PUFFY PIZZA · INFORMAȚII PENTRU CONSUMATORI

Ingrediente și alergeni

Ingredientele, alergenii și valorile nutriționale ale preparatelor din meniu, întocmite în baza Regulamentului (UE) nr. 1169/2011. Alergenii sunt marcați **îngroșat și subliniat**. Toate preparatele sunt gătite în aceeași bucătărie, așa că pot conține urme de alergeni. Pentru alergii, sunați înainte de a comanda: 0232 266 930. Actualizat la 06.11.2026.

Pizza

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Alpina	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), ciuperci champignon, **ou**, ulei de măsline, usturoi, oregano	Gluten, Ouă, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	857 kJ / 205 kcal	**9,1 g**	**4,2 g**	**19 g**	**1,8 g**	**12 g**	**1,1 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Bucătarului	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), piept de pui, kaiser (**muștar**), ciuperci champignon, ardei gras, ceapă, măsline, ulei de măsline, usturoi, oregano	Gluten, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	862 kJ / 206 kcal	**9,5 g**	**4,3 g**	**18 g**	**1,9 g**	**12 g**	**1,1 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Carnivora	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), pastramă (**soia**, **muștar**), șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), piept de pui, **gorgonzola**, ardei gras, măsline, ulei de măsline, oregano	Gluten, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	925 kJ / 221 kcal	**10 g**	**4,9 g**	**18 g**	**1,8 g**	**14 g**	**1,3 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Diavollo	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), salam (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), roșii, ardei gras, ardei iute, ulei de măsline, oregano	Gluten, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	956 kJ / 228 kcal	**12 g**	**5,2 g**	**20 g**	**2,2 g**	**12 g**	**1,3 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Funghi	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), caşcaval de post (**soia**), sos pizza (roșii), ciuperci champignon, roșii, ardei gras, ceapă, măsline, ulei de măsline, oregano Se poate cere cu mozzarella în loc de caşcaval de post (mozzarella conține lapte).	Gluten, Soia

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	755 kJ / 181 kcal	**8,4 g**	**5,3 g**	**23 g**	**2,1 g**	**3,8 g**	**1,1 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Inginerului	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), salam (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), **telemea**, ardei iute, usturoi	Gluten Soia Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1044 kJ / 249 kcal	**12 g**	**6,1 g**	**21 g**	**2,0 g**	**13 g**	**1,6 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Italiană	Italian 33 cm / 370 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), prosciutto crudo, **gorgonzola**, **parmezan**, ulei de măsline, oregano	Gluten Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1075 kJ / 257 kcal	**13 g**	**6,3 g**	**20 g**	**1,8 g**	**15 g**	**1,6 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Lucifero	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), **ton**, roșii, ceapă, măsline, ulei de măsline, oregano	Gluten Pește Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	886 kJ / 212 kcal	**9,4 g**	**4,2 g**	**20 g**	**1,9 g**	**12 g**	**1,1 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Mama Lucia	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), piept de pui, porumb, roșii, ceapă, măsline, ulei de măsline, usturoi, oregano	Gluten Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	838 kJ / 200 kcal	**8,4 g**	**3,9 g**	**20 g**	**2,1 g**	**11 g**	**1,0 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Prosciutto	Italian 33 cm / 370 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), prosciutto crudo, **parmezan**, rucola, ulei de măsline, oregano	Gluten Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1016 kJ / 243 kcal	**11 g**	**5,2 g**	**22 g**	**1,9 g**	**14 g**	**1,6 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Puffy	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), salam (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), ciuperci champignon, ardei gras, ceapă, măsline, ulei de măsline, oregano	Gluten Soia Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	876 kJ / 209 kcal	**10 g**	**4,6 g**	**18 g**	**2,1 g**	**11 g**	**1,3 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Quatro Stagioni	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), salam (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), ciuperci champignon, ardei gras, ulei de măsline, oregano	Gluten Soia Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	918 kJ / 219 kcal	**11 g**	**4,9 g**	**19 g**	**2,0 g**	**12 g**	**1,3 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Quattro Formaggi	Italian 33 cm / 370 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, cașcaval (**lapte**), **gorgonzola**, **cheddar**, **parmezan**	Gluten Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1311 kJ / 313 kcal	**16 g**	**9,6 g**	**24 g**	**1,3 g**	**17 g**	**1,4 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Regina	Italian 33 cm / 370 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, pastramă (**soia**, **muștar**), **gorgonzola**, **parmezan**, ulei de măsline, oregano	Gluten, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1223 kJ / 292 kcal	**15 g**	**7,6 g**	**23 g**	**1,3 g**	**17 g**	**1,5 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Românească	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), kaiser (**muștar**), cabanos (**soia**, **lapte**), salam (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), ciuperci champignon, ardei gras, măsline, ulei de măsline, oregano	Gluten, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	982 kJ / 235 kcal	**13 g**	**5,5 g**	**18 g**	**1,9 g**	**12 g**	**1,5 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Rustica	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), pastramă (**soia**, **muștar**), șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), ardei gras, măsline, ulei de măsline, oregano	Gluten, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	916 kJ / 219 kcal	**10 g**	**4,6 g**	**20 g**	**1,9 g**	**12 g**	**1,4 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Țărănească	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), cârnați de porc (**soia**), kaiser (**muștar**), ardei gras, usturoi, pătrunjel	Gluten, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	981 kJ / 234 kcal	**12 g**	**5,5 g**	**20 g**	**2,0 g**	**12 g**	**1,3 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Tonno	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), **ton**, ardei gras, ceapă, lămâie	Gluten, Pește, Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	882 kJ / 211 kcal	**8,5 g**	**4,2 g**	**21 g**	**2,1 g**	**13 g**	**1,0 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza Vegetariană	Italian 33 cm / 430 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii), dovlecei, vinete, ardei gras, ulei de măsline, usturoi, oregano	Gluten, Lapte, Soia

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	810 kJ / 194 kcal	**8,3 g**	**4,0 g**	**21 g**	**2,4 g**	**9,5 g**	**0,90 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pizza... cum poftești	Italian 33 cm / 370 g Mediu 26 cm / 370 g Mare 33 cm / 530 g Extra 50 cm / 1500 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, sos pizza (roșii) Plus ingredientele alese din categoria Extra; alergenii acestora se adaugă.	Gluten, Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	994 kJ / 238 kcal	**9,7 g**	**5,2 g**	**25 g**	**2,1 g**	**12 g**	**1,2 g**

Focaccia și pâine

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Focaccia cu oregano	200 g	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), ulei de măsline, oregano	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1232 kJ / 295 kcal	**7,8 g**	**1,1 g**	**48 g**	**1,9 g**	**8,6 g**	**1,2 g**

Focaccia cu usturoi	—	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), usturoi, ulei de măsline	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1204 kJ / 288 kcal	**7,5 g**	**1,1 g**	**47 g**	**1,9 g**	**8,5 g**	**1,2 g**

Focaccia cu susan	—	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **susan**, ulei de măsline	Gluten Susan

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1289 kJ / 308 kcal	**9,9 g**	**1,4 g**	**47 g**	**1,8 g**	**9,1 g**	**1,2 g**

Focaccia cu parmezan	—	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **parmezan**, ulei de măsline	Gluten Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1287 kJ / 308 kcal	**10 g**	**3,1 g**	**42 g**	**1,8 g**	**12 g**	**1,3 g**

Focaccia cu mozzarella și măsline	—	blat (**făină de grâu**, apă, drojdie, ulei, sare), **mozzarella**, măsline, ulei de măsline	Gluten Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1182 kJ / 283 kcal	**12 g**	**4,6 g**	**32 g**	**1,5 g**	**12 g**	**1,4 g**

Turtă	200 g	turtă (**făină de grâu**)	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1109 kJ / 265 kcal	**3,2 g**	**0,7 g**	**49 g**	**5,0 g**	**9,0 g**	**1,2 g**

Chiflă	75 g	chiflă (**făină de grâu**)	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1109 kJ / 265 kcal	**3,2 g**	**0,7 g**	**49 g**	**5,0 g**	**9,0 g**	**1,2 g**

Meniuri

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Aripioare Puffy	aripioare 150–170 g, cartofi 150 g, salată 130 g	aripioare de pui, cartofi prăjiți, salată de varză (varză, ulei, sare), chiflă (**făină de grâu**), maioneză (**ouă**, **soia**, **muștar**)	Gluten Ouă Soia Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1081 kJ / 258 kcal	**16 g**	**2,6 g**	**19 g**	**1,5 g**	**9,4 g**	**0,78 g**

Buturel de porc 1.3 kg	buturel 1,1–1,3 kg, cartofi 150 g, mujdei 50 g, sos hrean 50 g	buturel de porc, cartofi prăjiți, mujdei de usturoi, sos de hrean (**ouă**, **lapte**, **sulfiți**)	Ouă Lapte Sulfiți

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1070 kJ / 256 kcal	**18 g**	**6,0 g**	**4,9 g**	**0,2 g**	**18 g**	**0,65 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Ceafă Puffy	ceafă 180 g, cartofi 150 g, salată 130 g	ceafă de porc, cartofi prăjiți, salată de varză (varză, ulei, sare), chiflă (**făină de grâu**)	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	957 kJ / 229 kcal	**12 g**	**3,1 g**	**20 g**	**1,5 g**	**11 g**	**0,75 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Coaste de porc la cuptor barbeque	coaste 450 g, cartofi 150 g, sosuri 100 g	coaste de porc, cartofi prăjiți, sos cocktail (**ouă**, **lapte**, **muștar**), sos barbeque (**muștar**)	Ouă Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1245 kJ / 298 kcal	**21 g**	**5,9 g**	**12 g**	**3,1 g**	**15 g**	**0,76 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Coaste de porc la cuptor cu usturoi	coaste 450 g, cartofi 150 g, sos 100 g	coaste de porc, cartofi prăjiți, sos cocktail (**ouă**, **lapte**, **muștar**), usturoi	Ouă Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1302 kJ / 311 kcal	**23 g**	**6,1 g**	**11 g**	**1,2 g**	**15 g**	**0,71 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Crispy de pui	crispy 150 g, cartofi 150 g, salată 130 g, sos cocktail 100 g	cartofi prăjiți, salată de varză (varză, ulei, sare), piept de pui, sos cocktail (**ouă**, **lapte**, **muștar**), chiflă (**făină de grâu**), pane (fulgi de porumb, **făină de grâu**, **ou**, **lapte**)	Gluten Ouă Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1049 kJ / 251 kcal	**14 g**	**1,7 g**	**23 g**	**3,1 g**	**8,9 g**	**0,98 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Grătar pui Puffy	pui 180 g, cartofi 150 g, salată 130 g	pui la grătar, cartofi prăjiți, salată de varză (varză, ulei, sare), chiflă (**făină de grâu**)	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	858 kJ / 205 kcal	**8,6 g**	**1,7 g**	**20 g**	**1,5 g**	**12 g**	**0,75 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Pulpe pui Puffy	pulpe 180 g, cartofi 150 g, salată 130 g	pulpe de pui, cartofi prăjiți, salată de varză (varză, ulei, sare), chiflă (**făină de grâu**)	Gluten

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	914 kJ / 219 kcal	**11 g**	**2,2 g**	**20 g**	**1,5 g**	**11 g**	**0,72 g**

Shaorma

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Kebab sandwich	pui 120 g, tzatziki 50 g, castraveți 30 g, salată 50 g, ceapă 20 g, roșii 70 g, sos 30 g	piept de pui, turtă (**făină de grâu**), roșii, sos tzatziki (**iaurt**, castraveți, usturoi), salată verde, castraveți, sos (**ouă**, **muștar**), ceapă roșie	Gluten Ouă Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	597 kJ / 143 kcal	**5,1 g**	**1,2 g**	**13 g**	**2,5 g**	**11 g**	**0,59 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Shaorma la farfurie	pui 160 g, maioneză 70 g, cartofi 150 g, salată 130 g, tzatziki 70 g	piept și pulpă de pui, cartofi prăjiți, chiflă (**făină de grâu**), salată de varză (varză, ulei, sare), maioneză (**ouă**, **soia**, **muștar**), sos tzatziki (**iaurt**, castraveți, usturoi), castraveți murați (**muștar**, **sulfiți**) Se servește cu 2 chifle.	Gluten Ouă Soia Lapte Muștar Sulfiți

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	987 kJ / 236 kcal	**14 g**	**2,2 g**	**19 g**	**2,0 g**	**8,9 g**	**0,94 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Shaorma la lipie	pui 120 g, maioneză 70 g, castraveți murați 30 g, cartofi 70 g, salată 50 g	piept și pulpă de pui, lipie (**făină de grâu**), cartofi prăjiți, maioneză (**ouă**, **soia**, **muștar**), varză, castraveți murați (**muștar**, **sulfiți**), roșii, ceapă roșie	Gluten, Ouă, Soia, Muștar, Sulfiți

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	1048 kJ / 250 kcal	**16 g**	**1,9 g**	**17 g**	**1,9 g**	**9,7 g**	**0,81 g**

Salate

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată caldă de pui	400 g	salată verde, piept de pui, bacon, **telemea**, ardei gras, ciuperci champignon, porumb, sos remoulade (**ouă**, **soia**, **muștar**)	Ouă, Soia, Lapte, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	697 kJ / 167 kcal	**12 g**	**3,3 g**	**3,0 g**	**1,4 g**	**12 g**	**0,87 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată cu piept de pui și gorgonzola	400 g	salată verde, piept de pui, roșii, castraveți, ardei gras, **gorgonzola**, **miez de nucă**	Lapte, Fructe cu coajă

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	397 kJ / 95 kcal	**4,8 g**	**1,8 g**	**2,7 g**	**1,3 g**	**10 g**	**0,28 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată cu ton și nucă	400 g	salată verde, **ton**, roșii, **telemea**, ardei gras, măsline, maioneză (**ouă**, **soia**, **muștar**), ceapă, **miez de nucă**	Ouă, Pește, Soia, Lapte, Fructe cu coajă, Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	643 kJ / 154 kcal	**12 g**	**2,4 g**	**3,3 g**	**1,4 g**	**8,9 g**	**0,80 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată grecească cu piept de pui	400 g	piept de pui, salată verde, roșii, castraveți, ardei gras, **brânză feta**, măsline, ulei de măsline, oregano	Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	405 kJ / 97 kcal	**5,3 g**	**1,8 g**	**3,1 g**	**1,5 g**	**9,5 g**	**0,51 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată piept de pui și porumb	400 g	piept de pui, salată verde, porumb, castraveți, roșii, ardei gras, sos pentru salată (**muștar**), lămâie, ulei de măsline	Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	335 kJ / 80 kcal	**3,2 g**	**0,6 g**	**4,3 g**	**1,7 g**	**8,7 g**	**0,26 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată ton	400 g	salată verde, **ton**, roșii, castraveți, ardei gras, porumb, ceapă	Pește

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	245 kJ / 58 kcal	**1,9 g**	**0,3 g**	**3,9 g**	**1,7 g**	**6,8 g**	**0,23 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată mixtă	300 g	salată verde, roșii, castraveți, ardei gras, ceapă roșie	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
	78 kJ / 19 kcal	**0,2 g**	**0,0 g**	**4,1 g**	**2,1 g**	**1,0 g**	**0,01 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Salată de roșii și castraveți	300 g	roșii, castraveți, ceapă roșie	—
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **79 kJ / 19 kcal**	Grăsimi **0,1 g**	din care saturate **0,0 g**	Glucide **4,3 g**	din care zaharuri **2,4 g**	Proteine **0,8 g**	Sare **0,01 g**
Salată de varză	200 g	varză, ulei, sare	—
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **247 kJ / 59 kcal**	Grăsimi **4,1 g**	din care saturate **0,4 g**	Glucide **5,5 g**	din care zaharuri **3,0 g**	Proteine **1,2 g**	Sare **1,0 g**
Salată de murături	200 g	murături (castraveți murați sau gogonele, pepene murat, conopidă murată) (**muștar**, **sulfiți**)	Muștar, Sulfiți
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **63 kJ / 15 kcal**	Grăsimi **0,2 g**	din care saturate **0,0 g**	Glucide **2,5 g**	din care zaharuri **1,5 g**	Proteine **0,7 g**	Sare **2,5 g**

Ciorbe

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Ciorbă de fasole (de post)	450 g	apă, fasole, borș (**tărâțe de grâu**), ceapă, morcov, **țelină**, ardei gras, pastă de tomate, sare	Gluten, Țelină
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **131 kJ / 31 kcal**	Grăsimi **0,1 g**	din care saturate **0,0 g**	Glucide **5,8 g**	din care zaharuri **0,6 g**	Proteine **2,0 g**	Sare **0,52 g**
Ciorbă de fasole cu afumătură	450 g	apă, fasole, afumătură de porc, borș (**tărâțe de grâu**), ceapă, morcov, **țelină**, ardei gras, pastă de tomate, sare	Gluten, Țelină
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **224 kJ / 54 kcal**	Grăsimi **2,1 g**	din care saturate **0,7 g**	Glucide **5,7 g**	din care zaharuri **0,6 g**	Proteine **3,3 g**	Sare **0,70 g**
Ciorbă de legume	450 g	apă, cartofi, borș (**tărâțe de grâu**), morcov, păstăi, mazăre, ceapă, **țelină**, ardei gras, sare, leuștean	Gluten, Țelină
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **79 kJ / 19 kcal**	Grăsimi **0,1 g**	din care saturate **0,0 g**	Glucide **4,0 g**	din care zaharuri **0,9 g**	Proteine **0,7 g**	Sare **0,72 g**
Ciorbă de perișoare	450 g	apă, perișoare (carne de pui/vită, orez, **ou**), borș (**tărâțe de grâu**), roșii, ceapă albă, morcov, ardei gras, **țelină**, sare, pătrunjel, mărar	Gluten, Ouă, Țelină
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **173 kJ / 41 kcal**	Grăsimi **1,8 g**	din care saturate **0,5 g**	Glucide **2,7 g**	din care zaharuri **0,6 g**	Proteine **3,6 g**	Sare **0,60 g**
Ciorbă de pui cu tăiței de casă	450 g	apă, piept de pui, tăiței de casă (**făină de grâu**, **ou**), morcov, ceapă, roșii, **țelină**, ardei gras, sare, pătrunjel, leuștean	Gluten, Ouă, Țelină
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **225 kJ / 54 kcal**	Grăsimi **0,9 g**	din care saturate **0,2 g**	Glucide **5,4 g**	din care zaharuri **0,6 g**	Proteine **5,8 g**	Sare **0,72 g**
Ciorbă rădăuțeană	450 g	apă, piept de pui, **smântână**, ceapă albă, morcov, **ouă**, **țelină**, suc de lămâie, usturoi, sare	Ouă, Lapte, Țelină
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **221 kJ / 53 kcal**	Grăsimi **2,2 g**	din care saturate **1,0 g**	Glucide **1,2 g**	din care zaharuri **0,5 g**	Proteine **6,8 g**	Sare **0,64 g**

Mic dejun

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Ochiuri simple	150 g	**ouă**, sare 3 ouă.	Ouă
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **592 kJ / 142 kcal**	Grăsimi **9,4 g**	din care saturate **3,1 g**	Glucide **0,7 g**	din care zaharuri **0,4 g**	Proteine **12 g**	Sare **1,3 g**
Ochiuri cu bacon	250 g	**ouă**, bacon 3 ouă, bacon 100 g.	Ouă
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **1028 kJ / 246 kcal**	Grăsimi **20 g**	din care saturate **7,1 g**	Glucide **0,8 g**	din care zaharuri **0,4 g**	Proteine **14 g**	Sare **1,2 g**
Omletă simplă	200 g	**ouă**, cașcaval (**lapte**), sare, piper 3 ouă.	Ouă, Lapte
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **820 kJ / 196 kcal**	Grăsimi **14 g**	din care saturate **6,8 g**	Glucide **0,9 g**	din care zaharuri **0,4 g**	Proteine **16 g**	Sare **1,2 g**
Omletă țărănească	350 g	**ouă**, bacon, ardei gras, ciuperci champignon, șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**), cașcaval (**lapte**) 3 ouă.	Gluten, Ouă, Soia, Lapte, Muștar
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **705 kJ / 168 kcal**	Grăsimi **12 g**	din care saturate **4,9 g**	Glucide **1,8 g**	din care zaharuri **1,1 g**	Proteine **12 g**	Sare **0,90 g**

Deserturi

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Clătite cu ciocolată	200 g	**lapte**, cremă de ciocolată (**lapte**, **fructe cu coajă**, **soia**), **făină de grâu**, **ou**, **frișcă**, topping de ciocolată (**lapte**, **soia**), ulei, esență de vanilie	Gluten, Ouă, Soia, Lapte, Fructe cu coajă
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **1177 kJ / 281 kcal**	Grăsimi **14 g**	din care saturate **5,2 g**	Glucide **32 g**	din care zaharuri **17 g**	Proteine **6,5 g**	Sare **0,13 g**
Clătite cu dulceață	200 g	**lapte**, **făină de grâu**, **ou**, dulceață de afine, **frișcă**, topping de fructe, ulei, esență de vanilie	Gluten, Ouă, Lapte
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **916 kJ / 219 kcal**	Grăsimi **7,5 g**	din care saturate **3,0 g**	Glucide **32 g**	din care zaharuri **15 g**	Proteine **5,6 g**	Sare **0,11 g**
Papanași	350 g	**brânză de vaci**, **făină de grâu**, **ouă**, **smântână**, dulceață de afine, zahăr, ulei, esență de vanilie	Gluten, Ouă, Lapte
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **1003 kJ / 240 kcal**	Grăsimi **9,1 g**	din care saturate **3,0 g**	Glucide **30 g**	din care zaharuri **13 g**	Proteine **8,6 g**	Sare **0,10 g**

Sosuri

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos cocktail	90 g	sos cocktail (**ouă**, **lapte**, **muștar**)	Ouă, Lapte, Muștar
VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G	Energie **1883 kJ / 450 kcal**	Grăsimi **45 g**	din care saturate **4,0 g**	Glucide **12 g**	din care zaharuri **9,0 g**	Proteine **1,0 g**	Sare **1,8 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos de maioneză cu usturoi	90 g	sos de maioneză cu usturoi (**ouă**, **soia**, **muștar**)	Ouă · Soia · Mușt ar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
2510 kJ / 600 kcal	**62 g**	**5,0 g**	**5,0 g**	**2,0 g**	**1,2 g**	**1,5 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos extra iute	50 g	sos extra iute	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
209 kJ / 50 kcal	**0,5 g**	**0,1 g**	**9,0 g**	**6,0 g**	**1,5 g**	**4,0 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos ketchup	90 g	ketchup	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
460 kJ / 110 kcal	**0,2 g**	**0,0 g**	**25 g**	**22 g**	**1,4 g**	**2,0 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos mujdei de usturoi	90 g	mujdei de usturoi	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1255 kJ / 300 kcal	**28 g**	**3,0 g**	**12 g**	**0,5 g**	**2,5 g**	**2,0 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos pizza cu usturoi	90 g	sos pizza (roșii), usturoi	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
190 kJ / 45 kcal	**1,0 g**	**0,1 g**	**7,8 g**	**4,3 g**	**1,7 g**	**0,86 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos pizza dulce	90 g	sos pizza (roșii)	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
167 kJ / 40 kcal	**1,0 g**	**0,1 g**	**6,5 g**	**4,5 g**	**1,5 g**	**0,90 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos pizza picant	90 g	sos pizza (roșii), ardei iute	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
167 kJ / 40 kcal	**1,0 g**	**0,1 g**	**6,6 g**	**4,5 g**	**1,5 g**	**0,86 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos remoulade	90 g	sos remoulade (**ouă**, **soia**, **muștar**)	Ouă · Soia · Mușt ar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
2510 kJ / 600 kcal	**65 g**	**5,5 g**	**3,0 g**	**2,0 g**	**1,0 g**	**1,6 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Sos tzatziki	90 g	sos tzatziki (**iaurt**, castraveți, usturoi)	Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
460 kJ / 110 kcal	**8,5 g**	**5,0 g**	**4,0 g**	**3,5 g**	**4,0 g**	**0,80 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Maioneză	—	maioneză (**ouă**, **soia**, **muștar**)	Ouă · Soia · Mușt ar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
2845 kJ / 680 kcal	**75 g**	**6,0 g**	**1,5 g**	**1,0 g**	**1,0 g**	**1,4 g**

Extra (ingrediente adăugate)

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Ardei gras	50 g	ardei gras	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
109 kJ / 26 kcal	**0,3 g**	**0,1 g**	**6,0 g**	**4,2 g**	**1,0 g**	**0,01 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Ardei iute	10 g	ardei iute	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
167 kJ / 40 kcal	**0,4 g**	**0,0 g**	**8,8 g**	**5,3 g**	**1,9 g**	**0,02 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Bacon	50 g	bacon	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1674 kJ / 400 kcal	**37 g**	**13 g**	**1,0 g**	**0,5 g**	**15 g**	**2,5 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Castraveți	50 g	castraveți	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
63 kJ / 15 kcal	**0,1 g**	**0,0 g**	**3,6 g**	**1,7 g**	**0,7 g**	**0,00 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Feta	50 g	**brânză feta**	Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1105 kJ / 264 kcal	**21 g**	**15 g**	**4,1 g**	**4,1 g**	**14 g**	**2,7 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Mozzarella	50 g	**mozzarella**	Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1255 kJ / 300 kcal	**22 g**	**14 g**	**2,2 g**	**1,0 g**	**22 g**	**1,2 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Prosciutto crudo	50 g	prosciutto crudo	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1046 kJ / 250 kcal	**15 g**	**5,0 g**	**0,3 g**	**0,3 g**	**27 g**	**5,0 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Roșii	50 g	roșii	—

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
75 kJ / 18 kcal	**0,2 g**	**0,0 g**	**3,9 g**	**2,6 g**	**0,9 g**	**0,01 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Smântână	50 g	**smântână**	Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
858 kJ / 205 kcal	**20 g**	**12 g**	**3,4 g**	**3,4 g**	**2,5 g**	**0,10 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Șuncă	50 g	șuncă (**gluten**, **soia**, **lapte**, **muștar**)	Gluten Soia Lapte Muștar

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
502 kJ / 120 kcal	**4,5 g**	**1,5 g**	**1,5 g**	**1,0 g**	**18 g**	**2,2 g**

PRODUS	CANTITATE	INGREDIENTE	ALERGENI
Telemea	50 g	**telemea**	Lapte

VALORI NUTRIȚIONALE LA 100 G

Energie	Grăsimi	din care saturate	Glucide	din care zaharuri	Proteine	Sare
1130 kJ / 270 kcal	**21 g**	**13 g**	**1,5 g**	**1,5 g**	**18 g**	**3,0 g**

Puffy & Family SRL · CUI RO16736403 · Str. Carpați nr. 10, Iași · contact@puffypizza.ro · 0232 266 930
Valorile nutriționale sunt calculate pe baza rețetelor și a datelor general stabilite și acceptate privind compoziția alimentelor (art. 31 alin. (4) lit. c) din Regulamentul (UE) nr. 1169/2011). Rețetele și furnizorii se pot schimba. Versiunea în vigoare este cea publicată pe www.puffypizza.ro.