



RESTAURANT
VULTURUL

Informații nutriționale



Informații nutriționale						
INSALATE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Bruschete cu icre de crap	379.8	5.5	28.7	27.9	4.6	1
Bruschete Pomodoro	242.2	8.3	21.6	31.7	5.9	1
Bruschete Pomodoro cu ton	358.2	34.3	22.6	31.7	5.9	1
Salată bulgărească	364.8	26.8	24.8	10	2	1
Salată Caesar	413	115.8	385.6	42.2	8.9	1
Salată cu ton	239.2	32.4	8	12.4	21.2	1
Salată de crudități	438.7	3	41	15	56	1
Salată Midinette	710.7	27.9	61	11.8	53.9	1
Salată orientală de iarnă	264	9.9	9	35.1	4.5	1
Salată cu Halloumi	481.6	33.7	39.4	12	3.8	1
Salată cu vită	395.7	47.1	24.2	6.6	3	1
GUSTĂRI RECI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Babic (50g)	239	10.5	21	2	0	1
Brânză (50g)	100.5	8.9	6.1	1.8	0	1
Cașcaval (50g)	141.5	12.5	9.5	0.5	0	1
File afumat (50g)	56	11.2	0.9	0.4	0	1
Kaiser (50g)	151.5	13	10.5	0	0	1
Măsline (50g)	57.5	0.4	5.3	3.1	1.6	1
Salam Sibiu (50g)	240	12.4	20	0.9	0	1
Șuncă (50g)	55.5	10	1.5	0.5	0	1
Gustare rece țărănească	976.1	51.4	75	18.5	3.2	1
Platou vegetarian	327.3	1.1	28.4	15.9	8.5	1
SUPE - CIORBE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Borș de pește	285	12	4	6	0	1
Ciorbă de burtă	598.1	78.4	120	29.6	3.2	1
Ciorbă de fasole cu afumătură	334.8	30.3	17.5	83.3	39.9	1
Ciorbă de legume cu ou	244.1	2.6	2	16.9	2.4	1
Ciorbă de perișoare	380.2	6.8	8.4	10.4	1.6	1
Ciorbă a la greque cu perișoare	475.7	27.2	26.3	48.6	4.4	1
Ciorbă de porc	343.1	22.4	24.6	10.5	2.2	1
Ciorbă de pui a la greque	448.1	68.6	26.8	53.2	0	1
Ciorbă de vacuță	463.8	10.8	13.2	13.2	2	1
Cremă de legume cu crutoane	434.3	9.4	24.7	44.6	4.2	1
Supă de pui cu tăieței de casă	395	17.7	5.7	46.8	3	1
GUSTĂRI CALDE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Bulete de cașcaval	415.2	25.4	27	17.5	0	1
Bulz	863.8	35	136.2	19.3	0	1
Cârnăciori oltenești	621.8	30.6	54.8	1.6	0	1
Cârnați de casă	642	36	53.8	0	0	1
Cașcaval pane/parizian	448.5	24	25.5	30	0	1



Crochete de cașcaval	546	24.8	34.2	34.8	0	1
Ciuperci sote	146.6	9.4	9.4	12	3.6	1
Creier la tigaie	400.1	31	29.4	0.6	0.3	1
Creier măcelăresc	495.9	39.4	33.9	6.7	0.3	1
Creier parizian/pane	474	22.2	40	5	0.2	1
Ficăței de pasăre românești	417.5	61.3	16.3	0	0	1
Mămăligă cu brânză și smântână	440.5	14.3	29.5	26.9	1.5	1
Omletă simplă	255.7	21.5	18.2	1.8	0	1
Omletă cu șuncă și cașcaval	425	39	28.5	2.6	0.1	1
Omletă țărănească	481.1	40.3	31.6	8	1.2	1
Gustare caldă	779.7	52.4	53.8	29.6	2.6	1
Gustare caldă țărănească	742.3	60.3	72.2	55.4	2.2	1
Platou cald - 4 persoane	4523.5	242.3	241.6	163.9	20	1
PREPARATE DIN PEȘTE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Crap prăjit cu mămăligă și mujdei	785.6	56.6	35.7	56.4	2.8	1
Saramură de crap cu mămăligă	425.6	41.3	11.4	36.3	3.5	1
Dorada la grătar	91.5	19	0.9	0.6	0.3	1
File de șalău la grătar cu garnitură de legume	344.3	37.4	9.9	27.1	5.8	1
File de șalău prăjit cu sos meuniere, garnitură de cartofi natur și legume	449.9	37.8	18.1	33.4	4.9	1
File de șalău cu susan	881.2	63.8	53.4	37.8	7	1
Șalău „Bonne Femme” cu garnitură de piure „Pommes Duchesse”	525	48.4	17.2	45.6	5.7	1
Păstrăv prăjit grătar	332.5	26.1	7.1	38.8	1.7	1
Somon la grătar	387.5	74.2	6.2	6.2	0.9	1
Fish and chips cu sos de maioneză și usturoi	505	31.7	6.8	77.9	5.5	1
PASTE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Paste POMODORO	492	31.8	45.2	10.5	9.9	1
Paste MILANEZE	427.5	20.5	2.6	85.9	4.8	1
Paste CARBONARA	634	30.2	30.9	33.3	3.6	1
Paste BOLOGNESE	573.6	19.2	27.6	68.1	1.8	1
PREPARATE DIN PUI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Aripioare de pui	537	56.7	33.6	1.5	0	1
Ciocănele la ceaun	615.2	69.2	35.6	0.4	0	1
Ciocănele sau aripioare picante	585	51	39	9	0	1
Cordon Bleu	400	24	44	25	0	1
Escalop de pui cu sos alb	232.7	22.5	11.5	11.5	1.9	1
Escalop de pui ZINGARA cu garnitură de piure	434.9	46.5	12.7	31.8	3.3	1
Pui cu susan	472	34.2	15.2	46.4	0	1
Pui la ceaun	147	20	7.2	0.5	0	1
Pui SHANGHAI	428	36	26	8	1	1



Șnițel din piept de pui	395	40.6	7.4	38.5	1.4	1
Șnițel Florentin (piept de pui, fulgi de porumb)	752	48.3	8	124.2	5	1
Șnițel Palermo (piept de pui, cașcaval)	536	53.1	16.9	39	1.4	1
Valdostana de pui	666.4	70	29.5	26.5	2	1
Piept de pui cu sos gorgonzola	810	90	46.2	3.6	0	1
PREPARATE DIN CARNE DE VITĂ	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Biftec Tartar	574.3	40.3	44	3	1.3	1
Rasol de vită cu legume	348.6	53.6	11.1	6.2	0	1
Șnițel vienez	288.5	26.4	15.9	8.1	7.5	1
Văcuță cu ardei gras	654	31.1	77.7	16.9	3	1
Văcuță cu țelină	668	30.8	77.7	7	4.1	1
Mușchi de vită cu sos gorgonzola	495.3	55.5	28.7	0.7	0	1
PREPARATE DIN CARNE DE PORC	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Coaste de porc cu cartofi prăjiți	850.5	46.6	47.5	57.8	6	1
Cordon Bleu	592	68.8	37.6	57.6	2.6	1
Cotlet Valdostana	727.9	70.6	33.1	28	2	1
Șnițel Palermo (mușchi porc, cașcaval)	686.1	65.3	27	42.5	1.4	1
Șnițel parizian/pane	403.1	40.3	8	41.5	1.4	1
PREPARATE LA GRĂTAR	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Piept de pui	228	42.4	5.2	0	0	1
Pulpe de pui dezosat	240	38.4	8.4	0	0	1
Frigărui asortate	405.4	40.4	24.1	7.1	1.5	1
Ceafă de porc	462	47.4	28.6	0	0	1
Cotlet de porc	320	44	16	1	0	1
Mușchiuleț de porc	238	42	6	4	0	1
Mușchiuleț de porc împletit	457.5	65.9	18	7.9	0.3	1
Ficat de porc	326.4	51.6	8.8	7.4	0	1
Mititei	116.5	6.5	9.5	10	0.7	1
Mușchi de vită	430	38	30	0	0	1
Chateaubriand	722.4	57.3	53.1	1.4	0.8	1
Vrăbioară de vită	410	56.8	18.4	0	0	1
SPECIALITATEA CASEI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Medalion „Turnul Babel”	1472.1	137.2	65.5	85.1	4.7	1
Carne de porc la garniță cu mămăligă	1558.9	76	95.9	63	4.1	1
Chiftelute cu sos și ciuperci și garnitură de piure	626.4	60.8	146.8	147.6	10.4	1
Ciolan cu fasole	3475	181	285	53	15.5	1
Ciolan cu varză	3277.5	168.3	282.3	19.5	4.3	1
Ciulama cu mămăliguță	310	8	5	10	2.9	1



Ciulama de ciuperci cu pui și mămăliguță	357	10	5	10	6.2	1
Iahnie de fasole cu cârnați oltenești	851.1	28	26.3	84	26.8	1
Pârjoale cu garnitură de piure	614	34.1	34.6	42.6	4	1
Pastramă de oaie la ceaun cu mămăligă	605	63.4	25.2	30	2	1
Pulpă de porc cu varză	616	81.3	24.3	14.5	4.3	1
Pulpă de porc la tavă cu piure	569.5	68.8	16.2	36.4	4	1
Sarmale cu mămăliguță	475	16.4	11.9	59.5	5.7	1
Tigaie de pui	812	68.3	42.5	33.7	2	1
Tigaie picantă	1049.5	71.7	67.9	31.8	2	1
Tochitură cu mămăliguță	725.5	60.6	37.5	32.5	2	1
Tuslama	420	50.3	45.7	13.5	0.9	1
MENIU DE POST/VEGETARIAN	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Platou vegetarian	602	9.7	48.9	42.8	25.6	1
Aperitiv de post	898.6	32.7	59	107.2	15.9	1
Ciorbă de fasole de post	136.8	7.2	3.2	20.8	4.8	1
Ciorbă de legume	210	1.2	0.8	16.8	2.4	1
Fasole bătută	397.8	21.5	11.8	50.5	12	1
Sarmale cu orez și ciuperci	180	4.3	9.3	21	2.3	1
Tocăniță de ciuperci cu garnitură de piure	564.4	14.3	35	47.8	2.8	1
Zacuscă	180	3.3	11.5	11.8	8.3	1
GARNITURI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Cartofi prăjiți cu parmezan și usturoi	515	8.3	3.2	43.1	4.2	1
Cartofi prăjiți	478.5	6	25.5	57	6	1
Cartofi natur	194	3.8	0.2	40.2	4	1
Cartofi țărănești	394	5.8	17.2	54	7	1
Piure de cartofi	226	3.8	6.2	36.4	4	1
Cartofi franțuzești	684	7.7	28	2.1	4.9	1
Cartofi la cuptor cu rozmarin	272	5	6	48	5	1
Chipsuri de cartofi - simpli sau preparați cu usturoi și mărar	612	10.7	53.6	80.4	5.4	1
Amestec de legume	124	2.8	8.2	7	5.6	1
Broccoli	68	5.6	0	13.2	5.2	1
Fasole verde	62	3.6	0.2	14.2	6.8	1
Pilaf de orez cu ciuperci	133.5	3	6	26.6	0	1
Orez Sârbesc	322	6.8	4.8	63.6	0	1
Orez alb	311.6	4	9.4	53	0	1
Orez alb cu ou și legume	375	6.5	29	23.5	7	1
Varză dulce/călită	187.5	3.3	12.3	14.5	4.3	1
Iahnie de fasole	385.3	16	15	48	15.5	1
Ciuperci la grătar	44	6.2	0.6	6.6	2	1
Legume la grătar	86.5	3.8	6.3	3.7	1.5	1



Mămăligă	234	5.2	1.2	50	2.2	1
Maioneză	691	2.7	75.2	0.8	0	1
Mujdei de usturoi	162.9	3.2	10.3	16.5	10.1	1
Maioneză cu usturoi	250	1.5	21.6	12.4	0	1
Smântână cu usturoi	161.2	2.7	14.9	4.3	0.2	1
Pâine (chiflă albă)	133	3.8	1.7	25.3	1.2	1
Pâine (chiflă cu secară)	129	4.5	1.5	24	3	1
SALATE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Salată asortată de vară	50	1	3.3	4.3	1.5	1
Salată asortată de vară cu brânză (roșii, castraveți, ceapă, ardei gras, brânză)	96	5.4	6.2	5.2	2.2	1
Salată de roșii	36	1.8	0.4	7.8	2.4	1
Salată de castraveți verzi	18	0.9	0.3	3.3	1	1
Salată verde	25.5	1.8	0.5	5	3	1
Salată de varză albă	86	1.5	6	6	1.8	1
Salată de sfeclă roșie cu hrean	56	2.2	0.4	11	2.8	1
Salată de ardei copti	59.1	1	2.1	8.8	0	1
Salată asortată de murături	36	1.2	0.2	8.2	2.4	1
Salată de castraveți murați	24	2	0.4	6	2	1
Salată de gogoșari	66	1.4	1.4	9.2	5	1
Salată de vinete	125	1.1	11.4	2.7	3.4	1
Salată de varză murata	40	2.2	0.4	6.8	2	1
Salată de ceapă	42	0.9	0.1	10.1	1.4	1
DESERTURI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbohidrați	Fibre	Sare
Clătite africane cu mascarpone și frișcă	538.1	13.7	25.3	63.6	4.8	1
Banana Split	490.3	6.8	23.3	67.5	5.2	1
Clătite Bavareze	636.1	14.9	38.5	57	3.8	1
Clătite cu Nutella	540.6	8.9	25.7	67.9	1.1	1
Clătite cu dulceață	590	3	30	72	0	1
Clătite cu înghețată	364	8.7	10.9	57.1	1.1	1
Clătite cu miere și nucă	681.3	12.4	28.9	92.9	3.1	1
Coupe Jaques	277.8	3.7	7.2	48.4	4.4	1
Înghețată Betty Ice (cupă)	53.1	1.6	7.7	7.7	1.4	1
Înghețată Betty Ice (porție)	106.2	9.6	46.2	46.2	8.4	1
Papanași cu gem sau ciocolată	705	30	51.6	30	0	1
Profiterol cu înghețată	723.9	13.6	42.6	71	0.7	1
Salată de fructe	150	1.8	0	33.5	3.5	1
Alune (cutie 135g)	837	17.1	33.8	67.5	9.2	1



PLATOURI CU BUNĂTĂȚI - RECI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Platou vegetarian - 1 persoană	602	9.7	48.9	42.8	25.6	1
Gustare rece țărănească - 2 persoane	1952.2	102.8	150	37	6.4	1
Platou rece - 3 persoane	3392	127.3	251.6	140.1	22.6	1
PLATOURI CU BUNĂTĂȚI - CALDE	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Platou cald - 1 persoană	757.2	51.5	53.3	25.8	0.8	1
Gustare țărănească caldă - 2 persoane	2172	203	119	67.3	4	1
Platou cald - 3 persoane	3716.8	294.5	167.2	288.4	88.5	1
Platou cald - 4 persoane	4523.5	242.3	241.6	163.9	20	1
Platou cu mititei	4479.5	174	270	518	37	1
DESERTURI	Calorii	Proteine	Lipide	Carbhidrați	Fibre	Sare
Plăcintă cu brânză și stafide	1275	72.8	60	114	10.5	1
Plăcintă cu mere	1581	29.8	51	255	25.5	1
Plăcintă cu dovleac	1156	25.5	22.1	216.8	13.6	1
Negresă	1870	94.4	27.2	317.9	32.3	1
Mini tarte cu fructe	1104	12.8	36	188.8	0	1