

Nume firma: COMPLEX VAȚA BĂI SRL

Cod Unic de Înregistrare: 45441376

Nr. Înmatriculare: J12/66/7.01.2022

COMPLEX VAȚA BĂI

Ingredientele ingrosate contin alergeni (consultati meniul desfasurat)

*Ingredientele marcate cu * provin din ingrediente congelate*

Numarul de aditivi din preparat este marcat prin `E`

1. Legume cu Piept de Pui la gratar & (280g) Salata de telina cu mar(50g)

Piept de Pui, Ciuperci, Ardei gras, Dovlecei, Patrunjel radacina, Morcovi, Ceapa, ULEI, Sare, telina, mar, ulei de masline, marar, chifla- 50g.

Valoare energetica: 400 Kcal, Grasimi: 3.89g (din care Acizi grasi saturati: 0.66g), Glucide: 10.46g (din care Zaharuri: 2.14g), Proteine: 27.63g, Sare: 5.95g (per portie neta) **Alergeni:** Gluten

2. Mancare de Mazare cu Piept de Pui & (280g) Salata de conopida murata(50)

Piept pui, Mazare, Telina, ardei gras, morcovi, ceapa, conopida, sare, marar, chifla- 50g.

Valoare energetica: 400 Kcal, Grasimi: 1.65g (din care Acizi grasi saturati: 1.14g), Glucide: 15.97g (din care Zaharuri: 2.62g), Proteine: 28.78g, Sare: 1.44g (per portie neta) **Alergeni:** Gluten, Telina

3. Orez cu legume si ficatei de pui & (280g) Salata de gogosari murati(50g)

Ficatei de pui crud, OREZ , ceapa, morcovi, ardei gras, telina, gofgosari, sare, piper, patrunjel verde, chifla- 50g.

Valoare energetica: 400 Kcal, Grasimi: 1.82g (din care Acizi grasi saturati: 1.38g), Glucide: 25.7g (din care Zaharuri: 0.87g), Proteine: 26.72g, Sare: 2.03g (per portie neta) **Alergeni:** Gluten, Soia

4. Piure de Cartofi cu Piept de Curcan & (280g) Salata Coleslaw(50g)

Piept de curcan, Cartofi, Ardei gras, Ceapa, morcovi, telina , UNT 82% , Lapte 3,5%, patrunjel verde, chifla -50g.

Valoare energetica: 400 Kcal, Grasimi: 11.86g (din care Acizi grasi saturati: 2.19g), Glucide: 14g (din care Zaharuri: 2.03g), Proteine: 26g, Sare: 2.34g (per portie neta) **Alergeni:** Gluten, Lapte



5. Mancare de Varza cu Pulpa de Pui la cuptor (280g) Salata de muraturi asortate(50g)

Varza, piept pui, suc de rosii, Morcovi, *Telina*, marar, varza, gogonele, conopida, sare, piper, chifla -50g.

Valoare energetica: 400 kcal, Grasimi: 1.44g (din care Acizi grasi saturati: 1.09g), Glucide: 13.6g (din care Zaharuri: 2.17g), Proteine: 24.91g, Sare: 1.48g (per portie neta) **Alergeni:** Gluten, *Telina*

6. Ghiveci de Legume cu Piept de Pui & (280g)

Salata fresh (50g)

Piept de Pui, Ciuperci, Ardei gras, Dovlecei, Patrunjel radacina, Morcovi, Ceapa, ULEI, rosii, castraveti, sare, piper, chifla -50g.

Valoare energetica: 400kcal , Grasimi: 10.89g (din care Acizi grasi saturati: 1,19g), Glucide: 22.46g (din care Zaharuri: 5.14g), Proteine: 23.6g, Sare: 2.95g **Alergeni:** Gluten

7. Pilaf de legume cu piept de pui la tava &(280g) Salata de varza (50g) piept pui,

varza verde, OREZ , Sare, dovlecel, mazare, ceapa, ardei gras, chifla- 50g. Valoare energetica: 400 Kcal, Grasimi: 7,82g (din care Acizi grasi saturati: 1.25g), Glucide:

10.39g (din care Zaharuri: 0.87g), Proteine: 25.29g, Sare: 2.71g **Alergeni:** Gluten, Soia

8. Piure de Morcovi cu Gratar de Pui & (280g) Salata castraveti murati(50g)

Piept pui, Morcovi, Ceapa, UNT, castraveti murati, sare, , Lapte 3,5%, chifla- 50g.

Valoare energetica: 400 Kcal, Grasimi: 8.44g (din care Acizi grasi saturati: 2.06g), Glucide: 12.76g (din care Zaharuri: 2.48g), Proteine: 25.12g, Sare: 3.52g **Alergeni:** Gluten, Lapte

9. Cartofi gratinati cu Piept la Gratar &(280g) Salata de sfecla rosie(50g)

Cartofi, piept pui, cascaval, Smantana gatit 35%, sfecla rosie, otet, ulei de masline, Sare, piper, chifla -50g.

Valoare energetica: 445.6 Kcal, Grasimi: 4.48g (din care Acizi grasi saturati: 1.42g), Glucide: 18.18g (din care Zaharuri: 1.27g), Proteine: 27.72g, Sare: 2.52g **Alergeni:** Gluten, Lapte

10. Cartofi Frantuzesti (260g)

Cartofi, OUA CONSUM, cascaval, Smantana , Sare, chifla -50g.

Valoare energetica: 380kcal, Grasimi: 11.2g (din care Acizi grasi saturati: 1.08g), Glucide: 7.63g (din care Zaharuri: 0.57g), Proteine: 23.18g, Sare: 1.23g

Alergeni: Oua, Gluten, Soia, Lapte



11. Sufleu de broccoli cu brânză (280g)

Broccoli, lapte 3.5%, faina, smantana de gatit, branza grasa de vaci, oregano, busuioc fresh, chifla- 50g.

Valoare energetica: 390Kcal , Grasimi: 23.49 g, Acizi grasi saturati: 14.97 g, Glucide: 29.72g(din care Zaharuri 10,17g), Proteine: 26.93 g, Sare: 4.29 g

Alergeni: Lapte, Gluten

12. Macaroane cu brânză (280g)

Paste barilla, smantana de gatit, branza , parmezan, sare, piper, ou.

Valoare energetica: 400kcal , Grasimi: 23.75 g, Acizi grasi saturati: 16.9 g, Glucide: 25.88 g, (din care Zaharuri 8,7g), Proteine: 20.76 g, Sare: 2.97 g

Alergeni: Oua, Gluten, Lapte

13. Tocana de Legume cu Orez brun & (280g) Salata de varza(50g)

Orez brun , Dovlecei, Ciuperci, Patrunjel radacina, Morcovi, Ceapa, Sos de rosii, Patrunjel verde, Ardei gras, varza verde, ulei de masline, otet, sare, piper, chifla -50g.

Valoare energetica: 400 Kcal , Grasimi: 3.05 g, Acizi grasi saturati: 0.1 g, Glucide: 80.46 g, Zaharuri: 6.7 g, Proteine: 11.2 g, Sare: 0.06 g

Alergeni:-

14. Chiftele cu Cartofi Piure (280g) Salata de sfeclă(50g)

Cartofi, Morcov, cartofi, ceapa, Ou , Sfecla rosie cubulete (sfecla rosie, apa, otet sare , Ceapa, Unt, (65%, Contine: Lapte), Lapte 3,5%, Pesmet, chifla -50g.

Valoare energetica: 400 KCal , Grasimi: 24.37 g, Acizi grasi saturati: 10.23 g, Glucide: 33.94 g, Zaharuri: 3.94 g, Proteine: 29.16 g, Sare: 11.28 g

Alergeni: Oua, Mustar, Lapte, Gluten

15. Dovlecel umplut cu branza la cuptor (280g)

Dovlecel, cheddar, cascaval, lapte 3.5%, faina, smantana de gatit, branza grasa de vaci, oregano, busuioc fresh, chifla -50g.

Valoare energetica: 380Kcal , Grasimi: 21.49 g, Acizi grasi saturati: 14.97 g, Glucide: 28.27 g, Zaharuri: 10.17 g, Proteine: 26.93 g, Sare: 4.29 g

Alergeni: Lapte, Gluten

IOANA-MIRUNA DOROS
NUTRITIONIST
00183337

