

Ziua	PREPARATE		ingrediente	proteine	glucide	lipide	kcal	zaharuri	sare	acizi grași	alergeni
Luni	S1	Supă de vită cu paste melcișori	supă 60%, paste 20%, legume 20%	2,5	8	3,5	71	0	1	2	1
	S2	Ciulama de pui , mămăliguță	mamaliguta 50% ulei cu ceapă 10%, smântână și pui 40%	10	11	12	308	1	1	5	1,7
	T2	Chiftele cu sos de mărar, cartofi natur	cpl porc 25 %, smântână cu mărar 25%, cartofi fierti 50%	8	15	6	205	0,5	1	5	1.3.7
veggi	R1	Supă limpede de gulii 250ml	supă 150 ml, legume 100g	21	12	5	95	0	0,5	8	-
veggi	R2	Chftele de năut, sos roșii, cartofi natur 250g	naut presat cu mălai 60g, sos bulion cu supă 50g, cartofi 140g	22	46	26	430	0,5	0,5	2	-
Marți	S1	Ciorbă de perișoare	supă 50%, perisoare 30%, legume 10% cu pastă de tomate 10%	6,5	4	2,5	61	0	1	2	9
	S2	Ou ochi, mâncare de mazăre	ou ochi 30% mazare cu lapte și amidon 70%	8,2	8	2,8	128	0	1	3	1,3,7
	T2	Piept de pui gratinat cu roșie și cașcaval, cartofi piure	piept de pui 30%, cașcaval cu roșie 10%, cartofi cu unt și lapte 60%	6	13	2	187	0	1	4	7,9
veggi	R1	Ciorbă de leguminoase 250ml	supă 150ml, legume 100g	9	12	5	95	0	1	2	9
veggi	R2	Mâncare de mazăre , cartofi natur 250g	mazare cu supă și amidon 150g, cartofi natur 100g	5	41	22	365	0	1	2	-
Miercuri	S1	Supă cremă de dovleac, crutoane	dovleac 60%, smântână 20%, supă 20%	3,5	13	3,5	88	0	0,5	2	7,9
	S2	Pulpă dezosată de pui, cartofi piure	cartofi cu lapte și unt 60%, pulpă dez de pui 40%	8,5	3,5	11	345	0	1	3	7
	T2	Paste cu branză dulce și smântână	paste 60%, smântână și branză slabă de vaci 40%	7	31	15	144	3	0,5	3	1,3,7
veggi	R1	Supă cremă de dovleac 250ml	țelină 150g, cartof 50g, supă 50g	5	32	5	105	0	0,5	2	9
veggi	R2	Salată de beouf cu soia 250g	mazare 30g, morocv 30g, cartof 30g, țelină 30g, patrunjel 30g, castravete murat 30g, maio post 20g, soia 60g	15	27	15	250	0,5	0,5	1	6,9
Joi	S1	Ciorbă rădăuțeană de pui	carne pui 20%, legume 20%, supă 50%, smântână 10%	5	8	4	85	0	0,5	1	7,9
	S2	Varză a la Cluj	varză 100g, orez 50g, carne 100g	6,5	8,5	6,9	180	0,5	1	4	1,3,7
	T2	Mâncare de legume , cașcaval pane	legume cu lapte și amidon 60%, cașcaval cu pesment și ou 40%	7	18	8	171	0,5	1,5	3	1,3,7
veggi	R1	Supă de legume 250ml	Supă 170ml, legume 70g,	5	26	3	148	0,5	0,5	1	9
veggi	R2	Mâncare de legume, șnițel veggi 250g	legume cu supă legume și amidon 170g, șnițel din legume presate 80g	12	32	10	262	3	1	1	-
Vineri	S1	Ciorbă de fasole păstăi cu smântână	fasole păstăi cu legume 45%, supă cu smântână 55%	7	7,5	5	60	0,5	1	4	7
	S2	Mac & Cheese cu bacon	paste 60% cașcaval 20%, bacon 20%	6,8	5	16,5	150	1	1,5	347	1.3.7
	T2	Crispy de pui, pilaf de orez, castravete murat	orez cu legume 50%, pui cu fulgi porumb și ou 40%, castravete murat 10%	7,5	13	4,4	195	0,5	1	3	1.3.7
veggi	R1	Ciorbă de fasole păstăi 250ml	fasole păstăi și zarzavaturi 100g, supă cu smântână 130 ml	8	9	5	103	0	0,5	1	-
veggi	R2	Zacusca de vinete, pilaf de orez 250g	vinete cu ardei și ceapă 100g, orez 150g	16	44	19	368	0,5	1	3	-



Meniu
săptămâna
44
(27.10-31.10.25)

Expres Catering.SRL
RO 18189191
Autorizație DSV
8217/2017



Informații

ALERGENI 1. gluten, 2. crustacee, 3. oua 4. peste 5. arahide, 6. soia 7. lactoză, 8. fructe cu coajă (alune etc), 9. țelină 10, muștar 11. susan, 12. dioxid de sulf

Preparatele din cele trei meniuri (S, T, R) se transmit până vineri la ora 15:00 pentru săptămâna următoare.

Comanda și anulările se dau cu o zi înainte agentului dvs preferabil printr-un mesaj până în ora 15:00 pentru ziua următoare iar modificările pentru nr. de porții până în ora 08:00 dimineața.

HANDREA IOANA
Nutriționist Dietetician
Doctor în științe medicale
140191

Felul I (menu) Felul II
S1 /R1 250 ml + S2 / T2 /R2 250 gr = 18 lei

Felul II 350g (S2M/ T2M) 15 lei

Felul II 250g (S2/T2/R2) 13 lei

Gustare 30-120g 3 lei

Tacâm bio tris 1 lei

Chiflă ciabatta 1,5 lei

Pâine 500 g - 5 lei

Salată coserolă 500g pentru 10 copii 20 lei

Livrăm în :

Timișoara, Dumbrăvița, Ghiroda, Giarmata VII, Remetea, Izvin, Giroc.

Rămânem deschiși către noi orizonturi!

Concediu Odihna ultima și prima săptămână din an !

Nu livrăm în zilele libere legale!

Pentru sugestii și întrebări : adria@quicklunch.ro / 0724244383

Comandă minimă pentru meniu personalizate 15 porții .

Meniurile vegane, vegetariene si fără sare sunt meniuri cu restricții alimentare pentru copii cu regim diferit de alimentație.

Livram și in Marmite !

Caserolele sunt PPR admise UE!

Livrăm cu autoutilitare admise DSV !

Livrarea se face in cutii/tăvi special concepute pentru a păstra preparatele la o temperatură optimă până la consum.

Produsele noastre au o valabilitate de 3 zile păstrate în condiții de temperatură controlată între 0 și +4 grade.

Nu aruncați deșeurile în natură.

Colectați selectiv conform legii 132/2010