

SC MUMBAI FOOD SRL - TABEL VALORI NUTRITIONALE MENU /100g,conf. Ord. ANPC nr. 201/2022

Nr. crt.	Denumire produs/cantitate Materii prime /cantitate/g	Valoare Energetica (calorii) Kj / kcal	Grasimi	Acizi grasi saturati	Zaharuri	Sare	Aditivi	Alergeni	Condim.compuse ≥20 g
1.	<u>Masala Sing</u> Alune 150g Garam Masala 2g Sare 2g Ulei 5ml Boia iute 8g Zahar pudra 10g	3200,8 756,7	44,5	7,2	10,8	1,2		alune	
2.	<u>Aloo Tikki</u> Cartof fiert 100g Ceapa rosie 20g Ceapa verde 20g Mazare 20g Ulei 20ml Kitchen king 2g Garam masala 3g Sare 1.5g Chimion 2g Curcuma 2g Stafide 10g Coriandru boabe 2g Coriandru proaspat 1g Zahar 5g Pesmet 45g Lamaie 35ml Ou 0,5 buc Apa plata 15 ml	755,5 178,6	7,4	0,9	5,4	0,9		oua	

3.	<u>Chicken Balls</u> Carne tocata pui(piept+pulpa) 140g Pesmet 30g Ulei 20 ml Garam Masala 3g Ou 0,5 buc Apa plata 10ml Sare 1g Mix usturoi+ghimbir 7g Curcuma 2g Boia dulce 2g Coriandru proaspat 1g Piper 2g	906 214,2	11,3	1,6	0,9	0,8		oua	
4.	<u>Vegetable Samosa</u> Cartof fiert 70g Ceapa rosie 14g Ceapa verde 14g Mazare 14g Ulei 25ml Kitchen king 1.5g Garam masala 2g Sare 2g Chimion 1.5g Curcuma 1.5g Stafide 7g Coriandru boabe 1.5g Coriandru proaspat 0,5g Zahar 3,5g Faina 70g Ulei 15ml Negrilica 2g Apa plata 20ml	1178,9 278,4	14,7	1,4	3,9	0,7		Faina (gluten)	

5.	Sos rosu *aditional la aperitive (exceptand masala sing) Ketchup 35g Apa plata 20ml Boia iute 1g Coriandru proaspat 0,5g	279,2 66	0,3	0	14,3	1,7			
6.	Chhole Naut conserva 120g Sos baza 250g Mix usturoi+ghimbir 10g Chimion 1g Chimion pudra 0,5g Kitchen king 0,5g Sare 0,5g Coriandru proaspat 1g Boia dulce 0,5g Boia iute 1g Ulei 10ml Apa plata 30ml	442,9 104,7	7	0,6	1,9	0,6			
7.	Jeera Aloo Cartof fiert 240g Mix usturoi+ghimbir 10g Chimion 1g Chimion pudra 0,5g Curcuma 1g Garam Masala 0,5g Kitchen king 0,5g Sare 1g Coriandru proaspat 1g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Ulei 10ml Apa plata 15ml	817,2 193,2	8,5	1	2,8	0,5			

	Lamaie 3 ml Zahar 2g Masala sing 40g								
8.	<u>Kaju Curry</u> Sos baza 250g Sare 1g Ulei 40ml Mix usturoi+ghimbir 15g Apa plata 30ml Kaju 70g Smantana vegetala 15g Zahar 2g Chimion 1g Kitchen King 0,5g Garam Masala 0,5g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Coriandru proaspat 1g	1027,5 242,9	21	2,7	3,4	0,4		Kaju lactate	
9.	<u>Masala Aloo Gobi</u> Cartof fiert 115g Conopida 115g Mazare 15g Mix usturoi+ghimbir 15g Chimion 1g Curcuma 5g Kitchen King 0,5g Garam Masala 0,5g Sare 0,5g Coriandru proaspat 0,5g Lamaie 3ml Ulei 10 ml Apa plata 30 ml Zahar 4g	380,7 90	3,3	0,3	2,9	0,2			

10.	<u>Mung Masala</u> Fasole mung fiarta 160g Ceapa rosie 50g Rosii 60g Mix usturoi+ghimbir 15g Ardei iute 8g Chimion 1g Curcuma 1g Garam Masala 0,5g Kitchen king 0,5g Sare 1g Coriandru proaspat 1g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Ulei 10ml	961 227,2	3,8	0,5	5,1	0,3			
11.	<u>Paneer Tikka Masala</u> Sos baza 200g Halloumi 100g Sare 0,5g Ulei 5ml Mix usturoi+ghimbir 10g Apa plata 50ml Smantana vegetala 15g Ardei gras verde 10g Ardei gras galben 10g Ardei kapia 10g Varza 10g Ceapa rosie 5g Curcuma 0,5g Chimion 1g Kitchen King 0,5g Garam Masala 0,5g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g	612,9 144,9	6	4	2,5	0,9		lactate	

	Coriandru proaspat 1g								
12.	<u>Pav Bhaji +lipie</u> Cartof fiert 70g Conopida 20g Mazare 20g Vinete 50g Varza 50g Ardei gras verde,galben 20g Ardei kapia 15g Rosii 50g Ceapa rosie 20g Morcov 20g Mix usturoi+ghimbir 15g Chimion 1g Curcuma 1.5g Kitchen King 0,5g Garam Masala 0,5g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Sare 1g Coriandru proaspat 1g Ulei 10ml Apa plata 150ml Faina 120g Drojdie 5g Sare 2g Ulei 5ml Apa plata 60ml	440,8 104,2	2,3	0,2	1,4	0,4		faina	
13.	<u>Chicken Butter Masala</u> Sos baza 170g Piept pui 140g Mix usturoi+ghimbir 5g Smantana vegetala 90g Cardamon macinat 1g	596,4 141	10,4	1,5	2,5	0,3		lactate	

	Curcuma 1g Garam Masala 1g Kitchen King 0,5g Sare 1g Ulei 20ml Apa plata 85ml Unt 3g Boia iute 1g Coriandru proaspat 1g Zahar 3g Ardei iute 3g								
14.	<u>Chicken Chilli</u> Piept pui 150g Varza 12g Ardei gras verde, galben 15g Ardei kapia 15g Ardei iute 5g Ceapa verde 3g Ceapa rosie 15g Morcov 10g Mix usturoi+ghimbir 15g Chilli uscat 0,5g Sos soya 25g Ketchup 90g Kitchen King 0,5g Garam Masala 0,5g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Sare 0,5g Ulei 30ml Apa plata 30ml	583,7 138	7,7	0,8	5,9	1,6			

15.	<u>Chicken Curry</u> Sos baza 230g Piept pui 140g Mix usturoi+ghimbir 10g Cardamon macinat 0,5g Curcuma 0,5g Garam Masala 0,5g Kitchen King 0,5 Sare 0,5g Ulei 20ml Apa plata 150ml Chimion 1g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Coriandru proaspat 0,5g Ardei iute 3g	448,8 107,1	7,2	1,4	0,1	0,5			
16.	<u>Chicken Biryani</u> Sos baza 100g Piept pui 120g Sare 1g Ulei 40ml Mix usturoi+ghimbir 10g Apa plata 100 ml Orez basmati fiert 100g Chimion 1g Kitchen King 0,5g Garam Masala 0,5g Boia bulce 1g Boia iute 0,5g Curcuma 1,5g Coriandru proaspat 1g Ardei iute 4g Ardei gras galben 10g Ardei gras verde 10g	750,4 177,4	8,9	0,7	1,2	0,3			

	Ardei kapia 10g Mazare 10g Morcov 10g Varza 20g Ceapa rosie 10g Ceapa verde 5g								
17.	<u>Murgh Kalimirch</u> Piept pui 140g Mix usturoi+ghimbir 10g Cardamon macinat 0,5g Garam Masala 0,5g Kitchen king 0,5g Sare 1g Ulei 20ml Apa plata 110ml Zahar 1g Ceapa galbena 90g Piper 1g Smantana vegetala 105g Kaju 5g Ardei iute 3g	548,2 129,6	8,8	1,2	2	0,3		kaju	
18.	<u>Dal Fry</u> Linte rosie fiarta 160g Ceapa rosie 50g Rosie 65g Mix usturoi+ghimbir 15g Ardei iute 10g Chimion 1g Curcuma 0,5g Garam Masala 0,5g Kitchen king 0,5g Sare 1g Coriandru proaspat 0,5g Boia dulce 0,5g	1203,4/ 84,5	4,3	0,5	1,5	0,3			

	Boia iute 0,5g Ulei 10 ml								
19.	<u>Dal Tadka</u> Linte rosie fiarta 160g Ceapa rosie 50g Rosie 65g Mix usturoi+ghimbir 15g Ardei iute 10g Chimion 1g Curcuma 0,5g Garam Masala 0,5g Kitchen king 0,5g Sare 1g Coriandru proaspat 0,5g Boia dulce 0,5g Boia iute 0,5g Ulei 10 ml Mix usturoi+ghimbir 5g Chilli uscat 5g Ulei 10g Boia dulce 1g	1264,3 298,9	7,3	0,8	1,5	0,4			
20.	<u>Dal Makhani</u> Linte neagra fiarta 160g Ceapa rosie 50g Rosii 65g Mix usturoi+ghimbir 10g Unt 15g Chimion 1g Curcuma 1g Garam Masala 0,5g Kitchen King 0,5g Sare 1g Coriandru proaspat 0,5g Boia dulce 0,5g	512,2 121,1	5,5	2,5	2,5	0,4		lactate	

	Boia iute 0,5g Smantana vegetala 25g								
21.	<u>Aromatic rice</u> Orez basmati fiert 225g Ulei 12ml Sare 1g Coriandru proaspat 2g Foi dafin 0,03g Anason stelat 0,03g Cuisoare 0,03g Scortisoara bete 0,03g	692,4 163,7	4,8	0,5	0,1	0,4			
22.	<u>Jeera Rice</u> Orez basmati fiert 225g Unt 5g Chimion 2g Sare 1g Coriandru proaspat 2g Foi dafin 0,03g Anason stelat 0,03g Cuisoare 0,03g Scortisoara bete 0,03g	567,2 134,1	1	0,5	0,1	0,4		lactate	
23.	<u>Saffron Rice</u> Orez basmati fiert 225g Ulei 12 ml Sare 1g Coriandru proaspat 2g Sofran 0,01g Apa plata 3ml	683,1 161,5	4.7	0,5	0,1	0,4			
24.	<u>Vegetable Rice</u> Orez basmati fiert 170g Sare 1g Ulei 20 ml Ardei gras verde 10g Ardei gras galben 10g	639,1 151,1	6,7	0,7	1,3	0,3			

	Ardei kapia 10g Morcov 10g Varza 15g Mazare 10g Ceapa rosie 15g Ceapa verde 10g Curcuma 2g Chimion 2g Coriandru proaspat 2g							
25.	<u>Fresh Vegetable Salad</u> Castravete 90g Rosii 80g Ceapa rosie 40g Morcov 45g Coriandru proaspat 1,5g Ceapa verde 10g	103,6 24,5	0,1	0	2,1	0.1		
26.	<u>Raita</u> laurt 90g Rodie 15g Banana 20g Mar 35g Coriandru proaspat 0,5g Castravete 20g Garam Masala 0,5g Piper 0,5g Zahar pudra 10g	410,7 97,1	2,5	1,1	11,4	0,1		lactate
27.	<u>Butter Naan</u> Faina 120g laurt 20g Lapte 20ml Sare 3g Ulei 5g Apa minerala 20ml Zahar 5g	1186 280,4	5,7	2	3,5	2,1		Lactate faina

	Bicarbonat de sodiu 2g Praf de copt 2g Unt 5g Negrilica 1g Coriandru verde 1g								
28.	<u>Garlic Naan</u> Faina 120g Iaurt 20g Lapte 20ml Sare 3g Ulei 5g Apa minerala 20ml Zahar 5g Bicarbonat de sodiu 2g Praf de copt 2g Unt 5g Negrilica 1g Coriandru verde 1,5g Mix usturoi+ghimbir 20g Boia dulce 0,5g	1119,7 264,7	5,3	1,8	3,3	1,9		Lactate faina	
29.	<u>Paratha</u> Faina neagra integrala 125g Malai 15g Gris 10g Chimion 2g Sare 2g Ulei 25g Apa plata 70g	1231,8 291,2	10,5	1	0,2	0,8			
30.	<u>Bhatore</u> Faina 120g Iaurt 20g Lapte 20ml Sare 3g Ulei 5g	1143,4 270,3	3,8	0,8	3,6	2,2		Lactate faina	

	Apa minerala 20g Zahar 5g Bicarbonat de sodiu 2g Praf de copt 2g								
31.	<u>Gulab Jamun</u> Lapte praf 50g Faina 15g Praf de copt 1g Lapte 15ml Unt 2g Apa plata 5ml Apa de flori 3ml Sofran 0,01g Zahar 45g Apa plata 128ml Fistic 1g Kaju 1g Migdale 1g	832,5 196,8	6,4	3,7	24,3	0,2		Lactate Fistic Caju migdale	
32.	<u>Jalebi with Rabdi</u> Faina 45g laurt 10g Praf de copt 5g Apa plata 48ml Ulei 50ml Zahar 20g Apa de flori 3ml Sofran 0,01g Lapte praf 15g Fistic 1g Migdale 1g Kaju 1g	1626 384,4	26,3	3,8	13,3	0		Lactate Fainafistic Kaju migdale	
33.	<u>Palak Paneer</u> Spanac congelat 200g Branza halloumi 120g	621.8/147	10.8	0.4	2	0.9		Lactate	

	GranCucina 50ml Ceapa galbena 50 g Usturoi 5 g Ghimbir 5 g Coriandru 2 g Garam masala 2 g Kitchen king 1 g Sare 0.5g Piper 0.3g Ardei iute verde 20g Boia 0.5g Ulei 10ml Cardamon macinat 0.3g								
34.	Lamb Palak Masala Pulpa miel 100g Spanac congelat 200g GranCucina 50ml Ceapa galbena 50g Ardei iute verde 15g Ulei 10ml Usturoi 5g Ghimbir 5g Coriandru 3g Garam masala 2g Kasori methi 5g Sare 0.5g Piper 0.3g Boia 5g Cardamon macinat 0.3g	471.6/112.2	7.2	1.7	1.5	0.3		Lactate	

35	Lamb Kalimirch 300g Pulpa miel 100g Ceapa galbena 150g GranCucina 80ml Ardei iute verde 25g Kasori methi 20g Usturoi 20g Ghimbir 10g Ulei 10ml Coriandru 2g Piper 2g Sare 0.5g Garam masala 0.3g Kitchen king 0.3g	631.1/149.2	8.8	1.9	2.8	0.3		Lactate	
36	Lamb Curry Pulpa miel 100g Usturoi 5g Ghimbir 5g Rosii 50g Ceapa galbena 20g Ceapa rosie 20g Chimion 0.3g Garam masala 1g Kitchen king 1g Curcuma 1g Boia 2g Boia 2g Sare 0.5g Piper 0.3g Coriandru boabe 0.2g Ulei 10ml Cardamon macinat 0.2g Coriandru 2g	628.1/148.5	9.3	2.5	2.1	0.3			

	Ardei iute verde 15g								
--	----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--