

CONSILIUL LOCAL AL ORAȘULUI CISNĂDIE

SPITALUL ORĂȘENESC CISNĂDIE

Cisnădie, str. Băilor, nr. 27, județul Sibiu, cod poștal 555300

Tel.: +40 369 105102 | Fax: +40 372 872087

E-mail: spital@socisnadie.ro | Website: www.socisnadie.ro



INFORMAȚII NUTRIȚIONALE MENIU PACIENȚI

SPITALUL ORĂȘENESC CISNĂDIE

Orașul Cisnădie, str. Băilor nr. 27, județul Sibiu

MIC DEJUN

OMLETĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 600 kJ, 149 kCal, Grăsimi: 10 g, din care Acizi Grași Saturați: 3,1 g, Glucide: 1 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 10 g, Fibre: 0 g, Sare: 0,1 g

Ingrediente: ouă

Alergeni: ou

OU FIERT

Valori Nutriționale (100 gr.): 649 kJ, 155 kCal, Grăsimi: 10.6 gr., din care Acizi Grași Saturați: 3.3 gr., Glucide: 1.1 gr., din care Zaharuri: 1.1 gr., Proteine: 12.6 gr., Fibre: 0 gr., Sare: 0.124 gr.

Ingrediente: ouă de găină fierte

Alergeni: ouă

TERCI DE OVĂZ

Valori Nutriționale (100 gr.): 300 kJ, 71 kCal, Grăsimi: 1.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.3 gr., Glucide: 12 gr., din care Zaharuri: 0.5 gr., Proteine: 2.5 gr., Fibre: 1.7 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: fulgi de ovăz, apă

Alergeni: poate conține urme de gluten

PRÂNZ – FELUL 1

SUPĂ CREMĂ DE LEGUME

Valori Nutriționale (100 gr.): 230 kJ, 55 kCal, Grăsimi: 2.1 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.3 gr., Glucide: 6.4 gr., din care Zaharuri: 2.8 gr., Proteine: 1.5 gr., Fibre: 1.7 gr., Sare: 0.8 gr.

Ingrediente: morcov, cartofi, țelină, ardei gras, usturoi, ceapă, mazăre, fasole verde, ulei vegetal, sare, piper, boia, vegeta, frunze de pătrunjel

Alergeni: țelină; vegeta poate conține urme de: țelină, soia, gluten, muștar (în funcție de producător)

SUPĂ CREMĂ DE ROȘII

Valori Nutriționale (100 gr.): 220 kJ, 53 kCal, Grăsimi: 2.4 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.3 gr., Glucide: 6.1 gr., din care Zaharuri: 3.5 gr., Proteine: 1.2 gr., Fibre: 1.3 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: roșii pasate, cartofi, ardei gras, morcovi, ceapă, ulei, sare, piper, vegeta, oregano, busuioc

Alergeni: țelină; vegeta poate conține urme de gluten, soia sau muștar

SUPĂ DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 170 kJ, 40 kCal, Grăsimi: 1.8 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.4 gr., Glucide: 3.2 gr., din care Zaharuri: 1.1 gr., Proteine: 2.2 gr., Fibre: 0.5 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: apă, carne de pui, morcovi, țelină, pătrunjel, ulei, sare, piper, vegeta

Alergeni: poate conține urme de țelină și soia

SUPĂ DE PUI CU TĂIȚEI

Valori Nutriționale (100 gr.): 150 kJ, 36 kCal, Grăsimi: 1.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.2 gr., Glucide: 5.4 gr., din care Zaharuri: 1.4 gr., Proteine: 1.2 gr., Fibre: 0.7 gr., Sare: 0.7 gr.

Ingrediente: Apă, tăiței (făină de grâu), morcovi, țelină, ulei, sare, piper, frunze de pătrunjel

Alergeni: gluten (din tăiței), ou, țelină

SUPĂ DE PUI CU GĂLUȘTE

Valori Nutriționale (100 gr.): 260 kJ, 62 kCal, Grăsimi: 2.8 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.7 gr., Glucide: 5.2 gr., din care Zaharuri: 1.2 gr., Proteine: 3.5 gr., Fibre: 0.5 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: apă, carne de pui, griș, ouă, morcovi, țelină, pătrunjel, ulei, sare, vegeta

Alergeni: ou, gluten; poate conține urme de țelină și soia

SUPĂ DE ZARZAVAT

Valori Nutriționale (100 gr.): 180 kJ, 43 kCal, Grăsimi: 2 g, din care Acizi Grași Saturați: 0,3 g, Glucide: 5 g, din care Zaharuri: 2 g, Proteine: 1 g, Fibre: 1 g, Sare: 0,5 g

Ingrediente: morcovi, țelină, orez, ulei, sare, piper, vegeta, frunze pătrunjel

Alergeni: –

CIORBĂ DE CARTOFI

Valori Nutriționale (100 gr.): 230 kJ, 55 kCal, Grăsimi: 3.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.3 gr., Glucide: 4.8 gr., din care Zaharuri: 2.0 gr., Proteine: 1.6 gr., Fibre: 1.2 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: cartofi, ceapă, țelină, morcovi, ardei, roșii cuburi, lapte, slănină, ulei, sare, piper, frunze de pătrunjel

Alergeni: țelină, lapte (lactoză, proteine din lapte)

CIORBĂ DE PERIȘOARE

Valori Nutriționale (100 gr.): 300 kJ, 72 kCal, Grăsimi: 3.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.1 gr., Glucide: 5.1 gr., din care Zaharuri: 1.4 gr., Proteine: 4.2 gr., Fibre: 0.8 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: carne tocată (de porc și/sau vită), orez, ouă, morcovi, ceapă, țelină, pastă de roșii, ulei, sare, piper, tarhon, apă

Alergeni: ouă, țelină

CIORBĂ DE LEGUME

Valori Nutriționale (100 gr.): 150 kJ, 36 kCal, Grăsimi: 1.3 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.2 gr., Glucide: 5.2 gr., din care Zaharuri: 2.4 gr., Proteine: 1.4 gr., Fibre: 1.8 gr., Sare: 0.8 gr.

Ingrediente: apă, morcov, varză, fasole verde sau boabe (după rețetă), ardei roșu, ceapă, roșii cuburi, țelină, pătrunjel verde, ulei, sare, piper, boia dulce

Alergeni: țelină

PRÂNZ – FELUL 2

OREZ CU PIEPT DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 570 kJ, 136 kCal, Grăsimi: 5 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,2 g, Glucide: 14 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 8 g, Fibre: 1,5 g, Sare: 0,6 g

Ingrediente: orez, pui, morcovi, pătrunjel, vegeta, sare, ulei

Alergeni: poate conține urme de țelină, soia, muștar, gluten

OREZ CU PULPĂ DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 670 kJ, 160 kCal, Grăsimi: 5.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.2 gr., Glucide: 17.6 gr., din care Zaharuri: 0.4 gr., Proteine: 10.4 gr., Fibre: 0.8 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: orez, pulpă de pui, ulei, sare, piper, boia dulce

Alergeni: poate conține urme de țelină, soia, muștar, gluten

OREZ CU LEGUME ȘI PIEPT DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 520 kJ, 124 kCal, Grăsimi: 3.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.6 gr., Glucide: 15.4 gr., din care Zaharuri: 2.1 gr., Proteine: 8.1 gr., Fibre: 1.6 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: piept de pui, orez, morcov, mazăre, ardei, ceapă, ulei, sare, piper

Alergeni: poate conține urme de țelină, soia, muștar, gluten

FRIPTURĂ DE PORC LA TAVĂ CU PILAF DE OREZ

Valori Nutriționale (100 gr.): 750 kJ, 180 kCal, Grăsimi: 10.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 3.8 gr., Glucide: 11.2 gr., din care Zaharuri: 1.2 gr., Proteine: 10.8 gr., Fibre: 0.6 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: ceafă de porc, orez, apă, ceapă, morcov, ulei, sare, piper

Alergeni: poate conține urme de țelină sau gluten dacă se folosește vegeta/condimente mixte

FRIPTURĂ DE PORC CU LEGUME MEXICANE

Valori Nutriționale (100 gr.): 580 kJ, 138 kCal, Grăsimi: 6,2 g, din care Acizi Grași Saturați: 2,1 g, Glucide: 9,5 g, din care Zaharuri: 2,4 g, Proteine: 11,3 g, Fibre: 2,9 g, Sare: 0,7 g.

Ingrediente: carne de porc, porumb, mazăre, fasole roșie, morcov, ardei, ulei, sare, piper, boia

Alergeni: -

FRIPTURĂ DE PUI CU CARTOFI NATUR

Valori Nutriționale (100 gr.): 650 kJ, 155 kCal, Grăsimi: 7 g, din care Acizi Grași Saturați: 2 g, Glucide: 12 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 10 g, Fibre: 1,5 g, Sare: 0,6 g

Ingrediente: cartofi, pui, margarină, ulei, verdeață, vegeta, sare

Alergeni: –

FRIPTURĂ DE PUI CU CARTOFI FIERȚI

Valori Nutriționale (100 gr.): 630 kJ, 150 kCal, Grăsimi: 6,5 g, din care Acizi Grași Saturați: 2 g, Glucide: 13 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 10 g, Fibre: 1,5 g, Sare: 0,6 g

Ingrediente: cartofi, pui, margarină, ulei, verdeață, vegeta, sare

Alergeni: –

FRIPTURĂ DE PUI CU LEGUME MEXICANE

Valori Nutriționale (100 gr.): 500 KJ, 119 kCal, Grăsimi: 4.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.0 gr., Glucide: 5.2 gr., din care Zaharuri: 2.1 gr., Proteine: 15.8 gr., Fibre: 1.8 gr., Sare: 0.8 gr.

Ingrediente: piept de pui, legume mexicane (porumb, mazăre, fasole roșie, morcov, ardei), ulei, sare, piper, boia

Alergeni: poate conține urme de țelină și soia (din amestecurile de legume), potențial urme de gluten

PIEPT DE PUI CU LEGUME MEXICANE

Valori Nutriționale (100 gr.): 505 kJ, 120 kCal, Grăsimi: 3.0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.6 gr., Glucide: 6.8 gr., din care Zaharuri: 2.4 gr., Proteine: 15.8 gr., Fibre: 1.8 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: piept de pui, legume mexicane (porumb, mazăre, fasole roșie, morcov, ardei), ulei, sare, piper, boia

Alergeni: poate conține urme de țelină și soia (din amestecurile de legume), potențial urme de gluten

PULPE DE PUI CU LEGUME MEXICANE

Valori Nutriționale (100 gr.): 594 kJ, 142 kCal, Grăsimi: 6.0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.4 gr., Glucide: 7.5 gr., din care Zaharuri: 2.5 gr., Proteine: 11.6 gr., Fibre: 1.9 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: pulpe de pui, legume mexicane (mazăre, morcov, porumb, fasole verde), ulei, sare, piper, boia

Alergeni: poate conține urme de țelină și soia (din amestecurile de legume), potențial urme de gluten

SPANAC CU PIEPT DE PUI LA CUPTOR

Valori Nutriționale (100 gr.): 470 kJ, 112 kCal, Grăsimi: 5 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,2 g, Glucide: 4 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 12 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,6 g

Ingrediente: spanac, piept de pui, lapte, făină, ulei, sare, piper, boia dulce, vegeta

Alergeni: lactoză, gluten

PULPĂ DE PUI CU SALATĂ DE CARTOFI ȘI MORCOVI

Valori Nutriționale (100 gr.): 480 kJ, 115 kCal, Grăsimi: 4.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.0 gr., Glucide: 9.8 gr., din care Zaharuri: 1.2 gr., Proteine: 8.2 gr., Fibre: 1.3 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: pulpă de pui, cartofi, morcov, sare

Alergeni: poate conține urme de țelină, muștar, soia, gluten

PULPE DE PUI LA TAVĂ CU CARTOFI AURII

Valori Nutriționale (100 gr.): 610 kJ, 145 kCal, Grăsimi: 7.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 2.0 gr., Glucide: 8.5 gr., din care Zaharuri: 0.8 gr., Proteine: 11.2 gr., Fibre: 1.2 gr., Sare: 0.8 gr.

Ingrediente: pulpe de pui, cartofi, ulei, sare, piper, boia dulce

Alergeni: -

PULPE DE PUI LA TAVĂ CU CARTOFI FIERȚI

Valori Nutriționale (100 gr.): 520 kJ, 124 kCal, Grăsimi: 6.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.8 gr., Glucide: 6.5 gr., din care Zaharuri: 0.6 gr., Proteine: 10.5 gr., Fibre: 1.0 gr., Sare: 0.8 gr.

Ingrediente: pulpe de pui, cartofi fierți, sare, piper, ulei, boia dulce

Alergeni: -

TOCĂNIȚĂ DE CARTOFI

Valori Nutriționale (100 gr.): 380 KJ, 90 kCal, Grăsimi: 3.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.4 gr., Glucide: 12.5 gr., din care Zaharuri: 3.1 gr., Proteine: 1.9 gr., Fibre: 2.2 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: cartofi, ceapă, usturoi, ulei, ardei roșu, pastă de tomate, sare, piper, vegeta

Alergeni: poate conține urme de țelină, soia sau gluten (din vegeta sau pastă de tomate, în funcție de producător)

PIEPT DE PUI CU MĂMĂLIGĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 580 kJ, 138 kCal, Grăsimi: 3 g, din care Acizi Grași Saturați: 0,8 g, Glucide: 15 g, din care Zaharuri: 0,5 g, Proteine: 10 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,3 g

Ingrediente: piept de pui, mălai, sare

Alergeni: –

FRIPTURĂ DE PORC ȘI SOTE DE MAZĂRE CU MORCOVI

Valori Nutriționale (100 gr.): 900 kJ, 215 kCal, Grăsimi: 14 g, din care Acizi Grași Saturați: 5 g, Glucide: 6 g, din care Zaharuri: 2 g, Proteine: 17 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,7 g

Ingrediente: ceafă de porc, ceapă, usturoi, ulei, sare, piper, morcovi, vegeta, ardei roșu, pătrunjel, mazăre, făină

Alergeni: gluten (din făină)

FRIPTURĂ DE PUI CU PIURE DE CARTOFI

Valori Nutriționale (100 gr.): 720 kJ, 172 kCal, Grăsimi: 8 g, din care Acizi Grași Saturați: 2,5 g, Glucide: 17 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 9 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,5 g

Ingrediente: pulpe de pui, cartofi, lapte, ulei, sare

Alergeni: lactoză

SARMALE

Valori Nutriționale (100 gr.): 710 kJ, 170 kCal, Grăsimi: 10.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 3.8 gr., Glucide: 9.2 gr., din care Zaharuri: 1.8 gr., Proteine: 8.6 gr., Fibre: 2.1 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: varză murată, carne tocată, orez, ceapă, ulei, condimente

Alergeni: poate conține urme de țelină, gluten (din orez/condimente)

GARNITURI

SALATĂ DE VARZĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 110 KJ, 25 kCal, Grăsimi: 0.2 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.03 gr., Glucide: 5.2 gr., din care Zaharuri: 3.2 gr., Proteine: 1.3 gr., Fibre: 2.5 gr., Sare: 0.01 gr.

Ingrediente: varză, oțet

Alergeni: nu conține alergeni principali

SALATĂ DE ARDEI COPT

Valori Nutriționale (100 gr.): 250 KJ, 60 kCal, Grăsimi: 2.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.3 gr., Glucide: 6.0 gr., din care Zaharuri: 4.5 gr., Proteine: 1.2 gr., Fibre: 2.1 gr., Sare: 0.8 gr.

Ingrediente: ardei copti, ulei, sare, oțet (opțional)

Alergeni: nu conține alergeni principali

CASTRAVEȚI MURAȚI

Valori Nutriționale (100 gr.): 50 KJ, 12 kCal, Grăsimi: 0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0 gr., Glucide: 2.19 gr., din care Zaharuri: 1.86 gr., Proteine: 0.77 gr., Fibre: 0 gr., Sare: 1.13 gr.

Ingrediente: castraveți proaspeți 3-6 cm, apă, oțet din zaharuri și vin 1,2%, zahăr, sare, mărar, condimente: muștar boabe, corector de aciditate: acid acetic

Alergeni: boabe de mustar

MĂMĂLIGĂ CU SMÂNTÂNĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 560 kJ, 134 kCal, Grăsimi: 5.8 gr., din care Acizi Grași Saturați: 3.6 gr., Glucide: 16.8 gr., din care Zaharuri: 1.2 gr., Proteine: 3.1 gr., Fibre: 1.1 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: mălai, apă, smântână, sare

Alergeni: lactoză

CINĂ

PULPĂ DE PUI CU CARTOFI NATUR

Valori Nutriționale (100 gr.): 500 kJ, 120 kCal, Grăsimi: 4.0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.0 gr., Glucide: 12.0 gr., din care Zaharuri: 1.0 gr., Proteine: 8.0 gr., Fibre: 1.5 gr., Sare: 0.7 gr.

Ingrediente: cartofi, pulpă de pui, ulei, sare, piper

Alergeni: -

MĂMĂLIGĂ CU BRÂNZĂ DE VACI

Valori Nutriționale (100 gr.): 540 kJ, 129 kCal, Grăsimi: 3 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,8 g, Glucide: 20 g, din care Zaharuri: 0,5 g, Proteine: 6 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,2 g

Ingrediente: mălai, brânză de vaci

Alergeni: lactoză

MĂMĂLIGĂ CU BRÂNZĂ DE BURDUF

Valori Nutriționale (100 gr.): 650 kJ, 155 kCal, Grăsimi: 7 g, din care Acizi Grași Saturați: 4 g, Glucide: 20 g, din care Zaharuri: 0,5 g, Proteine: 6 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,9 g

Ingrediente: mălai, brânză de burduf

Alergeni: lactoză

MĂMĂLIGĂ CU OU FIERT

Valori Nutriționale (100 gr.): 560 kJ, 134 kCal, Grăsimi: 5 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,5 g, Glucide: 18 g, din care Zaharuri: 0,5 g, Proteine: 6 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,1 g

Ingrediente: mălai, ou fiert

Alergeni: ou

SOTE DE MORCOVI CU OREZ

Valori Nutriționale (100 gr.): 340 kJ, 81 kCal, Grăsimi: 1.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.3 gr., Glucide: 15.2 gr., din care Zaharuri: 3.1 gr., Proteine: 2.0 gr., Fibre: 2.1 gr., Sare: 0.3 gr.

Ingrediente: morcovi, orez, ulei, sare, piper, verdețuri

Alergeni: –

SOTE DE MORCOVI CU OREZ ȘI PIEPT DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 505 kJ, 121 kCal, Grăsimi: 3.4 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.6 gr., Glucide: 14.2 gr., din care Zaharuri: 3.2 gr., Proteine: 8.0 gr., Fibre: 1.9 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: piept de pui pui, morcovi, orez, ulei, sare, verdețuri

Alergeni: –

SOTE DE MORCOVI CU PIEPT DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 492 kJ, 118 kCal, Grăsimi: 3,5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0,6 gr., Glucide: 10,8 gr., din care Zaharuri: 3,3 gr., Proteine: 10,2 gr., Fibre: 2,2 gr., Sare: 0,9 gr.

Ingrediente: piept de pui pui, morcovi, ulei, sare, verdețuri

Alergeni: –

SOTE DE MORCOVI CU OREZ ȘI PULPĂ DE PUI

Valori Nutriționale (100 gr.): 580 kJ, 140 kCal, Grăsimi: 5 g, din care Acizi Grași Saturați: 1 g, Glucide: 14 g, din care Zaharuri: 3 g, Proteine: 10 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,5 g

Ingrediente: pulpe pui, morcovi, orez, ulei, sare, verdețuri

Alergeni: –

PASTE CU BRÂNZĂ DE BURDUF

Valori Nutriționale (100 gr.): 770 kJ, 184 kCal, Grăsimi: 8 g, din care Acizi Grași Saturați: 5 g, Glucide: 22 g, din care Zaharuri: 1 g, Proteine: 8 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,8 g

Ingrediente: paste, brânză de burduf

Alergeni: gluten, lactoză

PASTE CU BRÂNZĂ DE VACI

Valori Nutriționale (100 gr.): 630 kJ, 150 kCal, Grăsimi: 3,2 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,8 g, Glucide: 22,1 g, din care Zaharuri: 2,2 g, Proteine: 8,6 g, Fibre: 1,3 g, Sare: 0,3 g.

Ingrediente: paste, brânză de vaci

Alergeni: gluten, lactoză

PASTE INTEGRALE CU BRÂNZĂ DE VACI

Valori Nutriționale (100 gr.): 640 kJ, 153 kCal, Grăsimi: 4 g, din care Acizi Grași Saturați: 2 g, Glucide: 25 g, din care Zaharuri: 2 g, Proteine: 8 g, Fibre: 3 g, Sare: 0,3 g

Ingrediente: paste integrale, brânză de vaci

Alergeni: gluten, lactoză

PASTE CU SOS ȘI CARNE TOCATĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 530 kJ, 127 kCal, Grăsimi: 4.8 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.4 gr., Glucide: 15.6 gr., din care Zaharuri: 2.9 gr., Proteine: 6.1 gr., Fibre: 1.8 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: paste (grâu dur), carne tocată, ardei, ceapă, pastă de roșii, ulei, sare, piper, foi de dafin, busuioc

Alergeni: gluten

PASTE INTEGRALE CU SOS ȘI CARNE TOCATĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 545 kJ, 131 kCal, Grăsimi: 4.8 gr., din care Acizi Grași Saturați: 1.4 gr., Glucide: 15.0 gr., din care Zaharuri: 2.9 gr., Proteine: 6.3 gr., Fibre: 2.9 gr., Sare: 0.9 gr.

Ingrediente: paste integrale (grâu dur integral), carne tocată, ardei, ceapă, pastă de roșii, ulei, sare, piper, foi de dafin, busuioc

Alergeni: gluten, lactoză

CARTOFI FRANȚUZEȘTI

Valori Nutriționale (100 gr.): 640 kJ, 153 kCal, Grăsimi: 8,9 g, din care Acizi Grași Saturați: 5,2 g, Glucide: 12,3 g, din care Zaharuri: 2,1 g, Proteine: 5,4 g, Fibre: 1,1 g, Sare: 0,7 g.

Ingrediente: cartofi, ouă, smântână, lapte, sare, unt, cașcaval ras

Alergeni: lactoză, ou

SALATĂ RECE CU PIEPT DE PUI, CARTOFI ȘI MORCOVI

Valori Nutriționale (100 gr.): 350 kJ, 84 kCal, Grăsimi: 2,1 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,1 g, Glucide: 10,5 g, din care Zaharuri: 3,2 g, Proteine: 6,5 g, Fibre: 1,8 g, Sare: 0,6 g.

Ingrediente: cartofi, morcovi, piept de pui, iaurt, sare

Alergeni: lactoză

SALATĂ MEXICANĂ CU PASTE

Valori Nutriționale (100 gr.): 750 kJ, 180 kCal, Grăsimi: 11,8 g, din care Acizi Grași Saturați: 2,4 g, Glucide: 12,6 g, din care Zaharuri: 2,1 g, Proteine: 5,4 g, Fibre: 1,4 g, Sare: 1 g.

Ingrediente: sare, piper, macaroane, șuncă, porumb, castraveți murați, maioneză (ulei, muștar, ou), iaurt

Alergeni: ou, muștar, lactoză, gluten

SALATĂ MEXICANĂ CU PASTE INTEGRALE

Valori Nutriționale (100 gr.): 720 kJ, 172 kCal, Grăsimi: 11,2 g, din care Acizi Grași Saturați: 2,3 g, Glucide: 11,8 g, din care Zaharuri: 2 g, Proteine: 6 g, Fibre: 2,1 g, Sare: 1 g.

Ingrediente: sare, piper, macaroane integrale, șuncă, porumb, castraveți murați, maioneză (ulei, muștar, ou), iaurt

Alergeni: ou, muștar, lactoză, gluten

SALATĂ ORIENTALĂ

Valori Nutriționale (100 gr.): 300 kJ, 72 kCal, Grăsimi: 5 g, din care Acizi Grași Saturați: 0,5 g, Glucide: 5 g, din care Zaharuri: 3 g, Proteine: 2 g, Fibre: 2 g, Sare: 0,3 g

Ingrediente: roșii, castraveți, ceapă, ardei, ulei, sare, pătrunjel

Alergeni: –

BUDINCĂ DE OREZ CU LAPTE LA CUPTOR

Valori Nutriționale (100 gr.): 560 kJ, 134 kCal, Grăsimi: 3 g, din care Acizi Grași Saturați: 1,8 g, Glucide: 22 g, din care Zaharuri: 12 g, Proteine: 4 g, Fibre: 0,5 g, Sare: 0,1 g

Ingrediente: orez, lapte, zahăr, zahăr vanilinat, gem

Alergeni: lactoză

GRIȘ CU LAPTE

Valori Nutriționale (100 gr.): 460 kJ, 110 kCal, Grăsimi: 3,2 g, din care Acizi Grași Saturați: 2 g, Glucide: 16,8 g, din care Zaharuri: 8,5 g, Proteine: 3,6 g, Fibre: 0,4 g, Sare: 0,1 g.

Ingrediente: griș, lapte, zahăr, zahăr vanilinat

Alergeni: lactoză, gluten

LACTATE

BRÂNZĂ DE VACI

Valori Nutriționale (100 gr.): 511 kJ, 122 kCal, Grăsimi: 6 g, din care Acizi Grași Saturați: 3,6 g, Glucide: 4 g, din care Zaharuri: 4 g, Proteine: 13 g, Fibre: 0 g, Sare: 0,2 g

Ingrediente: lapte degresat de vacă pasteurizat, smântână pasteurizată din lapte, culturi lactice, cheag

Alergeni: lactoză

IAURT

Valori nutriționale (100 gr.): 248 kJ, 59 kCal, Grăsimi: 3 g, din care Acizi Grași Saturați: 2 g, Glucide: 4.5 g, din care Zaharuri: 4.5 g, Proteine: 3.4 g, Fibre: —, Sare: 0.1 g, Calciu: 118 mg

Ingrediente: lapte pasteurizat standardizat 3% grăsime, culturi lactice selecționate

Alergeni: lapte și culturi lactice

TELEMEA DE VACĂ

Valori nutriționale (100 gr.): 1155 kJ, 279 kCal, Grăsimi: 24 gr., din care Acizi Grași Saturați: 16 gr., Glucide: 0.7 gr., din care Zaharuri: 0.7 gr., Proteine: 15 gr., Fibre: – (gr.), Sare: 3,0 gr.

Ingrediente: lapte de vacă, sare, cheag microbian, culturi lactice

Alergeni: lapte

BRÂNZĂ FĂGĂRAȘ

Valori nutriționale (100 gr.): 485 kJ, 116 kCal, Grăsimi: 8 gr., din care Acizi Grași Saturați: 5.2 gr., Glucide: 2.6 gr., din care Zaharuri: 2.6 gr., Proteine: 8.5 gr., Sare: 0.2 gr.

Ingrediente: lapte de vacă degresat pasteurizat, smântână pasteurizată (21.3%), culturi lactice selecționate.

Alergeni: lapte și produse derivate (inclusiv lactoză).

CAȘCAVAL

Valori nutriționale (100 gr.): 1139 kJ, 274 kCal, Grăsimi: 21.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 12 gr., Glucide: 0.1 gr., din care Zaharuri: 0.1 gr., Proteine: 20 gr., Fibre: —, Sare: 3 gr.

Ingrediente: lapte de vacă crud, cheag, sare

Alergeni: lapte

MEZELURI

ȘUNCĂ

Valori nutriționale (100 gr.): 399 kJ, 94 kCal, Grăsimi: 1.5 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.4 gr., Glucide: 2.2 gr., din care Zaharuri: 0.9 gr., Proteine: 18 gr., Sare: 2.3 gr.

Ingrediente: piept de pui dezosat (76%); apă; amidon; agent de întărire (lactat de sodiu); sare; fibre vegetale din soia; proteina vegetală din soia; proteina vegetală din mazăre; stabilizatori (difosfați, trifosfați); agent de îngroșare (algă marină Eucheuma prelucrată); antioxidant (eritorbat de sodiu); dextroză; maltodextrină; arome; conservant (nitrit de sodiu)

Alergeni: soia; produs într-o fabrică în care se utilizează: lactoză (lapte), muștar, țelină, grâu (gluten)

CRENVURȘTI

Valori Nutriționale (100 gr.): 1055 kJ, 252 kCal, Grăsimi: 21 g, din care Acizi Grași Saturați: 7 g, Glucide: 3,7 g, din care Zaharuri: —, Proteine: 12 g, Fibre: —, Sare: 2,3 g

Ingrediente: piept de pui 30% (din UE și din afara UE), slănină, apă, piele de pasăre, agent de întărire (lactat de sodiu), proteină vegetală din soia, amidon, sare, stabilizatori (difosfați, trifosfați), fibre vegetale din soia, condimente, extracte de condimente, antioxidanți (acid ascorbic, ascorbat de sodiu), agenți de îngroșare (alga marină Eucheuma prelucrată, gumă de guar, gumă Tara), proteină animală din porc, potentiator de aromă (monoglutamat de sodiu), zaharuri (sirop de glucoză, zahăr, dextroză), arome, aromă de fum, extract de paprika, conservant (nitrit de sodiu), colorant (carmin)

Alergeni: soia; produs în fabrică unde se utilizează lapte, muștar, țelină

SALAM CU ȘUNCĂ

Valori nutriționale (100 gr.): 982 kJ, 237 kCal, Grăsimi: 19 gr., din care Acizi Grași Saturați: 7.2 gr., Glucide: 0.9 gr., din care Zaharuri: 0.5 gr., Proteine: 15.5 gr., Sare: 2 gr.

Ingrediente: carne de porc (62%) din UE, șuncă [pulpă de porc 28%, apă, sare, aromă de fum, zaharuri [zahăr, lactoză (lapte), dextroză], fibră de morcov, stabilizatori (difosfați, trifosfați), arome, antioxidant (eritorbat de sodiu)], condimente, agent de îngroșare (algă marină Eucheema prelucrată), proteină animală din porc, conservant (nitrit de sodiu), colorant (carmine), tratament de suprafață (lactat de sodiu, acid lactic)

Alergeni: lapte și produse derivate (inclusiv lactoză). Poate conține urme de gluten din cereale, muștar, soia, țelină

PANIFICAȚIE

PÂINE

Valori Nutriționale (100 gr.): 1326 kJ, 313 kCal, Grăsimi: 1,04 g, din care Acizi Grași Saturați: 0,17 g, Glucide: 64,61 g, din care Zaharuri: 0,86 g, Proteine: 10 g, Fibre: 2,58 g, Sare: 1,24 g

Ingrediente: făină albă 650, apă, sare iodată, drojdie

Alergeni: gluten

PÂINE FĂRĂ SARE

Valori nutriționale: 1228,1 kJ, 297,8 kCal, Grăsimi: 2,5 g, din care Acizi Grași Saturați: 0,6 g, Glucide: 56,3 g, din care Zaharuri: 0,2 g, Proteine: 9,3 g, Fibre: 1,9 g, Sare: 0,01 g

Ingrediente: făină albă de grâu, apă, maia (făină de grâu, apă, făină de secară), drojdie, ulei vegetal de palmier

Alergeni: gluten

TARTINABILE

PATE

Valori Nutriționale (100 gr.): 777 kJ, 187 kCal, Grăsimi: 13,9 g, din care Acizi Grași Saturați: 5 g, Glucide: 4 g, din care Zaharuri: 1,2 g, Proteine: 11 g, Fibre: 0,9 g, Sare: 1,2 g

Ingrediente: ficat de porc 20% (origine din UE), slănină, apă, șorici, proteină vegetală din soia, sare iodată, amidon din porumb, zahăr, ceapă, făină albă de grâu, condimente, dextroză, emulsifianți: monogliceride și digliceride ale acizilor grași, stabilizatori: difosfați și trifosfați de sodiu, extract de drojdie, agent de îngroșare: gumă xantan, arome, colorant: carmină, conservant: nitrit de sodiu

Alergeni: gluten, soia

UNT

Valori Nutriționale (100 gr.): 3123 kJ, 760 kCal, Grăsimi: 84 g, din care Acizi Grași Saturați: 60 g, Glucide: 0 g, din care Zaharuri: 0 g, Proteine: 0,7 g, Fibre: 0 g, Sare: 0,05 g

Ingrediente: smântână din lapte cu proveniență exclusivă din Italia

Alergeni: conține lactoză

GEM

Valori Nutriționale (100 gr.): 1100 kJ, 263 kCal, Grăsimi: 0,1 g, din care Acizi Grași Saturați: <0,1 g, Glucide: 65 g, din care Zaharuri: –, Proteine: 0,5 g, Fibre: 0,1 g, Sare: 0 g

Ingrediente: căpșuni, zahăr, sirop de glucoză, acidifiant: acid citric, agent gelifiant: pectină

Alergeni: –

LEGUME

ARDEI

Valori Nutriționale (100 gr.): 155 kJ, 37 kCal, Grăsimi: 0.30 g, din care Acizi Grași Saturați: 0.03 g, Glucide: 6.00 g, din care Zaharuri: 4.20 g, Proteine: 1.00 g, Fibre: 2.1 g, Sare: 0 g

CASTRAVETE

Valori Nutriționale (100 gr.): 63 kJ, 15 kCal, Grăsimi: 0.11 g, din care Acizi Grași Saturați: 0.03 g, Glucide: 3.63 g, din care Zaharuri: 1.67 g, Proteine: 0.65 g, Fibre: 0.5 g, Sare: 0 g

ROȘIE

Valori Nutriționale (100 gr.): 75 kJ, 18 kCal, Grăsimi: 0.20 g, din care Acizi Grași Saturați: 0.03 g, Glucide: 3.90 g, din care Zaharuri: 2.60 g, Proteine: 0.88 g, Fibre: 1.2 g, Sare: 0 g

FRUCTE ȘI PREPARATE DIN FRUCTE

MĂR COPT

Valori nutriționale (100 gr.): 356 kJ, 85 kCal, Grăsimi: 0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0 gr., Glucide: 20 gr., din care Zaharuri: 19 gr., Proteine: 0.2 gr., Fibre: 2,8 gr., Sare: 0 gr.

Ingrediente: măr (copt)

Alergeni: -

COMPOT DE MERE

Valori Nutriționale (100 gr.): 356 kJ, 85 kCal, Grăsimi: 0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0 gr., Glucide: 20.2 gr., din care Zaharuri: 0 gr., Proteine: 0.3 gr., Fibre: 2 gr., Sare: ~0 gr.

Ingrediente: mere, apă

Alergeni: -

MĂR

Valori Nutriționale (100 gr.): 218 kJ, 52 kCal, Grăsimi: 0.17 g, din care Acizi Grași Saturați: 0.03 g, Glucide: 13.81 g, din care Zaharuri: 10.39 g, Proteine: 0.26 g, Fibre: 2.4 g, Sare: 0 g

BANANĂ

Valori nutriționale (100 gr.): 372 kJ, 89 kCal, Grăsimi: 0,33 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0,11 gr., Glucide: 22,84 gr., din care Zaharuri: ~12,23 gr., Proteine: 1,10 gr., Fibre: 2,60 gr., Sare: ~0,01 gr.

PORTOCALĂ

Valori nutriționale (100 gr.): 197 kJ, 47 kCal, Grăsimi: 0.1 gr., din care Acizi Grași Saturați: 0.0 gr., Glucide: 11.8 gr., din care Zaharuri: 9.4 gr., Proteine: 0.9 gr., Fibre: 2.4 gr., Sare: 0.9 gr.

GUSTĂRI

BISCUIȚI CROCO

Valori nutriționale (100 gr.): 1911 kJ, 455 kCal, Grăsimi: 13.0 gr., din care Acizi Grași Saturați: 6.5 gr., Glucide: 68.0 gr., din care Zaharuri: 16.0 gr., Proteine: 10.2 gr., Fibre: 2.7 gr., Sare: 0.51 gr.

Ingrediente: Făină albă de grâu, zahăr, ulei de palmier, zahăr invertit, bicarbonat de amoniu, bicarbonat de sodiu, sirop de glucoză, zer pudră, extract de malt, sare iodată, arome, protează, metabisulfit de sodiu

Alergeni: gluten, zer pudră, metabisulfit de sodiu, extras de malt

BISCUIȚI BELVITA

Valori Nutriționale (100 gr.): 1837 kJ / 439 kCal, Grăsimi: 14,0 gr., din care Acizi Grași Saturați: ~3,6 gr., Glucide: 66,0 gr., din care Zaharuri: ~27 gr., Proteine: 7,9 gr., Fibre: ~6,8 gr., Sare: ~0,62 gr.

Ingrediente: cereale 56,8% (cereale integrale 39,8% (făină integrală de grâu 20,1%, fulgi de ovăz 8,8%, făină integrală de orz 6,4%, făină integrală de secară 3,5%, făină integrală de grâu spelt 1%), făină de grâu 17,0%), zahăr, bucățele de ciocolată 12,0% (zahăr, masă de cacao, uleiuri vegetale (palmier, shea în diferite proporții), dextroză, unt de cacao, emulsifiant (lecitină din soia)), ulei de rapiță, cacao cu conținut redus de grăsime 3%, amidon din grâu, agenți de afânare (carbonat de amoniu, difosfați, carbonat de sodiu), minerale (carbonat de calciu, carbonat de magneziu, fier elementar), emulsifianți (E492, lecitină din soia, E472e), sare, lapte praf degresat, arome

Alergeni: gluten, lapte, soia. Poate conține urme de ou, semințe de susan și fructe cu coajă lemnoasă

STICKSURI

Valori nutriționale (100 gr.): 1693 kJ, 403 kCal, Grăsimi: 8.2 g, din care Acizi Grași Saturați: 3.9 g, Glucide: 70.9 g, din care Zaharuri: 1.3 g, Proteine: 10.1 g, Fibre: 3.0 g, Sare: 3.8 g

Ingrediente: făină albă de grâu, ulei de palmier, amidon de porumb, zahăr invertit, sare iodată, extract de malț, drojdie, bicarbonat de amoniu, regulator de aciditate

Alergeni: gluten, extract de malț, semințe de susan

COZONAC

Valori nutriționale (100 gr.): 1 620 kJ, 387 kCal, Grăsimi: 16.62 gr., din care Acizi Grași Saturați: 3.11 gr., Glucide: 50.01 gr., din care Zaharuri: 21.61 gr., Proteine: 9.47 gr., Fibre: 2.8 gr., Sare: 0.05 gr.

Ingrediente: făină de grâu, nucă, zahăr, ouă, lapte, unt, drojdie, cacao, sare, arome

Alergeni: gluten, ouă, lapte, nuci; poate conține urme de soia