glucide: 2.2g din care: Zaharuri: 1g, Proteine: 4.2g, Sare: 2.7g

Alergeni: Lapte, Susan.

33. Piure de cartof dulce 150 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 493 / 116.6, Grăsimi: 1.1g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 26.7g din care: Zaharuri: 4.4g, Proteine: 1.6g, Sare: 1.3g

Alergeni: Lapte.

34. Paste pesto 330 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 906.5 / 217, Grăsimi: 12.1g din care: Acizi grași saturați: 5.6g, Glucide: 23.2g din care: Zaharuri: 0.1g, Proteine: 4.4g, Sare: 1.6g

Alergeni: Gluten, Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

35. Biban în vas de lut 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 447.2 / 106.2, Grăsimi: 3g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 7.2g din care: Zaharuri: 1.1g, Proteine: 12.8g, Sare: 0.1g

Alergeni: Pește.

36. Lipie 150 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1489.4 / 350.3, Grăsimi: 1.8g din care: Acizi grași saturați: 0.3g, Glucide: 74g din care: Zaharuri: 1.4g, Proteine: 11.9g, Sare: 0.1g

Alergeni: Gluten

37. Paste Aubergine 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 572.4 / 135.9, Grăsimi: 4g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 22.5g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 3.9g, Sare: 1.5g

Alergeni: Gluten.

38. Rondele de vinete cu tahină colorată

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 529.9 / 128, Grăsimi: 10.2g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 8g din care: Zaharuri: 4.1g, Proteine: 2.3g, Sare: 0.6g

Alergeni: Susan.

39. Platou cu creveți și avocado 300 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 588 / 141.9, Grăsimi: 12g din care: Acizi grași saturați: 2.8g, Glucide: 2.9g din care: Zaharuri: 0.7g, Proteine: 6.4g, Sare: 0.4g

Alergeni: Crustacee, Lapte.

40. Paste Alfredo 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 852.8 / 204, Grăsimi: 11g din care: Acizi grași saturați: 4.1g, Glucide: 22.8g din care: Zaharuri: 0.2g, Proteine: 4.2g, Sare: 0.6g

Alergeni: Gluten, Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

41. Piept de rață 320 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 821.5 / 197.4, Grăsimi: 12.9g din care: Acizi grași saturați: 4.3g, Glucide: 14.7g din care: Zaharuri: 3.1g, Proteine: 4.8g, Sare: 0.4g

Alergeni: Sulfiți.

42.Somon în stil marocan 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 563.7 / 134.7, Grăsimi: 6.5g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 10.4g din care: Zaharuri: 2.2g, Proteine: 9g, Sare: 1.3g

Alergeni: Pește.

43.Ceviche somon 120 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 793.4 / 191.3, Grăsimi: 15g din care: Acizi grași saturați: 2.5g, Glucide: 4.4g din care: Zaharuri: 3.6g, Proteine: 9.6g, Sare: 0.1g

Alergeni: Pește.

44.Quinoua cu ciuperci 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 403.6 / 97, Grăsimi: 5.7g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 8.9g din care: Zaharuri: 2.1g, Proteine: 3.8g, Sare: 1g

Alergeni: Soia, Susan.

45.Parfait de halva 145 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1227.6 / 293.3, Grăsimi: 17.8g din care: Acizi grași saturați: 7.2g, Glucide: 28.9g din care: Zaharuri: 14.8g, Proteine: 5.6g, Sare: 0.1g

Alergeni: Gluten, Lapte, Nuci, Susan. / E-uri: Emulsifiant: Fosfati de sodiu (E 339), Mono si digliceride acizilor grași (E 471), Esterii acidului acetic cu mono si digliceridele (E 472), Stabilizator: Caragenan (E 407).

46.Biban de mare la cuptor 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 392.6 / 93.4, Grăsimi: 3.2g din care: Acizi grași saturați: 0.4g, Glucide: 4.4g din care: Zaharuri: 0.9g, Proteine: 12g, Sare: 0.4g

Alergeni: Pește.

47.Paste cu somon 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 824.4 / 197.1, Grăsimi: 10.3g din care: Acizi grași saturați: 4.7g, Glucide: 19.8g din care: Zaharuri: 0.5g, Proteine: 6.8g, Sare: 0.6g

Alergeni: Gluten, Pește, Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

48. Shakshuka cu lipie 380 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 594.1 / 142, Grăsimi: 7.2g din care: Acizi grași saturați: 1.5g, Glucide: 12.8g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 7.2g, Sare: 1.2g

Alergeni: Gluten, Ou.

49. Paste aglio olio 380 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 948.3 / 225.5, Grăsimi: 8.6g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 32.5g din care: Zaharuri: 0.3g, Proteine: 5.4g, Sare: 0.1g

Alergeni: Gluten.

50. Somon în crustă de fistic 500 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 682 / 164.2, Grăsimi: 11.7g din care: Acizi grași saturați: 2.6g, Glucide: 7.3g din care: Zaharuri: 2.2g, Proteine: 8g, Sare: 0.8g

Alergeni: Gluten, Pește, Soia, Lapte, Nuci, Sulfiți, Susan.

51. Chocolate delice 120 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1274.2 / 304.2, Grăsimi: 17.2g din care: Acizi grași saturați: 9.8g, Glucide: 32g din care: Zaharuri: 28g, Proteine: 5.2g, Sare: 0.5g

Alergeni: Gluten, Ou, Lapte, Nuci. / E-uri: Emulsifiant: Fosfati de sodiu (E 339), Mono si digliceride acizilor grasi (E 471), Esterii acidului acetic cu mono- si digliceridele (E 472), Stabilizator: Caragenan (E 407).

52. Piept de pui marinat 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 500.2 / 119.3, Grăsimi: 5.2g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 7.4g din care: Zaharuri: 1.6g, Proteine: 11.5g, Sare: 1.1g

Alergeni: Susan.

53. Cheesecake Aubergine 200 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 885.6 / 211.5, Grăsimi: 13.8g din care: Acizi grași saturați: 8.2g, Glucide: 15.3g din care: Zaharuri: 9.3g, Proteine: 6.7g, Sare: 0.5g

Alergeni: Gluten, Ou, Lapte. / E-uri: Stabilizatori: Gumă din semințe de Carruba (E 410), Acidifiant: Acid citric (E 330)

54.Vinete cu antricot 375 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 551.7 / 132.9, Grăsimi: 9.6g din care: Acizi grași saturați: 1.3g, Glucide: 4.3g din care: Zaharuri: 2.2g, Proteine: 8.1g, Sare: 0.8g

Alergeni: Susan.

55.Mix de fructe de mare 430 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 503.6 / 121, Grăsimi: 8g din care: Acizi grași saturați: 3.4g, Glucide: 1.4g din care: Zaharuri: 0.8g, Proteine: 9.6g, Sare: 1.2g

Alergeni: Crustacee, Sulfiți, Moluște, Lapte.

56.Pui marocan cu anason 500 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 574.9 / 137.4, Grăsimi: 7g din care: Acizi grași saturați: 1.5g, Glucide: 10.2g din care: Zaharuri: 3.7g, Proteine: 8.9g, Sare: 0.1g

Alergeni: -

57.Ficăței Aubergine 200g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 544.5 / 130.2, Grăsimi: 6.9g din care: Acizi grași saturați: 1.4g, Glucide: 6.1g din care: Zaharuri: 4.7g, Proteine: 11.2g, Sare: 1.2g

Alergeni: Ou, Nuci, Țelină

58.Pâine de casă 250 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1495.9 / 353.5, Grăsimi: 7.3g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 64.1g din care: Zaharuri: 3.8g, Proteine: 11.9g, Sare: 1.1g

Alergeni: Gluten, Susan.

59.Ciuperci pleurotus\Manali 380 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 730.1 / 175.9, Grăsimi: 12.8g din care: Acizi grași saturați: 5.3g, Glucide: 13.3g din care: Zaharuri: 0.6g, Proteine: 2.8g, Sare: 0.6g

Alergeni: Lapte. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

60.Legume rustice la cuptor 270 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 323.3 / 77.5, Grăsimi: 4g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 10.6g din care: Zaharuri: 3.2g, Proteine: 1.3g, Sare: 0.4g

Alergeni:

61.Salată grecească rustică 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 597.4 / 143.7, Grăsimi: 12.6g din care: Acizi grași saturați: 4.6g, Glucide: 2.8g din care: Zaharuri: 1.7g, Proteine: 5.2g, Sare: 1.1g

Alergeni: Lapte.

62.Orez basmati fiert 120 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 967.8 / 230.1, Grăsimi: 7.9g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 35.3g din care: Zaharuri: 0.1g, Proteine: 5.3g, Sare: 1.5g

Alergeni: -

63.Vinete cu creveți și calamari 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 432.5 / 104, Grăsimi: 6.4g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 4.7g din care: Zaharuri: 2g, Proteine: 6.2g, Sare: 1.2g

Alergeni: Crustacee, Susan, Moluște, Sulfiți

64.Salată de linte cu roșie și legume 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 562.9 / 135.1, Grăsimi: 7.7g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 13.3g din care: Zaharuri: 4.2g, Proteine: 4.2g, Sare: 0.3g

Alergeni: Nuci, Susan.

65.Creveți trași la tigaie cu orez basmati 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 517 / 123.4, Grăsimi: 5.1g din care: Acizi grași saturați: 1.7g, Glucide: 11.7g din care: Zaharuri: 1.2g, Proteine: 5.9g, Sare: 0.8g

Alergeni: Crustacee, Lapte Sulfiți.

66.Shakshuka vegana 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 310.5 / 74.6, Grăsimi: 4.8g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 6.2g din care: Zaharuri: 2.9g, Proteine: 2.6g, Sare : 1g

Alergeni: Soia.

67.Pește Tlv servit cu orez basmati 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 479.6 / 113.3, Grăsimi: 1.2g din care: Acizi grași saturați: 0.2g, Glucide: 13.9g din care: Zaharuri: 0.7g, Proteine: 11,9g, Sare: 0.4g

Alergeni: Pește

68.Ton la grătar cu legume 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 437.9 / 104.5, Grăsimi: 4.3g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 6.1g din care: Zaharuri: 1.2g, Proteine: 9.8g, Sare: 0.8g

Alergeni: Pește, Sulfiți.

69.Piure de cartofi 200 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 507.5 / 121.5, Grăsimi: 6.6g din care: Acizi grași saturați: 4.3g, Glucide: 14.1g din care: Zaharuri: 1.1g, Proteine: 2g, Sare: 1g

Alergeni: Lapte.

70.Mouse de avocado 200 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 613.7 / 147.7, Grăsimi: 10.6g din care: Acizi grași saturați: 1.5g, Glucide: 13.2g din care: Zaharuri: 8.6g, Proteine: 1.9g, Sare: 0g

Alergeni: Nuci.

71.Creme brulee 150 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 882.6 / 210.1, Grăsimi: 11.9g din care: Acizi grași saturați: 6.7g, Glucide: 21.5g din care: Zaharuri: 18.9g, Proteine: 4.3g, Sare: 0.1g

Alergeni: Ou, Lapte. / E-uri: Emulsifiant: Fosfati de sodiu (E 339), Mono si digliceride acizilor grași (E 471), Esterii acidului acetic cu mono- si

digliceridele (E 472), Stabilizator: Caragenan (E 407)

72.Sos de vin roșu 25 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 873.6 / 207.8, Grăsimi: 0g din care: Acizi grași saturați: 0g, Glucide: 29.6g din care: Zaharuri: 20g, Proteine: 0.1g, Sare: 0g

Alergeni: Sulfiți.

73.Steak antricot maturat 450 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 673.7 / 162.3, Grăsimi: 11.9g din care: Acizi grași saturați: 2.7g, Glucide: 2.8g din care: Zaharuri: 1.2g, Proteine: 11.5g, Sare: 0.7g

Alergeni: Lapte.

74.Salată cu quinoa și calamari 300 g

Informații nutriționale 100g

Valoare Energetică (kJ/kcal): 535 / 131.6, Grăsimi: 8.4g din care: Acizi grași saturați: 1.4g, Glucide: 7.5g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 6g, Sare: 0.9g

Alergeni: Moluște.

75.Mousse de ciocolată vegană 200 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 670.5 / 160.8, Grăsimi: 11.5g din care: Acizi grași saturați: 4.8g, Glucide: 13.3g din care: Zaharuri: 9.8g, Proteine: 2.1g, Sare: 0g

Alergeni: Nuci.

76.Sos pesto 35 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1618.3 / 393.3, Grăsimi: 42.1g din care: Acizi grași saturați: 6g, Glucide: 2.2g din care: Zaharuri: 0g, Proteine: 1.8g, Sare: 1.4g

Alergeni:-

77.Cartofi la cuptor cu nucșoară 200 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 534.6 / 127.9, Grăsimi: 6.9g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 15.3g din care: Zaharuri: 0.6g, Proteine: 1.8g, Sare: 2.3g

Alergeni: -

78.Sos de roșii facut în casă 100 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 199.2 / 47.7, Grăsimi: 2.2g din care: Acizi grași saturați: 0.2g, Glucide: 7g din care: Zaharuri: 3.4g, Proteine: 0.8g, Sare: 0.9g

Alergeni:

79.Sos tahina 30 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1665.1 / 401.8, Grăsimi: 32.2g din care: Acizi grași saturați: 4.5g, Glucide: 18g din care: Zaharuri: 4.4g, Proteine: 11.6g, Sare: 12g

Alergeni: Susan

80.Sos capșuni 30 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1443.2 / 338.8, Grăsimi: 0g din care: Acizi grași saturați: 0g, Glucide: 84.7g din care: Zaharuri: 84.5g, Proteine: 0.1g, Sare: 0g

Alergeni: -

81.Sos Mango 10g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 305.4 / 72.3, Grăsimi: 0.5g din care: Acizi grași saturați: 0.1g, Glucide: 17.4g din care: Zaharuri: 15.8g, Proteine: 0.6g, Sare: 4.5g

Alergeni: -

82.Office salată vegană fresh

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 451.9 / 109, Grăsimi: 8.1g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 8.7g din care: Zaharuri: 4.4g, Proteine: 1.2g, Sare: 0.4g

Alergeni: Nuci, Susan.

83.Șnitel de pui + piure Office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 689 / 164.4, Grăsimi: 6.4g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 15.2g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 12g, Sare: 1.2g

Alergeni: Țelină, Lapte, Gluten, Ou.

84.Tavă mezze

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 664.3 / 159.4, Grăsimi: 9.3g din care: Acizi grași saturați: 1.6g, Glucide: 15.2g din care: Zaharuri: 2g, Proteine: 4.9g, Sare: 1.1g

Alergeni: Gluten, Susan, Lapte.

85.Legume la tigaie

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 149.6 / 35.7, Grăsimi: 0.8g din care: Acizi grași saturați: 0.1g, Glucide: 6.9g din care: Zaharuri: 3.1g, Proteine: 1.5g, Sare: 0g

Alergeni: -

86.Piept de pui la grătar + legume copii

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 526.9 / 126.2, Grăsimi: 7g din care: Acizi grași saturați: 1.1g, Glucide: 4.9g din care: Zaharuri: 1.6g, Proteine: 11.7g, Sare: 0.3g

Alergeni:

87.Piept de pui la grătar + piure - copii

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 466.1 / 110.2, Grăsimi: 1.4g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 13.5g din care: Zaharuri: 2.3g, Proteine: 11.8g, Sare: 0.7g

Alergeni: Lapte.

88.Șnițel pui + piure copii

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 828.1 / 197.7, Grăsimi: 9.1g din care: Acizi grași saturați: 1.4g, Glucide: 19g din care: Zaharuri: 2g, Proteine: 10.9g, Sare: 2.4g

Alergeni: Lapte.

89.Tagliatelle pomodoro 175 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 561.8 / 140.1, Grăsimi: 6.8g din care: Acizi grași saturați: 1.1g, Glucide: 16.3g din care: Zaharuri: 1.8g, Proteine: 2.9g, Sare: 4.1g

Alergeni: Gluten.

90.Lipie cu zatar

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1300.9 / 310.3, Grăsimi: 15g din care: Acizi grași saturați: 2.1g, Glucide: 38.8g din care: Zaharuri: 1g, Proteine: 6.4g, Sare: 0.7g

Alergeni: Gluten, Susan.

91.File de dorada în stil marocan

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 370.7 / 87.9, Grăsimi: 2.1g din care: Acizi grași saturați: 0.3g, Glucide: 9.4g din care: Zaharuri: 3g, Proteine: 8.1g, Sare: 1.2g

Alergeni: Pește.

92. File de somon cu quinoua

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1133.3 / 273.2, Grăsimi: 21.3g din care: Acizi grași saturați: 3.3g, Glucide: 9.3g din care: Zaharuri: 2.5g, Proteine: 12g, Sare: 0.1g

Alergeni: Pește.

93. Salată de mango

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 403.2 / 96.7, Grăsimi: 5.4g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 12g din care: Zaharuri: 10.3g, Proteine: 0.7g, Sare: 1g

Alergeni: Susan.

94. Salata bucătarului cu pui

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 477.5 / 114.1, Grăsimi: 5.1g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 10.1g din care: Zaharuri: 2g, Proteine: 8.1g, Sare: 0.3g

Alergeni: Susan.

95. Sabih Aubergine

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1027.8 / 248.3, Grăsimi: 21.1g din care: Acizi grași saturați: 3g, Glucide: 8.9g din care: Zaharuri: 4g, Proteine: 6.7g, Sare: 0.4g

Alergeni: Ou, Susan.

96. Creveți în vin alb

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 412.9 / 99.2, Grăsimi: 4.7g din care: Acizi grași saturați: 0.7g, Glucide: 1.4g din care: Zaharuri: 0.8g, Proteine: 6.5g, Sare: 0.5g

Alergeni: Sulfiți, Crustacee.

97. Tzatziki Mezze

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 378.8 / 90.5, Grăsimi: 6.6g din care: Acizi grași saturați: 4g, Glucide: 3.7g din care: Zaharuri: 0.7g, Proteine: 4g, Sare: 0.5g

Alergeni: Lapte.

98.Salată de vinete marinată în mezze

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 344.3 / 83.4, Grăsimi: 7.1g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 4.6g din care: Zaharuri: 2.6g, Proteine: 0.6g, Sare: 0.4g

Alergeni: -

99.Salsa Madbuha mezze

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 376.1 / 90.2, Grăsimi: 5.7g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 9.4g din care: Zaharuri: 4.9g, Proteine: 1.1g, Sare: 1.7g

Alergeni: -

100. Salată de morcovi mezze

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 208.2 / 50.1, Grăsimi: 3g din care: Acizi grași saturați: 0.3g, Glucide: 3.3g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 1g, Sare: 1.4g

Alergeni: -

101. Vinete brulee

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 873.8 / 208, Grăsimi: 9.7g din care: Acizi grași saturați: 5g, Glucide: 19.8g din care: Zaharuri: 2.3g, Proteine: 11g, Sare: 1.4g

Alergeni: Susan, Gluten, Lapte.

102. Legume verzi pe pat de labane

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 471 / 113.5, Grăsimi: 8.3g din care: Acizi grași saturați: 2.1g, Glucide: 6.5g din care: Zaharuri: 3.7g, Proteine: 4g, Sare: 0.5g

Alergeni: Lapte.

103. Conopidă la cuptor

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 697.9 / 167.4, Grăsimi: 10.2g din care: Acizi grași saturați: 1.4g, Glucide: 16.7g din care: Zaharuri: 2.3g, Proteine: 4.5g, Sare: 0.6g

Alergeni: Susan, Gluten.

104. Paste cu pui și sos alb

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 810.9 / 193.4, Grăsimi: 8.2g din care: Acizi grași saturați: 4.2g, Glucide: 23.4g din care: Zaharuri: 0.2g, Proteine: 7.1g, Sare: 0.7g

Alergeni: Lapte, Gluten. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412).

105. Piure de cartofi

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 492.2 / 116.4, Grăsimi: 1.1g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 26.7g din care: Zaharuri: 4.4g, Proteine: 1.6g, Sare: 1.3g

Alergeni: Lapte

106. Obrăjori de vită cu legume

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 540.5 / 129.2, Grăsimi: 5.4g din care: Acizi grași saturați: 1.1g, Glucide: 11.1g din care: Zaharuri: 2.7g, Proteine: 7.5g, Sare: 0.7g

Alergeni: Lapte, Sulfiți.

107. File de cod cu sos beurre blanc

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 408.9 / 98, Grăsimi: 4.7g din care: Acizi grași saturați: 2.2g, Glucide: 4.8g din care: Zaharuri: 1.1g, Proteine: 8.5g, Sare: 0.3g

Alergeni: Sulfiți, Lapte, Pește. / E-uri: Stabilizator: Caragenan (E 407), Guma de Carruba (E 410), Emulsifiant: Guma Guar (E 412)

108. Molten Chocolate

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1048 / 251.2, Grăsimi: 16.5g din care: Acizi grași saturați: 10.2g, Glucide: 22.9g din care: Zaharuri: 17.9g, Proteine: 3.4g, Sare: 0.1g

Alergeni: Lapte, Ou, Gluten. / E-uri: Emulsifiant: Fosfati de sodiu (E 339), Mono si digliceride acizilor grasi (E 471), Esterii acidului acetic cu mono- si digliceridele (E 472), Stabilizator: Caragenan (E 407).

109. Salata bucătarului cu somon

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 548.2 / 131.5, Grăsimi: 7.6g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 11.6g din care: Zaharuri: 2.2g, Proteine: 5.6g, Sare: 0.3g

Alergeni: Pește, Susan.

110. Salta bucătarului baza

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 490 / 117.4, Grăsimi: 6.3g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 13.4g din care: Zaharuri: 2.6g, Proteine: 3.4g, Sare: 0.3g

Alergeni: Susan.

111. Salata bucătarului cu creveți

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 454 / 108.5, Grăsimi: 5.1g din care: Acizi grași saturați: 0.7g, Glucide: 10.5g din care: Zaharuri: 2g, Proteine: 6.4g, Sare: 0.5g

Alergeni: Crustacee, Susan.

112. Salată de sfeclă Mezze

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 148.3 / 35.2, Grăsimi: 0.2g din care: Acizi grași saturați: 0g, Glucide: 7.9g din care: Zaharuri: 5.9g, Proteine: 1.1g, Sare: 0.5g

Alergeni: -

113. Supă cu fructe de mare 500 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 339.4 / 81.2, Grăsimi: 3.7g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 2.6g din care: Zaharuri: 1.3g, Proteine: 7.4g, Sare: 1.2g

Alergeni: Moluște, Sulfiți, Crustacee.

114. Fructe de mare în stil grecesc

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 357.9 / 85.7, Grăsimi: 4.2g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 2.7g din care: Zaharuri: 1.4g, Proteine: 8.3g, Sare: 0.3g

Alergeni: Sulfiți, Crustacee, Moluște, Lapte.

115. Supă cremă de legume office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 223.9 / 53.1, Grăsimi: 0.3g din care: Acizi grași saturați: 0.1g, Glucide: 12.9g din care: Zaharuri: 4.5g, Proteine: 1.2g, Sare: 0g

Alergeni: -

116. Calamari la tigaie cu vin alb

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 427.6 / 102.3, Grăsimi: 4.1g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 5.3g din care: Zaharuri: 0.9g, Proteine: 7.8g, Sare: 0.1g

Alergeni: Sulfiți, Moluște

117. Sos curmale 15

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 898.6 / 211.1, Grăsimi: 0.1g din care: Acizi grași saturați: 0g, Glucide: 52.3g din care: Zaharuri: 50.9g, Proteine: 1.1g, Sare: 0g

Alergeni: -

118. Supă cremă de praz office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 255.2 / 61.4, Grăsimi: 3.4g din care: Acizi grași saturați: 0.4g, Glucide: 7g din care: Zaharuri: 2.5g, Proteine: 1.6g, Sare: 0.4g

Alergeni: -

119. Înghețată 2 cupe 100 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 881 / 211, Grăsimi: 12g din care: Acizi grași saturați: 7.7g, Glucide: 21.8g din care: Zaharuri: 21.8g, Proteine: 3.9g, Sare: 0.1g

Alergeni: Lapte.

120. Supă cremă de mazăre Office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 277.8 / 66, Grăsimi: 0.3g din care: Acizi grași saturați: 0.1g, Glucide: 13.9g din care: Zaharuri: 2.4g, Proteine: 4.1g, Sare: 0.3g

Alergeni: -

121. Supă cremă de vinete cu ou 300 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 338.6 / 81.2, Grăsimi: 4.5g din care: Acizi grași saturați: 0.8g, Glucide: 7.6g din care: Zaharuri: 2.7g, Proteine: 3.7g, Sare: 0.2g

Alergeni: Ou, Susan.

122. Supă cremă de conopidă Office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 330 / 79.1, Grăsimi: 3.7g din care: Acizi grași saturați: 0.5g, Glucide: 10.4g din care: Zaharuri: 3g, Proteine: 2.6g, Sare: 0.1g

Alergeni: Susan.

123. Supă cremă de vinete office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 286.5 / 68.7, Grăsimi: 3.3g din care: Acizi grași saturați: 0.4g, Glucide: 9g din care: Zaharuri: 3.2g, Proteine: 1.9g, Sare: 0.1g

Alergeni: Susan.

124. Supă cremă de Pastârnac office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 690.7 / 166.6, Grăsimi: 12.8g din care: Acizi grași saturați: 1.3g, Glucide: 12.7g din care: Zaharuri: 3.8g, Proteine: 1.4g, Sare: 0.1g

Alergeni: -

125. Supă cremă de morcov office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 607.2 / 146, Grăsimi: 9.8g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 12.3g din care: Zaharuri: 3.2g, Proteine: 3.4g, Sare: 2.3g

Alergeni: Susan.

126. Supă cremă de sfeclă office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 392.4 / 94, Grăsimi: 4.7g din care: Acizi grași saturați: 0.6g, Glucide: 11.4g din care: Zaharuri: 4.8g, Proteine: 2.6g, Sare: 0.3g

Alergeni: Susan.

127. Supă cremă de cartofi dulci office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 881.1 / 212.6, Grăsimi: 16.2g din care: Acizi grași saturați: 2.4g, Glucide: 15.9g din care: Zaharuri: 3.7g, Proteine: 2.6g, Sare: 1.3g

Alergeni: Susan.

128. Supă cremă de linte Office

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 980 / 235.8, Grăsimi: 16.5g din care: Acizi grași saturați: 2.3g, Glucide: 17.2g din care: Zaharuri: 2.1g, Proteine: 6g, Sare: 1.1g

Alergeni: Susan.

129. Supă portocalie

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 607.2 / 146, Grăsimi: 9.8g din care: Acizi grași saturați: 1.2g, Glucide: 12.3g din care: Zaharuri: 3.2g, Proteine: 3.4g, Sare: 2.3g

Alergeni: Susan.

130. Supă cremă de ciuperci

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 142.2 / 34.1, Grăsimi: 1g din care: Acizi grași saturați: 0.1g, Glucide: 5.8g din care: Zaharuri: 0.6g, Proteine: 2.3g, Sare: 0.1g

Alergeni: Susan.

131. Midii Aubergine 700 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 401.3 / 96.6, Grăsimi: 6.3g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 3.4g din care: Zaharuri: 1.4g, Proteine: 4.2g, Sare: 2.5g

Alergeni: Moluște, Sulfiți.

132. Steak de vinete vegan 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 177.9 / 42.8, Grăsimi: 2.3g din care: Acizi grași saturați: 0.3g, Glucide: 5.7g din care: Zaharuri: 3.4g, Proteine: 0.7g, Sare: 0g

Alergeni: Susan.

133. Platou brânzeturi 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 918.8 / 220, Grăsimi: 14.1g din care: Acizi grași saturați: 7g, Glucide: 13.6g din care: Zaharuri: 10.7g, Proteine: 10.9g, Sare: 1g

Alergeni: Lapte, Nuci.

134. Supă 2 în 1

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 374.7 / 90.1, Grăsimi: 5.4g din care: Acizi grași saturați: 0.7g, Glucide: 9g din care: Zaharuri: 1.9g, Proteine: 2.8g, Sare: 1.2g

Alergeni: Susan.

135. Supa zilei

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 544.3 / 130.3, Grăsimi: 6.6g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 16.8g din care: Zaharuri: 4.1g, Proteine: 2.6g, Sare: 0.5g

Alergeni: Susan, Gluten.

136. Crutoane 10

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1155.2 / 276.6, Grăsimi: 11g din care: Acizi grași saturați: 3.9g, Glucide: 42.9g din care: Zaharuri: 1.5g, Proteine: 6.3g, Sare: 1.4g

Alergeni: Gluten.

137. Shaorma vegană 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 475.5 / 114.4, Grăsimi: 7.3g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 9.9g din care: Zaharuri: 2.5g, Proteine: 3.8g, Sare: 0.5g

Alergeni: Susan.

138. Humus cu Antricot 350 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1129.8 / 272.1, Grăsimi: 20g din care: Acizi grași saturați: 2.8g, Glucide: 11.5g din care: Zaharuri: 2.2g, Proteine: 12.9g, Sare: 0.6g

Alergeni: Susan.

139. Humus cu trufe 230 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1024.2 / 246.8, Grăsimi: 17.2g din care: Acizi grași saturați: 2.3g, Glucide: 17.9g din care: Zaharuri: 1.1g, Proteine: 7.3g, Sare: 1.6g

Alergeni: Susan.

140. Oală de vinete 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 465.9 / 112.2, Grăsimi: 7.2g din care: Acizi grași saturați: 1g, Glucide: 10.2g din care: Zaharuri: 3.1g, Proteine: 3.3g, Sare: 0.4g

Alergeni: Susan.

141. Humus cu mix de ciuperci 400 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1054.6 / 254.9, Grăsimi: 21.3g din care: Acizi grași saturați: 2.8g, Glucide: 12.1g din care: Zaharuri: 1.4g, Proteine: 5.5g, Sare: 0.8g

Alergeni: Susan.

142. Humus fructe de mare

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1240.5 / 298.9, Grăsimi: 22.4g din care: Acizi grași saturați: 3.1g, Glucide: 13.5g din care: Zaharuri: 2.4g, Proteine: 11.8g, Sare: 0.8g

Alergeni: Susan, Sulfiți, Crustacee, Moluște.

143. Humus vegan bazini

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1392.8 / 336.8, Grăsimi: 29.1g din care: Acizi grași saturați: 4.1g, Glucide: 14.3g din care: Zaharuri: 1.6g, Proteine: 6.5g, Sare: 1.7g

Alergeni: Susan.

144. Kebab Aubergine din antricot

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 722.1 / 178.2, Grăsimi: 12.9g din care: Acizi grași saturați: 1.8g, Glucide: 5.8g din care: Zaharuri: 1.8g, Proteine: 9.5g, Sare: 0.9g

Alergeni: Susan.

145. Humus cu pui marinat

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 934.7 / 225.1, Grăsimi: 17.1g din care: Acizi grași saturați: 2.8g, Glucide: 8g din care: Zaharuri: 1.4g, Proteine: 11g, Sare: 1g

Alergeni: Susan.

146. Falafel în 3 culori 300 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 806.1 / 194, Grăsimi: 12.9g din care: Acizi grași saturați: 1.8g, Glucide: 15.9g din care: Zaharuri: 2.8g, Proteine: 5.5g, Sare: 1.3g

Alergeni: Susan.

147. Platou mix vegan

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 863.8 / 208.3, Grăsimi: 15.6g din care: Acizi grași saturați: 2.1g, Glucide: 13.7g din care: Zaharuri: 3.8g, Proteine: 5g, Sare: 1.3g

Alergeni: Susan, Țelină.

148. Legume rustice la cuptor 270 g

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 613.9 / 148.3, Grăsimi: 12.3g din care: Acizi grași saturați: 1.8g, Glucide: 9.5g din care: Zaharuri: 3g, Proteine: 1.2g, Sare: 0.4g

Alergeni: -

149. Cartofi la cuptor cu nucșoară

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 534.6 / 127.9, Grăsimi: 6.9g din care: Acizi grași saturați: 0.9g, Glucide: 15.3g din care: Zaharuri: 0.6g, Proteine: 1.8g, Sare: 2.3g

Alergeni: -

150. Platou mixt specialitatea bucătarului

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 901.2 / 217.3, Grăsimi: 16.8g din care: Acizi grași saturați: 2.7g, Glucide: 10.6g din care: Zaharuri: 4.4g, Proteine: 7.2g, Sare: 1.1g

Alergeni: Susan, Țelină

151. Humus de casă cu tahina

Informații nutriționale 100g Valoare Energetică (kJ/kcal): 1031.6 / 248.4, Grăsimi (g): 16.8 din care: Acizi grași saturați (g) 2.3, Glucide (g): 19.1 din care: Zaharuri: 1.1g, Proteine: 7.8g, Sare: 1.6g

Alergeni: Susan.

Retetar

109 Paste cu fructe de mare 500g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp21	Midii	kg	0.032	
mp76	Vin de masa	litru	0.03	
mp56	Sare	kg	0.002	
MF39	Lamai mp	kg	0.01	
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.22	
mp33	Creveti mp	kg	0.05	
mp28	Verdeata	kg	0.01	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
mp34	Calamar mp	kg	0.065	
va2241	Sos de rosii facut in casa	kg	0.07	

Retetar

63 Platou mixt spec bucatarului 400g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
53	Labane	kg	0.04	
84	Salata de muraturi facute in casa	kg	0.05	
49	Caviar de vinete	kg	0.1	
66	Babaganush	kg	0.1	
60	Ficatei de pui cu nuca	kg	0.1	
64	Humus	kg	0.1	
mp5	Mere kg	kg	0.02	
mp197	Coriandru boabe	kg	0	
mp29	patrunjel	kg	0.001	
mp57	Susan	kg	0.0005	
va2242	Sos tahina	kg	0.04	

Retetar

95 Kunefe 145g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp55	Zahar	kg	0.02	
mp118	Fistic	kg	0.005	
va2406	Cataif cu branza de capra	kg	0.12	

Retetar

11 Muschi de vitel in sos de piper negru 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara	kg	0.1	
79	Legume rustice la cuptor	kg	0.135	
mp88	Smantana de gatit	litru	0.04	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp31	Unt	kg	0.01	
mp191	Piper boabe mp	kg	0.003	

mp87	Ulei de masline	litru	0.005
mp17	Muschi vita	kg	0.18
mp29	Germeni	kg	0.001

Retetar

Retetar

8 Ciuperci in sos pesto 400g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
77	Orez basmati fiert	kg	0.12
mp88	Smantana de gatit	litru	0.1
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.05
mp27	Ciuperci	kg	0.25
mp56	Sare	kg	0.002
va2240	Sos pesto	kg	0.035

Retetar

Retetar

76 Cous-cous fiert 120g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.001
mp143	Cous-cous fiert mp	kg	0.13
mp56	Sare	kg	0.001
mp155	Curcuma	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.002

Retetar

23 Somon cu 11 condimente 450g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
79	Legume rustice la cuptor	kg	0.27
mp24	File de somon	kg	0.17
mp56	Sare	kg	0.001
mp187	Sare de lamaie	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.02
mp29	Germeni	kg	0.002

Retetar

16 File Dorada cu quinoa

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp193	Quinoa mp	kg	0.08
mp1	Morcovi	kg	0.03
mp123	Pasta de susan	kg	0.01
mp53	Dovlecei	kg	0.01

mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.0005
va2388	Dorada Bucata	buc	0.2
	Lehume la cuptor	kg	0.17

Retetar

68 Platou mix vegan 400 g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
84	Salata de muraturi facute in casa	kg	0.04	
49	Caviar de vinete	kg	0.07	
66	Babaganush	kg	0.08	
64	Humus	kg	0.12	
69	Falafel in trei culori	kg	0.12	
mp5	Mere	kg	0.02	
MF38	Rodii mp	kg	0.01	
mp197	Coriandru boabe	kg	0.0005	
mp29	Germei	kg	0.001	
mp57	Susan	kg	0.0005	
va2242	Sos tahina	kg	0.02	

Retetar

39 Humus cu pui marinat

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
64	Humus	kg	0.14	
mp90	Boia dulce	kg	0.0005	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.015	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp2	Ceapa	kg	0.03	
mp52	Rosii cherry	kg	0.01	
mp64	Ardei iute	kg	0.001	
mp103	Pulpa pui	kg	0.18	
mp28	Verdeata	kg	0.02	
mp87	Ulei de masline	litru	0.003	
mp49	Mix salata	kg	0.02	
va2242	Sos tahina	kg	0.015	
va2244	Sos mango	kg	0.01	

Retetar

53 Labane 120g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp51	Smantana	kg	0.025	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp87	Ulei de masline	litru	0.025	
mp11	laurt	kg	0.075	

Retetar

41 Kebab Aubergine din Antricot

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	

64	Humus	kg	0.1
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.015
mp56	Sare	kg	0.002
mp52	Rosii cherry	kg	0.015
mp64	Ardei iute	kg	0.015
mp16	Antricot cal.2	kg	0.18
mp63	Rosii	kg	0.1
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp49	Mix salata	kg	0.02
va2199	Ceapa Rosie	kg	0.035
va2242	Sos tahina	kg	0.015
va2244	Sos mango	kg	0.01

Retetar

84 Salata de muraturi facute in casa

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp7	Apio	kg	0.01
mp56	Sare	kg	0.003
mp72	Fenicul	kg	0.01
mp1	Morcovi	kg	0.03
mp46	Ardei	kg	0.02
mp191	Piper boabe mp	kg	0
Lg205	Varza	kg	0.04
mp115	Otet	litru	0.005
mp122	Telina	kg	0.01
mp47	Conopida	kg	0.02

Retetar

32 Cotletele de berbecut

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara	kg	0.1
79	Legume rustice la cuptor	kg	0.13
mp56	Sare	kg	0.001
mp9	Cotlete oaie	kg	0.2
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.002
va2242	Sos tahina	kg	0.02
va2244	Sos mango	kg	0.01

Retetar

57 Ceviche de ton

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp2	Ceapa	kg	0.01
mp79	Ton	kg	0.07
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.001

va2242	Sos tahina	Porti	0.01
va2244	Sos mango	Porti	0.005

Retetar

48 Humus vegan bazini

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
64	Humus	kg	0.18	
mp126	Masline mp	kg	0.01	
mp37	Rosii uscate	kg	0.005	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
va2240	Sos pesto	kg	0.03	

Retetar

111 Paste Siciliene

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp188	Chilli	kg	0.001	
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.22	
mp63	Rosii	kg	0.05	
mp28	Verdeata	kg	0.002	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
va2241	Sos de rosii facut in casa	kg	0.1	

Retetar

94 Salata Aubergine 250g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp139	Smochine mp	kg	0.015	
mp102	Branza feta	kg	0.04	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.001	
mp56	Sare	kg	0.001	
MF39	Lamai mp	kg	0.005	
mp30	Vinete	kg	0.05	
mp85	Miez nuca	kg	0.01	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
mp36	Cartof dulce	kg	0.05	
mp49	Mix salata	kg	0.058	

Retetar

49 Caviar de vinete

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp30	Vinete	kg	0.1	
mp87	Ulei de masline	litru	0.05	
mp29	Germei	kg	0.001	
va2242	Sos tahina	kg	0.02	
va2244	Sos mango	kg	0.015	

Retetar

66 Babaganush 170g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp56	Sare		kg	0.001
mp123	Sos tahina		kg	0.025
mp30	Vinete		kg	0.04
mp28	Verdeata		kg	0.002
mp147	Usturoi		kg	0.002
mp29	Germei		kg	0.001
mp124	Vinete congelate		kg	0.12

Retetar

15 Ciuperci Speciale

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
77	Orez basmati fiert		kg	0.1
mp88	Smantana de gatit		litru	0.05
mp27	Ciuperci		kg	0.2
mp56	Sare		kg	0.002
mp147	Usturoi		kg	0.005
va2241	Sos de rosii facut in casa		kg	0.05

Retetar

100 Malabi

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp144	Fulgi cocos		kg	0.001
MF40	Menta mp		kg	0.001
MF23	Lapte		litru	0.18
mp55	Zahar		kg	0.01
mp118	Fistic		kg	0.003
mp120	Amidon		kg	0.01

Retetar

19 Osso bucco de Berbecut

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
76	Cous-cous fiert		kg	0.1
mp76	Vin de masa		litru	0.02
mp56	Sare		kg	0.002
mp2	Ceapa		kg	0.03
mp1	Morcovi		kg	0.04
mp126	Masline mp		kg	0.01
mp152	Rasol oaie/Ciolan oaie		kg	0.35
mp191	Piper boabe mp		kg	0.001
mp146	Caise uscate		kg	0.02
mp106	Stafide		kg	0.01
mp207	Anason mp		kg	0.0008

Retetar

22 Dorada la cuptor

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara	Porti	0.1
79	Legume rustice la cuptor	Porti	0.135
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp29	Germei	kg	0.001
va2242	Sos tahina	Porti	0.01
va2388	Dorada Bucata	buc	0.3

Retetar

90 Salata cu pui la gratar

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.001
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp18	Piept de pui	kg	0.1
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.001
mp49	Mix salata	kg	0.08
mp57	Susan	kg	0.001
	Castraveti	kg	0.02
	Mango	kg	0.02

Retetar

17 Muschi de vitel cu sos de vin rosu

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
79	Legume rustice la cuptor		0.2
mp76	Vin de masa	litru	0.015
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.002
mp55	Zahar	kg	0.01
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp17	Muschi vita	kg	0.18
mp29	Germei	kg	0.0005

56 Branza saganaki 220g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp102	Branza feta	kg	0.05
mp126	Masline mp	kg	0.015
mp30	Vinete	kg	0.04
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
va2241	Sos de rosii facut in casa	kg	0.075

6 Ciuperci in sos alb 400g

Reteta:	1.00
---------	------

Cod	Denumire	UM	Cantitate
77	Orez basmati fiert	kg	0.12
mp88	Smantana de gatit	litru	0.02
mp27	Ciuperci	kg	0.04
mp56	Sare	kg	0.002
mp140	Nucsoara mp	kg	0.0005

Retetar

25 Pulpa de Rata Confiata 350g

Reteta:		1.00	UM	Cantitate
Cod	Denumire			
244	Piure de cartofi	kg		0.15
mp56	Sare	kg		0.003
mp50	Pulpa rata	kg		0.2
mp77	Fructe de padure	kg		0.02
mp29	Germei	kg		0.001

Retetar

50 Vanata Pshyhedelic 320g

Reteta:		1.00	UM	Cantitate
Cod	Denumire			
mp90	Boia dulce	kg		0.001
mp56	Sare	kg		0.002
MF38	Rodii mp	kg		0.01
mp30	Vinete	kg		0.2
mp87	Ulei de masline	litru		0.01
mp29	Germei	kg		0.001
va2242	Sos tahina	Porti		0.1

Retetar

Retetar

13 Ciuperci Aglio Olio 220g

Reteta:		1.00	UM	Cantitate
Cod	Denumire			
mp27	Ciuperci	kg		0.2
mp188	Chilli	kg		0.001
mp28	Verdeata	kg		0.005
mp147	Usturoi	kg		0.01
mp87	Ulei de masline	litru		0.01

Retetar

93 Salata Quinoa cu Avocado 350g

Reteta:		1.00	UM	Cantitate
Cod	Denumire			
MF40	Menta mp	kg		0.003
mp56	Sare	kg		0.002
MF39	Lamai mp	kg		0.01
mp193	Quinoa mp	kg		0.1
mp63	Rosii	kg		0.07
MF38	Rodii mp	kg		0.025

mp28	Verdeata	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.001
mp35	Avocado	kg	0.12

Retetar

91 Salata israeliana 350g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp2	Ceapa	kg	0.01
mp46	Ardei	kg	0.05
mp63	Rosii	kg	0.2
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp147	Usturoi	kg	0.001
mp62	Castraveti	kg	0.1
mp87	Ulei de masline	litru	0.1

Retetar

Retetar

52 Humus fructe de mare ???

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
64	Humus	kg	0.2
mp76	Vin de masa	litru	0.02
MF39	Lamai mp	kg	0.005
mp52	Rosii cherry	kg	0.02
mp33	Creveti mp	kg	0.05
mp64	Ardei iute	kg	0.002
mp147	Usturoi	kg	0.002
mp87	Ulei de masline	litru	0.005
mp29	Germei	kg	0.001
mp34	Calamar mp	kg	0.08
va2242	Sos tahina	kg	0.15

Retetar

44 Platou branzeturi 700g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
47	Platou de branzeturi 350g	Porti	2

Retetar

10 Muschi de vitel cu ciuperci 350g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara	kg	0.1
79	Legume rustice la cuptor	kg	0.135
mp88	Smantana de gatit	litru	0.04
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005

mp27	Ciuperci	kg	0.04
mp56	Sare	kg	0.002
mp140	Nucsoara mp	kg	0.001
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001
mp17	Muschi vita	kg	0.18
mp29	Germeni	kg	0.001

Retetar

20 File de biban cu quinoa 400g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp193	Quinoa mp	kg	0.1
mp1	Morcovi	kg	0.015
mp28	Verdeata	kg	0.003
mp53	Dovlecei	kg	0.07
mp87	Ulei de masline	litru	0.005
mp29	Germeni	kg	0.001
va2389	Biban Bucata	buc	0.15

Retetar

59 Ceviche de creveti 120g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp25	Mango	kg	0.015
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp33	Creveti mp	kg	0.05
MF38	Rodii mp	kg	0.005
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germeni	kg	0.001
mp35	Avocado	kg	0.06

Retetar

78 Mix frunze cu susan 100g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.015
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp49	Mix salata	kg	0.075
mp57	Susan	kg	0.003

Retetar

74 Salata mix rosii cherry si parmezan 150g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.003
mp52	Rosii cherry	kg	0.035
mp66	Parmezan	kg	0.01
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp49	Mix salata	kg	0.06

mp57 Susan kg 0.004

Retetar

75 Piure de cartof dulce 150g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.002
mp3	Ghimbir	kg	0.005
mp45	Piper alb	kg	0.0005
mp31	Unt	kg	0.001
mp36	Cartof dulce	kg	0.15
mp29	Germei	kg	0.0005

Retetar

108 Paste Pesto 330g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp88	Smantana de gatit	litru	0.1
mp56	Sare	kg	0.005
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.22
va2240	Sos pesto	kg	0.035

Retetar

Retetar

14 Biban in vas de lut 450g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
76	Cous-cous fiert	kg	0.135
mp90	Boia dulce	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.015
mp73	Bulion mp	kg	0.025
mp46	Ardei	kg	0.03
mp28	Verdeata	kg	0.03
mp147	Usturoi	kg	0.01
mp87	Ulei de masline	litru	0.015
mp29	Germei	kg	0.001
va2356	Chimion	kg	0.001
va2389	Biban Bucata	kg	0.35

Retetar

71 Lipie 150g

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp97	Drojdie	kg	0.002
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.002
mp56	Sare	kg	0.001
mp55	Zahar	kg	0.001
mp44	Faina mp	kg	0.09
mp87	Ulei de masline	litru	0.003

Retetar

110 Paste Aubergine 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp1	Morcovi	kg	0.02	
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.22	
mp126	Masline mp	kg	0.1	
mp30	Vinete	kg	0.04	
mp37	Rosii uscate	kg	0.01	
mp53	Dovlecei	kg	0.02	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp87	Ulei de masline	litru	0.005	
	Verdeata	kg	0.005	

Retetar

Retetar

24 Humus cu mix ciuperci 400g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
64	Humus	kg	0.14	
55	Ciuperci pleurotus/Manali	kg	0.03	
mp90	Boia dulce	kg	0.0001	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.02	
mp27	Ciuperci	kg	0.04	
mp69	Ciuperci shimeji	kg	0.02	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
mp29	Germei	kg	0.002	
va2242	Sos tahina	kg	0.02	
	Mix salata	kg	0.01	
	Rosii	kg	0.01	

Retetar

Retetar

51 Rondele de vinete cu tahina colorata

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.01	
mp56	Sare	kg	0.005	
mp64	Ardei iute	kg	0.003	
mp123	Pasta de susan	kg	0.05	
mp30	Vinete	kg	0.15	
mp28	Verdeata	kg	0.005	
mp29	Germei	kg	0.001	
va2244	Sos mango	Porti	0.015	

Retetar

62 Platou mediteraneeen 700g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
63	Platou mediteraneeen 350g	Porti	2

Retetar

Retetar

87 Salata cu Creveti si Avocado 300g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp52	Rosii cherry	kg	0.04
mp33	Creveti mp	kg	0.05
mp66	Parmezan	kg	0.02
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp49	Mix salata	kg	0.07
mp35	Avocado	kg	0.1

Retetar

112 Paste Alfredo 350g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp88	Smantana de gatit	litru	0.07
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.01
mp27	Ciuperci	kg	0.06
mp56	Sare	kg	0.002
mp140	Nucsoara mp	kg	0.0005
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.22
mp87	Ulei de masline	litru	0.01

Retetar

21 Piept de Rata 320g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.001
mp61	Cartofi	kg	0.1
MF38	Rodii mp	kg	0.015
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001
mp36	Cartof dulce	kg	0.07
mp29	Germenii	kg	0.001
va2239	Sos de vin rosu	kg	0.02
va2391	Piept rata Bucata	kg	0.17

Retetar

34 Oala de vinete 400g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
64	Humus	kg	0.12

mp52	Rosii cherry	kg	0.03
mp30	Vinete	kg	0.32
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp29	Germei	kg	0.001
va2242	Sos tahina	kg	0.03
va2244	Sos mango	kg	0.01

Retetar

18 Somon in stil marocan 450g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
76	Cous-cous fiert	kg	0.13
mp24	File de somon	kg	0.17
mp90	Boia dulce	kg	0.002
mp56	Sare	kg	0.005
MF39	Lamai mp	kg	0.01
mp73	Bulion mp	kg	0.02
mp46	Ardei	kg	0.015
mp55	Zahar	kg	0.002
mp28	Verdeata	kg	0.003
mp147	Usturoi	kg	0.01
va2241	Sos de rosii facut in casa	kg	0.1
va2356	Chimion	kg	0.001

Retetar

65 Ceviche de somon 120g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp24	File de somon	kg	0.06
mp25	Mango	kg	0.015
MF39	Lamai mp	kg	0.015
mp2	Ceapa	kg	0.005
mp46	Ardei	kg	0.01
MF38	Rodii mp	kg	0.015
mp28	Verdeata	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.001

Retetar

27 Quinoa cu ciuperci 400g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp90	Boia dulce	kg	0.001
mp27	Ciuperci	kg	0.07
mp69	Ciuperci shimeji	kg	0.04
mp2	Ceapa	kg	0.06
mp193	Quinoa mp	kg	0.08
mp28	Verdeata	kg	0.002
mp12	Tofu	kg	0.05
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.002
mp59	Ciuperci pleurotus_mp	kg	0.04
va2242	Sos tahina	kg	0.03
va2244	Sos mango	kg	0.01

Retetar

12 Midii aubergine 700g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
9	Midii aubergine 450g		Porti	2

Retetar

104 Parfait de halva 145g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp43	Physallis		kg	0.004
mp25	Mango		kg	0.015
mp142	Frisca mp		kg	0.05
Ingr216	Praf de copt		kg	0.0005
mp55	Zahar		kg	0.01
mp123	Pasta de susan		kg	0.02
mp31	Unt		kg	0.005
mp44	Faina mp		kg	0.02
mp118	Fistic		kg	0.004
mp91	Afine mp		kg	0.015
va2421	Sos Curmale 15p		kg	0.015

Retetar

28 Biban de mare la cuptor 450g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara			80
79	Legume rustice la cuptor			135
mp54	Ulei fl. soarelui		litru	0.005
MF39	Lamai mp		kg	0.035
mp87	Ulei de masline		litru	0.01
mp29	Germei		kg	0.002
va2389	Biban Bucata			0.35

Retetar

54 Humus cu trufe 230g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
64	Humus			0.21
Ingr214	Crema trufe		kg	0.015

Retetar

67 Platou mix vegan 700g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
68	Platou mix vegan 400 g		Porti	2

Retetar

Retetar

113 Paste cu Somon 400g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp24	File de somon	kg	0.08
mp88	Smantana de gatit	litru	0.1
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.002
mp140	Nucsoara mp	kg	0.0005
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.24
mp45	Piper alb	kg	0.0005
va2241	Sos de rosii facut in casa		0.05

Retetar

58 Shakshuka cu lipie 380 g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp90	Boia dulce	kg	0.001
mp56	Sare	kg	0.003
mp73	Bulion mp	kg	0.015
mp55	Zahar	kg	0.001
mp45	Piper alb	kg	0.001
mp63	Rosii	kg	0.1
mp28	Verdeata	kg	0.002
mp147	Usturoi	kg	0.003
mp13	Oua	buc	3
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
	Lipie	portie	1

Retetar

107 Paste Aglio Olio 380g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0
mp56	Sare	kg	0.0005
mp188	Chilli	kg	0.001
mp94	Paste/tagliatelle fierte	kg	0.34
mp28	Verdeata	kg	0.01
mp147	Usturoi	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.03

Retetar

31 Somon in crusta de fistic 500g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
79	Legume rustice la cuptor	kg	0.27
mp24	File de somon	kg	0.18
mp76	Vin de masa	litru	0.02

mp126	Masline mp	kg	0.01
mp52	Rosii cherry	kg	0.02
mp31	Unt	kg	0.01
mp37	Rosii uscate	kg	0.005
mp28	Verdeata	kg	0.002
mp118	Fistic	kg	0.01
mp147	Usturoi	kg	0.005
mp129	Capere	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.005
mp29	Germei	kg	0.001
mp74	Pesmet	kg	0.002
va2242	Sos tahina		0.02

Retetar

99 Chocolate Delice 120g

Reteta:		21.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp43	Physallis	kg	0.003	
mp70	Ciocolata	kg	0.035	
mp144	Fulgi cocos	kg	0.01	
mp56	Sare	kg	0.0005	
mp141	Cacao mp	kg	0.005	
mp142	Frisca mp	kg	0.04	
MF36	Portocale	kg	0.001	
MF23	Lapte	litru	0.025	
mp55	Zahar	kg	0.003	
Ingr210	Zahar pudra	kg	0.008	
mp44	Faina mp	kg	0.002	
mp85	Miez nuca	kg	0.002	
mp13	Oua	buc	0.01	
mp91	Afine mp	kg	0.05	
va2243	Sos capsuni	kg	0.01	

Retetar

37 Piept de pui marinat 450g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara	kg	0.1	
79	Legume rustice la cuptor	kg	0.1	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0	
mp123	Pasta de susan	kg	0.01	
mp28	Verdeata	kg	0.001	
mp18	Piept de pui	kg	0.2	
mp29	Germei	kg	0.01	
va2242	Sos tahina	kg	0.01	
va2244	Sos mango	kg	0.01	

Retetar

80 Cartofi la cuptor cu nucsoara 200g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005	
mp56	Sare	kg	0.005	

mp61	Cartofi	kg	0.2
mp140	Nucsoara mp	kg	0.0005
mp28	Verdeata	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
	Germei	kg	0.001

Retetar

101 Cheesecake Aubergine 200g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp43	Physallis	kg	0.003
mp189	Creme Ole	kg	0.005
mp119	Zahar vanilat	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.008
mp142	Frisca mp	kg	0.04
Ingr216	Praf de copt	kg	0.001
mp55	Zahar	kg	0.008
mp14	Branza philadelphia	kg	0.05
mp31	Unt	kg	0.01
Ingr210	Zahar pudra	kg	0.005
mp44	Faina mp	kg	0.015
mp13	Oua	buc	0.05
mp26	Capsune	kg	0.015
mp91	Afine mp	kg	0.005
mp98	Branza de vaci	kg	0.033

Retetar

Retetar

40 Vinete cu Antricot 375g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.01
mp2	Ceapa	kg	0.015
mp52	Rosii cherry	kg	0.015
mp16	Antricot cal.2	kg	0.13
mp30	Vinete	kg	0.14
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp29	Germei	kg	0.002
mp49	Mix salata	kg	0.03
va2242	Sos tahina	kg	0.02
va2244	Sos mango	kg	0.01

Retetar

Retetar

33 Mix de fructe de mare 430g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp21	Midii	kg	0.04
mp76	Vin de masa	litru	0.03

mp56	Sare	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.015
mp188	Chilli	kg	0.001
mp33	Creveti mp	kg	0.07
mp31	Unt	kg	0.02
mp28	Verdeata	kg	0.002
mp147	Usturoi	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp34	Calamar mp	kg	0.13
va2241	Sos de rosii facut in casa		0.07

Retetar

38 Pui Marocan cu Anason 500g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
76	Cous-cous fiert		0.12
mp90	Boia dulce	kg	0.0005
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.0005
mp2	Ceapa	kg	0.04
mp1	Morcovi	kg	0.05
MF36	Portocale	kg	0.08
mp55	Zahar	kg	0.005
mp28	Verdeata	kg	0.001
mp116	Scortisoara	kg	0.0005
mp106	Stafide	kg	0.005
mp207	Anason mp	kg	0.0005
mp29	Germei	kg	0.0001
mp20	Ciocanele pui	kg	0.2

Retetar

60 Ficatei Aubergine 200g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
84	Salata de muraturi facute in casa	Porti	0.025
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.001
mp2	Ceapa	kg	0.02
mp55	Zahar	kg	0.005
mp19	Ficat de pui	kg	0.08
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001
mp85	Miez nuca	kg	0.01
mp13	Oua	buc	0.2 buc
mp87	Ulei de masline	litru	0.015
mp29	Germei	kg	0.001

Retetar

64 Humus de casa cu tahina 230g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.0005
mp110	Naut	kg	0.18
mp64	Ardei iute	kg	0.002
mp123	Pasta de susan	kg	0.03

mp145	Bicarbonat mp	kg	0
mp28	Verdeata	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.02

Retetar

Retetar

72 Paine de casa 250g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp97	Drojdie	kg	0.005
mp56	Sare	kg	0.002
mp135	Tarate	kg	0.005
mp155	Curcuma	kg	0.004
mp55	Zahar	kg	0.005
mp39	Miez floarea soarelui	kg	0.005
mp44	Faina mp	kg	0.1
mp87	Ulei de masline	litru	0.005
mp57	Susan	kg	0.005
va2233	Faina neagra	kg	0.042

Retetar

55 Ciuperci pleurotus/Manali 380g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
77	Orez basmati fiert		0.12
mp88	Smantana de gatit	litru	0.1
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.0005
mp2	Ceapa	kg	0.02
mp1	Morcovi	kg	0.01
mp63	Rosii	kg	0.02
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp59	Ciuperci pleurotus_mp	kg	0.12
mp199	Cury	kg	0.0001

Retetar

79 Legume rustice la cuptor 270g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp90	Boia dulce	kg	0.0005
mp27	Ciuperci	kg	0.04
mp56	Sare	kg	0.001
mp1	Morcovi	kg	0.05
mp30	Vinete	kg	0.035
mp87	Ulei de masline	litru	0.035
mp36	Cartof dulce	kg	0.05
mp47	Conopida	kg	0.04
va2199	Ceapa Rosie	kg	0.04

Retetar

69 Falafel in trei culori 300g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
64	Humus	kg	0.1
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.003
mp2	Ceapa	kg	0.02
mp1	Morcovi	kg	0.02
mp46	Ardei	kg	0.02
mp110	Naut	kg	0.08
mp64	Ardei iute	kg	0.002
mp4	Sfecla	kg	0.02
mp28	Verdeata	kg	0.01
mp147	Usturoi	kg	0.005
mp62	Castraveti	kg	0.02
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp36	Cartof dulce	kg	0.03
mp197	Coriandru boabe	kg	0.003
va2242	Sos tahina	kg	0.03
va2244	Sos mango	kg	0.01

Retetar

89 Salata Greceasca Rustica 350g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp102	Branza feta	kg	0.1
mp56	Sare	kg	0.0001
mp2	Ceapa	kg	0.015
mp46	Ardei	kg	0.08
mp126	Masline mp	kg	0.01
mp129	Capere	kg	0.005
mp62	Castraveti	kg	0.12
mp87	Ulei de masline	litru	0.02

Retetar

26 Humus cu Antricot 350g

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
64	Humus		0.125
mp52	Rosii cherry	kg	0.015
mp16	Antricot cal.2	kg	0.12
mp28	Verdeata	kg	0.002
mp49	Mix salata	kg	0.02
va2242	Sos tahina		0.06
va2244	Sos mango		0.01

Retetar

77 Orez basmati fiert 120g

Reteta:	1.00
----------------	-------------

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.001
mp42	Lemon grass	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.005
va2234	Orez basmaty	kg	0.06

Retetar

61 Vinete cu creveti si calamari 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp76	Vin de masa	litru	0.02	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp126	Masline mp	kg	0.005	
mp52	Rosii cherry	kg	0.02	
mp33	Creveti mp	kg	0.06	
mp30	Vinete	kg	0.175	
mp28	Verdeata	kg	0.002	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp87	Ulei de masline	litru	0.02	
mp29	Germei	kg	0.001	
mp34	Calamar mp	kg	0.08	
va2242	Sos tahina	kg	0.01	
va2244	Sos mango	kg	0.01	

Retetar

35 Shaorma Vegana 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
64	Humus		0.12	
55	Ciuperci pleurotus/Manali		0.06	
mp2	Ceapa	kg	0.04	
mp46	Ardei	kg	0.04	
mp30	Vinete	kg	0.04	
mp28	Verdeata	kg	0.002	
mp62	Castraveti	kg	0.05	
mp49	Mix salata	kg	0.02	
va2242	Sos tahina		0.02	
va2244	Sos mango		0.005	

Retetar

92 Salata de linte cu rodie si legume 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp25	Mango	kg	0.04	
mp56	Sare	kg	0.001	
MF39	Lamai mp	kg	0.02	
mp46	Ardei	kg	0.06	
MF38	Rodii mp	kg	0.04	
mp39	Miez floarea soarelui	kg	0.005	
mp151	Linie	kg	0.1	
mp28	Verdeata	kg	0.005	
mp62	Castraveti	kg	0.04	
mp85	Miez nuca	kg	0.002	
mp87	Ulei de masline	litru	0.02	

mp29	Germeii	kg	0.001
mp57	Susan	kg	0.001

Retetar

36 Creveti trasi la tigaie cu orez basmati 400g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
77	Orez basmati fiert	kg	0.13	
mp76	Vin de masa	litru	0.05	
mp56	Sare	kg	0.001	
MF39	Lamai mp	kg	0.025	
mp33	Creveti mp	kg	0.1	
mp31	Unt	kg	0.01	
mp28	Verdeata	kg	0.005	
mp147	Usturoi	kg	0.01	
mp87	Ulei de masline	litru	0.02	
va2241	Sos de rosii facut in casa	kg	0.12	

Retetar

4 Shakshuka Vegana 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp73	Bulion mp	kg	0.025	
mp63	Rosii	kg	0.08	
mp28	Verdeata	kg	0.002	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp12	Tofu	kg	0.08	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
mp29	Germeii	kg	0.001	
va2241	Sos de rosii facut in casa		0.1	

Retetar

Retetar

242 Peste Tlv servit cu orez basmati 350g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
77	Orez basmati fiert		0.1	
MF39	Lamai mp	kg	0.02	
mp126	Masline mp	kg	0.015	
mp64	Ardei iute	kg	0.0001	
mp37	Rosii uscate	kg	0.005	
mp28	Verdeata	kg	0.005	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp129	Capere	kg	0.01	
mp29	Germeii	kg	0.002	
va2389	Biban Bucata		0.15	

Retetar

243 Ton la gratar cu legume 450g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
80	Cartofi la cuptor cu nucsoara		kg	0.08
79	Legume rustice la cuptor		kg	0.13
mp76	Vin de masa		litru	0.03
mp56	Sare		kg	0.001
MF39	Lamai mp		kg	0.015
mp79	Ton		kg	0.18
mp191	Piper boabe mp		kg	0.001
mp28	Verdeata		kg	0.003
mp129	Capere		kg	0.005
	rosii cherry		kg	0.015

Retetar

244 Piure de cartofi 200g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp56	Sare		kg	0.002
mp61	Cartofi		kg	0.16
MF23	Lapte		litru	0.025
mp45	Piper alb		kg	0.001
mp31	Unt		kg	0.015
Ingr214	Crema trufe		kg	0.002

Retetar

262 Mousse de avocado 200g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp43	Physallis		kg	0.004
MF40	Menta mp		kg	0.001
MF36	Portocale		kg	0.06
mp55	Zahar		kg	0.01
mp118	Fistic		kg	0.005
mp26	Capsune		kg	0.03
mp35	Avocado		kg	0.1

Retetar

268 Creme Brulee 150g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp42	Lemon grass		kg	0.001
mp142	Frisca mp		kg	0.09
MF36	Portocale		kg	0.01
MF23	Lapte		litru	0.02
mp55	Zahar		kg	0.012
mp6	Banane		kg	0.02
mp13	Oua		buc	1
mp38	Zahar brun		kg	0.015

Retetar

va2239 Sos de vin rosu 25g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp76	Vin de masa		litru	0.02
mp55	Zahar		kg	0.005

Retetar

va2240 Sos pesto 35g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp56	Sare		kg	0.0005
mp109	Busuioc mp		kg	0.02
mp147	Usturoi		kg	0.0005
mp87	Ulei de masline		litru	0.015

Retetar

va2241 Sos de rosii facut in casa 100g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui		litru	0.002
mp56	Sare		kg	0.0005
mp2	Ceapa		kg	0.015
mp1	Morcovi		kg	0.015
mp55	Zahar		kg	0.0005
mp89	Rosii decojite		kg	0.067

Retetar

va2242 Sos tahina 30g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp56	Sare		kg	0.003
MF39	Lamai mp		kg	0.005
mp123	Pasta de susan		kg	0.015
mp45	Piper alb		kg	0.002

Retetar

va2243 Sos capsuni 30g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp55	Zahar		kg	0.025
mp26	Capsune		kg	0.005

Retetar

va2244 Sos mango 10g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire		UM	Cantitate
mp25	Mango		kg	0.01
mp56	Sare		kg	0.0005
mp55	Zahar		kg	0.0005

Retetar

Retetar

va2328 Steak Antricot Maturat 450g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.003
mp52	Rosii cherry	kg	0.02
mp31	Unt	kg	0.01
mp147	Usturoi	kg	0.001
mp83	Rozmarin	kg	0.001
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp49	Mix salata	kg	0.04
va2435	Antricot cal.1	kg	0.24
	ceapa	kg	20
	conopida	kg	40
	cartof la cuptor cu nucsoara	portie	0.5 portii

va2364 Salata cu quinoa si calamari 300g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
MF40	Menta mp	kg	0.003
mp56	Sare	kg	0.002
MF39	Lamai mp	kg	0.02
mp193	Quinoa mp fiarta	kg	0.08
mp63	Rosii	kg	0.035
MF38	Rodii mp	kg	0.015
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.02
mp29	Germenii	kg	0.001
mp34	Calamar mp la tigaie	kg	0.07

Retetar

va2365 Mousse de ciocolata vegana 200g

Reteta: 5.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp43	Physallis	kg	0.003
mp144	Fulgi cocos	kg	0.002
mp141	Cacao mp	kg	0.004
MF36	Portocale	kg	0.06
mp55	Zahar	kg	0.1
mp6	Banane	kg	0.04
mp118	Fistic	kg	0.004
mp112	Lapte cocos	litru	0.05
mp35	Avocado	kg	0.08

Retetar

64 Humus

Reteta:

1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp56	Sare	0.003	kg
mp110	Naut fiert	0.18	kg
mp64	Ardei iute	0.002	kg
mp123	Pasta de susan	0.03	kg
mp145	Bicarbonat mp	0.005	kg
mp28	Verdeata	0.001	kg
mp87	Ulei de masline	0.02	litru

114 Supa zilei

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005	
mp56	Sare	kg	0.001	
mp2	Ceapa	kg	0.05	
mp61	Cartofi	kg	0.03	
mp1	Morcovi	kg	0.05	
mp3	Ghimbir	kg	0.001	
mp45	Piper alb	kg	0.0001	
mp36	Cartof dulce	kg	0.06	
mp29	Germei	kg	0.001	
va2242	Sos tahina	kg	0.015	
va2431	Crutoane	Porti	1	

Retetar

Retetar

116 Supa 2 in 1

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
va2237	Supa Crema de Ciuperci	Porti	0.5	
va2238	Supa Portocalie	Porti	0.5	

Retetar

47 Platou de branzeturi 400g

Reteta:		1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
53	Labane	kg	0.06	
mp43	Physallis	kg	0.005	
mp139	Smochine mp	kg	0.02	
mp99	Branza cu mucegai	kg	0.04	
mp5	Mere kg	kg	0.02	
mp66	Parmezan	kg	0.07	
MF38	Rodii mp	kg	0.015	
mp146	Caise uscate	kg	0.02	
mp100	Branza brie	kg	0.04	

mp101	Branza camembert	kg	0.04
mp85	Miez nuca	kg	0.015
mp91	Afine mp	kg	0.005
mp111	Struguri	kg	0.02

Retetar

Retetar

30 Steak de vinete vegan 350g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp63	Rosii	kg	0.2
mp30	Vinete	kg	0.2
mp28	Verdeata	kg	0.005
mp147	Usturoi	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.01
mp29	Germei	kg	0.001
mp49	Mix salata	kg	0.03
va2242	Sos tahina	kg	0.02
va2244	Sos mango	kg	0.01
	ridichi	kg	0.005
	rosii cherry	kg	0.02
	ulei de floarea soarelui	litru	0.04

Retetar

9 Midii aubergine 450g

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp21	Midii	kg	0.1
mp76	Vin de masa	litru	0.04
mp56	Sare	kg	0.005
MF39	Lamai mp	kg	0.02
mp28	Verdeata	kg	0.05
mp147	Usturoi	kg	0.01
mp87	Ulei de masline	litru	0.015
va2241	Sos de rosii facut in casa		0.1

Retetar

Retetar

va2237 Supa Crema de Ciuperci

Reteta: 1.00

Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp27	Ciuperci	kg	0.06
mp56	Sare	kg	0.0005
mp2	Ceapa	kg	0.04
mp61	Cartofi	kg	0.04
mp140	Nucsoara mp	kg	0.0005
mp45	Piper alb	kg	0.0005
va2242	Sos tahina		0.01

Retetar

va2238 Supa Portocalie

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.003
mp56	Sare	kg	0.002
mp2	Ceapa	kg	0.04
mp61	Cartofi	kg	0.03
mp1	Morcovi	kg	0.05
mp3	Ghimbir	kg	0.005
mp45	Piper alb	kg	0.001
va2242	Sos tahina	kg	0.01

Retetar

Retetar

va2339 Supa Crema de Linte Office

Reteta:	15.00		1 portie
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.001
mp2	Ceapa	kg	0.02
mp61	Cartofi	kg	0.02
mp45	Piper alb	kg	0.001
mp151	Linte	kg	0.03
mp147	Usturoi	kg	0.005
mp87	Ulei de masline	litru	0.007
va2242	Sos tahina	kg	0.01

Retetar

va2340 Supa Crema de Cartofi Dulci Office

Reteta:	15.00		1 portie
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.002
mp56	Sare	kg	0.002
mp2	Ceapa	kg	0.03
mp140	Nucsoara mp	kg	0.001
mp1	Morcovi	kg	0.04
mp3	Ghimbir	kg	0.02
mp45	Piper alb	kg	0.01
mp87	Ulei de masline	litru	0.02
mp36	Cartof dulce	kg	0.03
va2242	Sos tahina	kg	0.01

Retetar

va2341 Supa Crema de Sfecla Office

Reteta:	15.00		1 portie
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.005
mp56	Sare	kg	0.003
mp2	Ceapa	kg	0.03

mp61	Cartofi	kg	0.03
mp3	Ghimbir	kg	0.002
mp45	Piper alb	kg	0.001
mp4	Sfecla	kg	0.06
mp87	Ulei de masline	litru	0.002
va2242	Sos tahina	kg	0.01

Retetar

va2342 Supa Crema de Morcov Office

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
va2238	Supa Portocalie	Porti	1

Retetar

va2343 Supa Crema de Pastarnac Office

Reteta:		15.00		1 portie
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.02	
mp56	Sare	kg	0.002	
Lg204	Pastarnac	kg	0.08	
mp2	Ceapa	kg	0.03	
mp61	Cartofi	kg	0.03	
mp45	Piper alb	kg	0.001	
mp147	Usturoi	kg	0.005	
mp29	Germei	kg	0.001	

Retetar

va2345 Supa Crema de Vinete Office

Reteta:		12.00		1 portie
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp2	Ceapa	kg	0.03	
mp61	Cartofi	kg	0.03	
mp45	Piper alb	kg	0.001	
mp30	Vinete	kg	0.1	
mp87	Ulei de masline	litru	0.01	
va2242	Sos tahina	kg	0.01	

Retetar

va2358 Supa Crema de Conopida Office

Reteta:		10.00		1 portie
Cod	Denumire	UM	Cantitate	
mp56	Sare	kg	0.002	
mp2	Ceapa	kg	0.05	
mp61	Cartofi	kg	0.03	
mp140	Nucsoara mp	kg	0.001	
mp45	Piper alb	kg	0.001	
mp29	Germei	kg	0.001	

mp47	Conopida	kg	0.06
va2242	Sos tahina	kg	0.01

Retetar

va2362 Supa Crema de Vinete cu ou 300g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp13	Oua	buc	1.00
va2345	Supa Crema de Vinete Office	Porti	1.00

Retetar

va2399 Supa Crema de Mazare Office

Reteta:		20.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.01
mp2	Ceapa	kg	0.40
mp61	Cartofi	kg	0.40
mp114	Mazare	kg	2.00
mp29	Germei	kg	0.02

Retetar

va2411 Inghetata 2 cupe-100g

Reteta:		1.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp32	Inghetata mp	kg	0.1

Retetar

va2420 Supa Crema de Praz Office

Reteta:		15.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp54	Ulei fl. soarelui	litru	0.08
mp56	Sare	kg	0.02
mp2	Ceapa	kg	1.00
mp61	Cartofi	kg	0.70
mp3	Ghimbir	kg	0.02
mp45	Piper alb	kg	0.01
mp48	Praz	kg	3.00
mp87	Ulei de masline	litru	0.08

Retetar

va2421 Sos Curmale 15p

Reteta:		15.00	
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp55	Zahar	kg	0.20
Fr220	Curmale	kg	0.50

Retetar

va2428 Calamari la tigaie cu vin alb

Reteta:	1.00		
Cod	Denumire	UM	
mp76	Vin alb de masa	0.06	litru
MF39	Lamai mp	0.02	kg
mp52	Rosii cherry	0.03	kg
mp28	Verdeata	0.003	kg
mp147	Usturoi	0.05	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp34	Calamar mp	0.13	kg

Retetar

va2431 Crutoane 10p

Reteta:	10.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp56	Sare	kg	0.001
Ingr233	Paine toast 600g	buc	0.8
mp31	Unt	kg	0.05
mp191	Piper boabe mp	kg	0.001
mp147	Usturoi	kg	0.007
Ingr212	Oregano	kg	0.003
mp87	Ulei de masline	litru	0.05

Retetar

va2434 Supa crema de legume Office 15p

Reteta:	15.00		
Cod	Denumire	UM	Cantitate
mp2	Ceapa	kg	0.5
mp1	Morcovi	kg	1
mp53	Dovlecei	kg	0.15
mp147	Usturoi	kg	0.035
mp36	Cartof dulce	kg	0.7
mp47	Conopida	kg	0.35

Retetar

va2430 Fructe de mare in stil grecesc

Reteta:	1.00	Porti	
Cod	Denumire		
mp76	Vin alb de masa	0.03	litru
MF39	Lamai mp	0.02	kg
mp126	Masline mp	0.005	kg

mp52	Rosii cherry	0.015	kg
mp33	Creveti mp	0.07	kg
Lg214	Edamame	0.035	kg
mp28	Verdeata	0.005	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp29	Germei	0.02	kg
mp34	Calamar mp	0.07	kg
va2272	Bame	0.04	kg
va2526	Tzatziki Mezze	0.1	kg

va2531 Supa cu fructe de mare 500g

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp21	Midii	0.05	kg
mp76	Vin alb de masa	0.04	litru
mp56	Sare	0.002	kg
MF39	Lamai mp	0.02	kg
mp33	Creveti mp	0.06	kg
mp45	Piper alb	0.002	kg
mp63	Rosii	0.04	kg
mp28	Verdeata	0.005	kg
mp147	Usturoi	0.007	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp34	Calamar mp	0.07	kg
	sos de rosii facut in casa	0.08	kg

va2537 Salata de sfecla Mezze 10portii 100g/portie

Reteta: 10.00 Porti

Cod	Denumire		
		0.005	kg
mp56	Sare	0.08	kg
MF39	Lamai mp	1	kg
mp4	Sfecla	0.015	kg
mp28	Verdeata	0.1	litru
mp115	Otet		

va2546 Salata bucatarului cu creveti

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp33	Creveti mp	0.09	kg
va2543	Salata bucatarului baza	1	Porti

va2544 Salata bucatarului cu somon

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp24	File de somon	0.05	kg
va2543	Salata bucatarului baza	1	Porti

Retetar

va2532 Molten Chocolate 4portii

Reteta: 4.00 Porti

Cod	Denumire		
mp43	Physallis	0.016	kg
mp70	Ciocolata	0.08	kg
mp142	Frisca mp	0.12	kg
mp55	Zahar	0.04	kg
mp31	Unt	0.07	kg
mp32	Inghetata mp	0.2	kg
mp44	Faina mp	0.03	kg
mp13	Oua	1	buc
mp26	Capsune	0.05	kg
mp91	Afine mp	0.2	kg

va2551 File de cod cu sos beurre blanc

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp76	Vin alb de masa	0.035	litru
mp88	Smantana de gatit	0.045	litru
mp56	Sare	0.001	kg
Lg214	Edamame	0.02	kg
mp147	Usturoi	0.005	kg
mp81	Broccoli	0.025	kg
mp87	Ulei de masline	0.005	litru
mp36	Cartof dulce	0.025	kg
mp47	Conopida	0.05	kg
va2199	Ceapa Rosie	0.03	kg
va2272	Bame	0.02	kg
va2487	Cod alb file	0.16	kg

va2533 Obrajori de vita cu legume 10portii

Reteta:

10.00 Porti

Cod	Denumire		
244	Piure de cartofi	10	Porti
mp56	Sare	0.02	kg
mp2	Ceapa	0.2	kg
mp1	Morcovi	0.6	kg
mp194	Foi dafin	0.003	kg
mp31	Unt	0.03	kg
mp191	Piper boabe mp	0.007	kg
Lg214	Edamame	0.15	kg
mp53	Dovlecei	0.22	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
mp106	Stafide	0.02	kg
mp81	Broccoli	0.2	kg
mp36	Cartof dulce	0.3	kg
va2199	Ceapa Rosie	0.6	kg
va2467	Vin rosu de masa	0.5	litru
va2491	Obrajori de vitel kg	2	kg

va2530 Paste cu pui si sos alb

Reteta:

1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp88	Smantana de gatit	0.06	litru
mp56	Sare	0.002	kg
mp94	Paste/tagliatelle fierte	0.2	kg
mp45	Piper alb	0.002	kg
mp103	Pulpa pui	0.06	kg
mp147	Usturoi	0.005	kg
Lg209	Coriandru fresh	0.002	kg

va2523 Conopida la cuptor

Reteta:

1.00 Porti

Cod	Denumire		
71	Lipie	1	Porti
mp56	Sare	0.002	kg
mp87	Ulei de masline	0.02	litru
mp47	Conopida	0.3	kg
va2242	Sos tahina	0.05	kg

va2542 Legume verzi pe pat de labane

Reteta:

1.00 Porti

Cod	Denumire		
53	Labane facut in casa	0.07	kg
mp56	Sare	0.001	kg
mp45	Piper alb	0.001	kg
mp114	Mazare	0.02	kg
Lg214	Edamame	0.03	kg
mp28	Verdeata	0.003	kg
mp53	Dovlecei	0.05	kg
mp147	Usturoi	0.003	kg
mp81	Broccoli	0.07	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
va2199	Ceapa Rosie	0.04	kg
va2272	Bame	0.03	kg
va2526	Tzatziki Mezze	0.1	kg

va2529 Vinete brulee

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
66	Babaganush	1	Porti
71	Lipie	1	Porti
mp102	Branza feta	0.04	kg
mp66	Parmezan	0.03	kg

va2536 Salata de morcov Mezze 10p

Reteta: 10.00 Porti

Cod	Denumire		
mp90	Boia dulce	0.015	kg
mp54	Ulei fl. soarelui	0.1	litru
mp56	Sare	0.005	kg
MF39	Lamai mp	0.1	kg
mp1	Morcovi	1	kg
mp64	Ardei iute	0.04	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
Lg209	Coriandru fresh	0.03	kg
mp115	Otet	0.12	litru

va2538 Salata Madbuha Mezze 10p

Reteta: 10.00 Porti

Cod	Denumire
-----	----------

mp56	Sare	0.005	kg
mp46	Ardei	0.8	kg
mp55	Zahar	0.01	kg
mp64	Ardei iute	0.04	kg
mp89	Rosii decojite	0.2	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
mp87	Ulei de masline	0.02	litru

va2539 Salata de vinete marinate Mezze 10p

Reteta: 10.00 Porti

Cod	Denumire		
mp90	Boia dulce	0.03	kg
mp56	Sare	0.005	kg
MF39	Lamai mp	0.15	kg
mp30	Vinete	1	kg
mp28	Verdeata	0.03	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
mp87	Ulei de masline	0.1	litru
mp115	Otet	0.15	litru

va2526 Tzatziki Mezze 10p

Reteta: 10.00 Porti

Cod	Denumire		
mp56	Sare	0.005	kg
mp45	Piper alb	0.005	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
mp62	Castraveti	0.2	kg
mp115	Otet	0.1	litru
va2199	Ceapa Rosie	0.15	kg
va2527	laurt grecesc kg	0.9	kg

va2524 Creveti in vin alb

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp76	Vin alb de masa	0.08	litru
MF39	Lamai mp	0.02	kg
mp52	Rosii cherry	0.03	kg
mp33	Creveti mp	0.08	kg
mp28	Verdeata	0.002	kg
mp147	Usturoi	0.005	kg

mp87 Ulei de masline 0.01 litru

va2543 Salata bucatarului baza

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
MF40	Menta mp	0.001	kg
mp193	Quinoua mp	0.03	kg
mp126	Masline mp	0.025	kg
mp52	Rosii cherry	0.02	kg
mp110	Naut fiert	0.03	kg
mp39	Miez floarea soarelui	0.002	kg
mp81	Broccoli	0.025	kg
mp129	Capere	0.005	kg
mp36	Cartof dulce	0.02	kg
mp49	Mix salata	0.09	kg
mp35	Avocado	0.07	kg
mp57	Susan	0.001	kg
va2199	Ceapa Rosie	0.025	kg

va2528 Sabih Aubergine

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp54	Ulei fl. soarelui	0.01	litru
mp56	Sare	0.001	kg
mp45	Piper alb	0.001	kg
mp63	Rosii	0.05	kg
mp30	Vinete	0.07	kg
mp13	Oua	1	buc
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp49	Mix salata	0.03	kg
va2242	Sos tahina	0.08	kg
va2244	Sos mango	0.02	kg

va2545 Salata bucatarului cu pui

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp18	Piept de pui	0.1	kg
va2543	Salata bucatarului baza	1	Porti

82 Salata de mango

Reteta: **1.00 Porti**

Cod	Denumire		
mp25	Mango	0.25	kg
mp56	Sare	0.003	kg
MF39	Lamai mp	0.01	kg
mp3	Ghimbir	0.003	kg
mp64	Ardei iute	0.005	kg
MF38	Rodii mp	0.025	kg
mp28	Verdeata	0.002	kg
mp87	Ulei de masline	0.015	litru
Lg209	Coriandru fresh	0.001	kg
mp57	Susan	0.001	kg

16 File somon cu quinoa

Reteta: **1.00 Porti**

Cod	Denumire		
79	Legume rustice la cuptor	0.07	kg
mp193	Quinoua mp fiarta	0.06	kg
mp1	Morcovi	0.04	kg
mp123	Pasta de susan	0.01	kg
mp53	Dovlecei	0.015	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp29	Germei	0.001	kg
va2388	file de somon	0.18	kg

18 File dedorada in stil marocan

Reteta: **1.00 Porti**

Cod	Denumire		
76	Cous-cous	1	Porti
mp24	File de dorada	0.2	kg
mp90	Boia dulce	0.005	kg
mp56	Sare	0.005	kg
MF39	Lamai mp	0.02	kg
mp73	Bulion mp	0.04	kg
mp46	Ardei	0.035	kg
mp55	Zahar	0.005	kg
mp28	Verdeata	0.005	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
va2241	Sos de rosii facut in casa	1	Porti
va2356	Chimion	0.001	kg

va2556 Lipie cu zaatar

Reteta: **1.00 Porti**

Cod	Denumire		
71	Lipie	1	Porti
mp87	Ulei de masline	0.02	litru
	zaatar	0.005	kg

111 Tagliatelle pomodoro 175g

Reteta: **1.00 Porti**

Cod	Denumire		
mp56	Sare	0.001	kg
mp188	Chilli	0.001	kg
mp94	Paste/tagliatelle fierte	0.1	kg
mp63	Rosii	0.07	kg
mp28	Verdeata	0.005	kg
mp147	Usturoi	0.005	kg
mp87	Ulei de masline	0.015	litru
va2241	Sos de rosii	0.5	Porti

va2513 Snitel pui + piure copii

Reteta: **1.00 Porti**

Cod	Denumire		
244	Piure de cartofi	1	Porti
mp54	Ulei fl. soarelui	0.02	litru
mp56	Sare	0.0005	kg
mp44	Faina mp	0.015	kg
mp18	Piept de pui	0.1	kg
mp13	Oua	0.25	buc
mp74	Pesmet	0.02	kg

Piept de pui la gratar + piure - copii

Piept de pui Marinat	portii	0.5
piure de cartofi	portii	1

Piept de pui la gratar + legume - copii

Piept de pui Marinat	portii	0.5
legume rustice la cuptor	portii	1

14 Biban in vas de lut

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
76	Cous-cous	1	Porti
mp90	Boia dulce	0.0005	kg
MF39	Lamai mp	0.02	kg
mp73	Bulion mp	0.04	kg
mp46	Ardei	0.065	kg
mp28	Verdeata	0.005	kg
mp147	Usturoi	0.01	kg
mp87	Ulei de masline	0.02	litru
mp29	Germeni	0.002	kg
va2356	Chimion	0.001	kg
va2389	File de biban	0.18	kg

73 Legume la tigaie

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp27	Ciuperci	0.035	kg
mp1	Morcovi	0.05	kg
mp46	Ardei	0.035	kg
mp191	Piper boabe mp	0.0001	kg
mp28	Verdeata	0.003	kg
mp53	Dovlecei	0.035	kg
mp147	Usturoi	0.005	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp29	Germeni	0.001	kg

va2540 Tava Mezze

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
66	Babaganush	0.6	Porti
71	Lipie	1	Porti
64	Humus	0.4	Porti
va2526	Tzatziki Mezze	1	Porti
va2536	Salata de morcov Mezze	1	Porti
va2537	Salata de sfecla Mezze	1	Porti
va2538	Salata Madbuha Mezze	1	Porti
va2539	Salata de vinete marinate Mezze	1	Porti

va2513 Snitel pui + piure Office

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
84	Salata de muraturi facute in casa	0.5	Porti
244	Piure de cartofi	1	Porti
mp54	Ulei fl. soarelui	0.02	litru
mp56	Sare	0.003	kg
mp44	Faina mp	0.02	kg
mp18	Piept de pui	0.18	kg
mp13	Oua	0.5	buc
mp74	Pesmet	0.025	kg

xxxva240 Office Salata Vegana Fresh

Reteta: 1.00 Porti

Cod	Denumire		
mp54	Ulei fl. soarelui	0.002	litru
mp25	Mango	0.035	kg
mp56	Sare	0.001	kg
MF39	Lamai mp	0.005	kg
mp52	Rosii cherry	0.05	kg
MF38	Rodii mp	0.015	kg
mp62	Castraveti	0.02	kg
mp85	Miez nuca	0.002	kg
mp87	Ulei de masline	0.01	litru
mp36	Cartof dulce	0.03	kg
mp29	Germei	0.002	kg
mp49	Mix salata	0.07	kg
mp35	Avocado	0.045	kg
mp57	Susan	0.001	kg