

Ziua	PREPARATE		ingrediente	valori nutriționale medii / 100g	alergeni	gus/obț
Luni	S1	<b>Ciorbă rădăuțeană de pui</b>	<i>pui, smântână, legume, verdețuri, condimente, orez</i>	105 kcal   P 5g   L 4g   G 8g   F 1g   Sare 0.8g   Zahar 0.5 g   A.G.S 1g	<b>lactoză, ou, țelină</b>	<b>fruct</b>
	S2	<b>Paste Carbonara</b>	<i>paste cu ou, lactate, amidon, usturoi, bacon, cașcaval</i>	234 kcal   P 7g   L 24g   G 13g   F 1g   Sare 1.5g   Zahar 1g   A.G.S 5g	<b>gluten, ou, lactoză</b>	
	T2	<b>Nuggets de pui, pilaf de orez</b>	<i>piept de pui, susan, ou, pesemt, orez, morcov, ceapă, condimente</i>	285 kcal   P 17g   L 11g   G 22g   F 2g   Sare 1g   Zahar 0 g   A.G.s 3g	<b>gluten, ou, susan</b>	
veggi	R1	<b>Ciorbă de legume</b>	<i>cartofi, condimente, legume, borș, verdețuri</i>	81 kcal   P 3g   L 4g   G 5g   F 1g   Sare 0.8g   Zahar 0 g   A.G.S 2 g	<b>țelină</b>	
veggi	R2	<b>Broccoli natur, pilaf de orez</b>	<i>broccoli, orez, ceapă, morcov, condimente</i>	175 kcal   P 5g   L 5g   G 10g   F 1g   Sare 0 g   Zahar 0 g   A.G 0.2 g	-	
Marți	S1	<b>Supă de roșii cu paste ABC</b>	<i>supă legume, pastă tomate, roșii, zahar, paste, condimente</i>	75 kcal   P 3g   L 0g   G 13g   F 1g   Sare 1.7g   Zahar 1.5 g   A.G.s 1g	<b>gluten, ou</b>	<b>dulce</b>
	S2	<b>Șnițel parizian de pui, mâncare de mazăre</b>	<i>ou, făină, ulei, condimente, mazăre, lapte, amidon, piept de pui</i>	198 kcal   P 15g   L 11g   G 20g   F 1g   Sare 1g   Zahar 0.5 g   A.G.S 3g	<b>gluten, ou, lactoză</b>	<b>de</b>
	T2	<b>Piept de pui italian, cartofi piure</b>	<i>mozzarella, roșie, piept de pui, condimente, lapte, unt, cartofi</i>	182 kcal   P 24g   L 14g   G 25g   F 2g   Sare 1.1g   Zaha0.51g   A.G.s 3 g	<b>lactoză</b>	<b>casă</b>
veggi	R1	<b>Supă de roșii cu fasole</b>	<i>supă legume, pastă tomate, roșii, fasole</i>	65 kcal   P 3g   L 0g   G 13g   F 1g   Sare 1.7g   Zahar 1.5 g   A.G.s 1g	-	
veggi	R2	<b>Șnițel vagan, piure veggi</b>	<i>legume cu făină porumb, cartofi, margarină, apă</i>	175 kcal   P 11g   L 7g   G 8g   F 2g   Sare 0 g   Zahar 0 g   A.G 0.2 g	-	
Miercuri	S1	<b>Ciorbă de cartofi cu smântână și cârnați</b>	<i>supă legume, cartofi, smântântână, ceapă, mărar, cârnați</i>	125 kcal   P 2g   L 5g   G 17.5g   F 1g   Sare 0.8g   Zahar 0 g   A.G.s 2g	<b>lactoză</b>	<b>fruct</b>
	S2	<b>Pulpă dez. de pui, orez cu legume, castravete murat</b>	<i>pulpă dezosata de pui, condimente, orez, mazare, morcov</i>	188 kcal   P 15g   L 5g   G 14g   F 1.5g   Sare 1g   Zahar 0 g   A.G.S 2 g	-	
	T2	<b>Piept de curcan grill, mâncare de legume cu porumb</b>	<i>curcan, legume mixt, porumb, condimente, lapte, amidon</i>	211 kcal   P 17g   L 14g   G 22g   F 1g   Sare 1.5g   Zahar 0 g   A.G.S 2 g	<b>lactoză</b>	
veggi	R1	<b>Ciorbă de cartofi cu verdețuri</b>	<i>cartofi, verdețuri, apă</i>	82 kcal   P 2g   L 2 g   G 10g   F 1g   Sare 0 g   Zahar 0 g   A.G 0.2 g	-	
veggi	R2	<b>Ciuperci natur, mâncare de legume cu porumb</b>	<i>legume mixt, morcovi, porumb, margarină, supă, amidon</i>	171 kcal   P 5g   L 9g   G 15g   F 2g   Sare 0.2g   Zahar 0 g   A.G.S 1 g	-	
Joi	S1	<b>Supă de pui cu găluște de gris</b>	<i>supă din tacam pui, griș cu ou, condimente</i>	115 kcal   P 4g   L 4g   G 13g   F 2g   Sare 0.8g   Zahar 0 g   A.G 0.2 g	<b>ou, gluten</b>	<b>fruct</b>
	S2	<b>Ciocănea de pui, cartofi piure</b>	<i>ciocănea de pui, cartofi, lapte, unt, condimente</i>	288 kcal   P 19g   L 15g   G 41g   F 1g   Sare 1.1g   Zahar 0 g   A.G.s 5	<b>pește, lactoză</b>	<b>de</b>
	T2	<b>Macaroane gratinate cu șunculiță porc, cașcaval</b>	<i>paste cu ou, suncă, kaiser, sos brânză și cașcaval</i>	200 kcal   P 7g   L 3g   G 23g   F 1g   Sare 1g   Zahar 1g   A.G.S 3 g	<b>lactoză, gluten, ou</b>	<b>casă</b>
veggi	R1	<b>Supă limpede de conopidă</b>	<i>conopidă, supă legume</i>	65 kcal   P 1g   L 1g   G 2g   F 1g   Sare 0 g   Zahar 0 g   A.G 0.2 g	-	
veggi	R2	<b>Ciuperci natur, mâncare de morcovi cu porumb</b>	<i>ciuperci, morcovi, porumb, margarină, supă, amidon</i>	171 kcal   P 5g   L 9g   G 15g   F 2g   Sare 0.2g   Zahar 0 g   A.G.S 1 g	-	
Vineri	S1	<b>Supă de găină cu carne și paste</b>	<i>supă de găină cu carne, pătrunjel, condimente, paste, morcov</i>	85 kcal   P 3g   L 7g   G 3g   F 1g   Sare 0.9g   Zahar 0 g   A.G.S 2 g	<b>gluten, ou</b>	<b>fruct</b>
	S2	<b>Mămăliguță cu brânză, ou și smântână</b>	<i>ou baimarin, brânză vaci, smântână, mălai, condimente, unt</i>	217 kcal   P 16g   L 11g   G 21g   F 1g   Sare 1g   Zahar 0 g   A.G.S 3 g	<b>ou, lactoză</b>	
	T2	<b>Crispy de pui, piure de conopidă</b>	<i>piept de pui, fulgi porumb, ou, conopidă, unt, lapte, condimente</i>	225 kcal   P 15g   L 19g   G 17g   F 1g   Sare 1.5g   Zahar 0 g   A.G.S 3 g	<b>gluten, ou, lactoză</b>	
veggi	R1	<b>Supă de morcovi limpede</b>	<i>morcovi, supă legume</i>	77 kcal   P 2g   L 6g   G 9g   F 1g   Sare 0.2g   Zahar 0 g   A.G.S 0.2 g	-	
veggi	R2	<b>Mămăliguță cu zacusca de legume</b>	<i>mălai, zacuscă cu vinete, ceapă, ardei, ciuperci, fasole</i>	129 kcal   P 5g   L 21g   G 13g   F 1g   Sare 0 g   Zahar 0 g   A.G 0.4 g	-	



Pag 2  
Meniu

Expres Catering.SRL  
RO 18189191  
Autorizație DSV  
8217/2017



## Informații

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 + Felul III = Meniu  
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 2 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 ultima și prima săptămână din an !  
Nu livrăm în zilele libere legale!

Pentru sugestii : [adria@quicklunch.ro](mailto:adria@quicklunch.ro) / 0724244383  
Comandă minimă personalizată de la 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**