Bistro Exemplu

Prețurile sunt în lei și includ TVA.

CIORBE

Ciorbă de perișoare — 22 lei

400 ml. Ciorbă acrită cu borș, cu perișoare de porc și vită, leuștean.

Ingrediente: supă de legume 250 ml: morcov, păstârnac, ceapă, țelină **(conține: țelină)**; perișoare 100 g: carne tocată de porc și vită 70 g, orez, ou **(conține: ouă)**; roșii 30 g; borș 40 ml **(conține: gluten din grâu)**; smântână **(conține: lapte)**; leuștean; sare

Valori nutriționale pe porție: 920 kJ / 220 kcal; grăsimi 12 g, din care saturate 4,5 g; zaharuri 4 g; sare 2,4 g

FELURI PRINCIPALE

Sarmale cu mămăligă și smântână — 45 lei

300 g / 150 g / 50 g. Trei sarmale în foi de varză murată, fierte încet cu costiță afumată.

Ingrediente: sarmale 300 g: carne tocată de porc 130 g, varză murată 120 g, orez 30 g, costiță afumată 25 g, ceapă, bulion, cimbru, piper, boia; mămăligă 150 g: mălai, apă, sare; smântână 50 g **(conține: lapte)**

Valori nutriționale pe porție: 3117 kJ / 745 kcal; grăsimi 46 g, din care saturate 18 g; zaharuri 6 g; sare 3,2 g

Piept de pui la grătar cu legume — 42 lei

200 g / 150 g. Piept de pui marinat în usturoi și cimbru, legume de sezon la grătar.

Ingrediente: piept de pui 200 g; dovlecel 60 g; ardei gras 50 g; ciuperci 40 g; ulei de măsline; usturoi; cimbru; sare; piper

Valori nutriționale pe porție: 1883 kJ / 450 kcal; grăsimi 16 g, din care saturate 3 g; zaharuri 6 g; sare 1,8 g

Spaghete carbonara — 44 lei

350 g. Cu guanciale, gălbenuș și Pecorino Romano, fără smântână.

Ingrediente: spaghete 120 g (cântărite crude) **(conține: gluten din grâu)**; guanciale 60 g; gălbenuș de ou 40 g **(conține: ouă)**; Pecorino Romano 30 g **(conține: lapte)**; piper negru

Valori nutriționale pe porție: 3012 kJ / 720 kcal; grăsimi 32 g, din care saturate 13 g; zaharuri 3 g; sare 2,6 g

Cartofi prăjiți — 14 lei

150 g. Garnitură.

Ingrediente: cartofi pai 150 g, din produs decongelat; ulei de floarea-soarelui, cât absorb la prăjire; sare

Valori nutriționale pe porție: 1297 kJ / 310 kcal; grăsimi 15 g, din care saturate 1,6 g; zaharuri 0,5 g; sare 0,9 g

DESERT

Papanași cu smântână și dulceață de afine — 28 lei

250 g. Doi papanași prăjiți, făcuți pe loc. Durează 15 minute.

Ingrediente: papanași 160 g: brânză de vaci 70 g **(conține: lapte)**, făină de grâu 40 g **(conține: gluten din grâu)**, ou **(conține: ouă)**, zahăr, ulei; smântână 50 g **(conține: lapte)**; dulceață de afine 40 g

Valori nutriționale pe porție: 2929 kJ / 700 kcal; grăsimi 32 g, din care saturate 14 g; zaharuri 38 g; sare 0,8 g

BĂUTURI

Limonadă cu mentă — 18 lei

400 ml. Făcută la comandă.

Ingrediente: apă 300 ml; suc de lămâie 50 ml; sirop de zahăr 40 ml; mentă; gheață

Valori nutriționale pe porție: 544 kJ / 130 kcal; grăsimi 0 g, din care saturate 0 g; zaharuri 32 g; sare 0 g

Ingredientele care pot provoca alergii sau intoleranțe sunt scrise îngroșat, între paranteze, după ingredientul care le conține.

Valorile nutriționale sunt pe porție și sunt calculate din ingrediente (Reg. UE 1169/2011, art. 31 alin. 4). În acest model sunt valori de exemplu: calculează-le pentru rețetele tale.

Cantitățile ingredientelor sunt cele puse în rețetă, înainte de gătire. Gramajul porției este la servire.

Pentru orice altă întrebare despre ingrediente, întreabă ospătarul.