

*T*  
*La Tofan*  
*L*

*Menu*



## GUVERNUL ROMÂNIEI MINISTERUL FINANTELOR PUBLICE

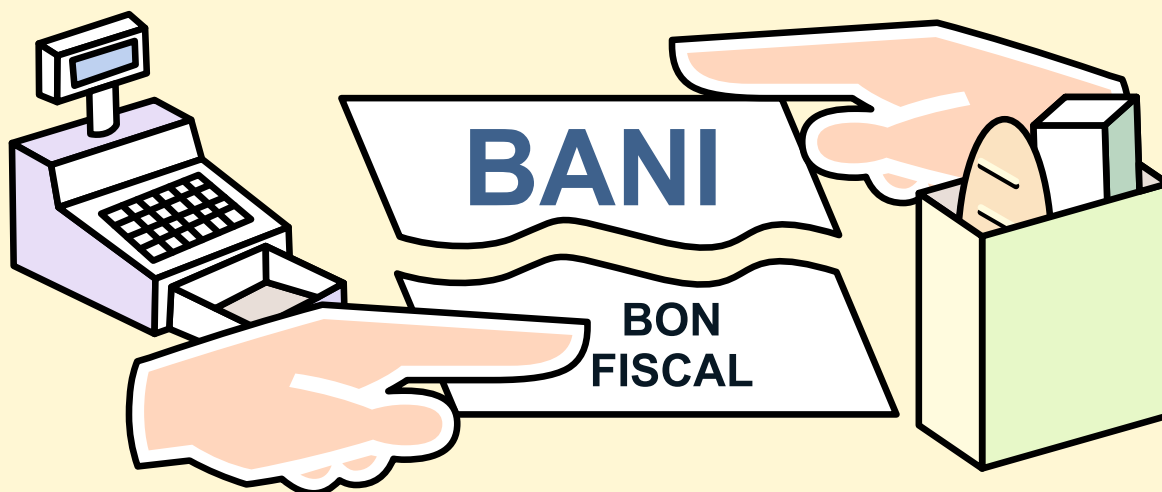
**Dacă nu primiți bonul fiscal, aveți obligația să-l solicitați**

**În cazul unui refuz, aveți dreptul de a beneficia de bunul achiziționat sau de serviciul prestat fără plata contravalorii acestuia**

**Solicitați și păstrați bonurile fiscale pentru a putea participa la extragerile lunare și ocazionale ale loteriei bonurilor fiscale**

**Este interzisă înmânarea către client a altui document, care atestă plata contravalorii bunurilor sau serviciilor prestate, decât bonul fiscal**

**Pentru a semnală nerespectarea obligațiilor legale ale operatorilor economici, puteți apela gratuit, non-stop, serviciul TelVerde al Ministerului Finanțelor Publice 0800.800.085**



**Aceste drepturi și obligații sunt stabilite prin prevederile Ordonanței de urgență a Guvernului nr. 28/1999 privind obligația operatorilor economici de a utiliza aparate de marcat electronice fiscale.**



# Grill

**Mici.....6 lei**

(carne de porc, slănină, apă, sare, condimente naturale, arome, agent de afânare: bicarbonat de sodiu)  
(594,7 KJ/141.6 Kcal; grăsimi: 9.2 g, glucide: 0.5 g, proteine: 14.2 g, sare: 0.5 g)

**Ceafă de porc.....38 lei/kg**

(ceafă porc 100 %)  
(1326 KJ/143 Kcal; grăsimi: 18.8 g, glucide: 0 g, proteine: 15 g, sare: 0.01 g)

**Cotlet porc.....35 lei/kg**

(cotlet porc 100%)  
(1398 KJ/243 Kcal; grăsimi:14.2 g, glucide: 0 g, proteine: 27 g, sare: 0.01 g)

**Scăriță porc.....35 lei/kg**

(scăriță porc 100%)  
(988 KJ/163 Kcal; grăsimi: 8.1 g, glucide: 0 g, proteine: 21 g, sare: 0 g)

**Pulpă de porc.....35 lei/kg**

(pulpă porc 100%)  
(866 KJ/143 Kcal, grăsimi: 4 g, glucide: 0 g, proteine: 26 g, sare: 0 g)

**Mușchiuleț porc.....39 lei/kg**

(mușchiuleț de porc 100%)  
(866 KJ/144 Kcal; grăsimi: 30 g, glucide: 0 g, proteine: 33.1 g, sare: 0 g)

**Cârnați porc.....32 lei/kg**

(carne vită, carne porc, condimente naturale și extracte de condimente naturale, dextroză, zahăr, antioxidant: e300)  
(1012 KJ/224 Kcal; grăsimi: 10 g, glucide: 0.3 g, proteine: 12 g, sare: 1.2 g, zahăr: 1 g)

**Cârnați oaie.....38 lei/kg**

(carne vită, carne oaie, slănină, apă, sare, condimente naturale: usturoi, boia iute, boia dulce, piper, agent de afânare: bicarbonat de sodiu, potențiator de gust: glutamat monosodic, antioxidant: acid ascorbic, colorant natural: coșenilă)  
(604 KJ/Kcal; grăsimi: 9.7 g, glucide: 0.2 g, proteine: 14 g, sare: 1,5 g)

**Cârnați afumați.....55 lei/kg**

(carne porc, carne pui, șorici, proteină vegetală din soia nemodificată genetic, apă, sare, fibre de mazăre, amidon, semințe muștar măcinate, stabilizatori: di și polifosfați, proteină animală din porc, potențiator de gust: glutamat monosodic, antioxidant: acid ascorbic, zaharuri; dextroză; lactoză, colorant: roșu de coșenilă, conservant: acetat de sodiu, membrană artificială comestibilă)  
(1003 KJ/236.8 Kcal; grăsimi 19.6 g, glucide: 0.5 g, proteine: 15.1 g, sare: 1.8 g)

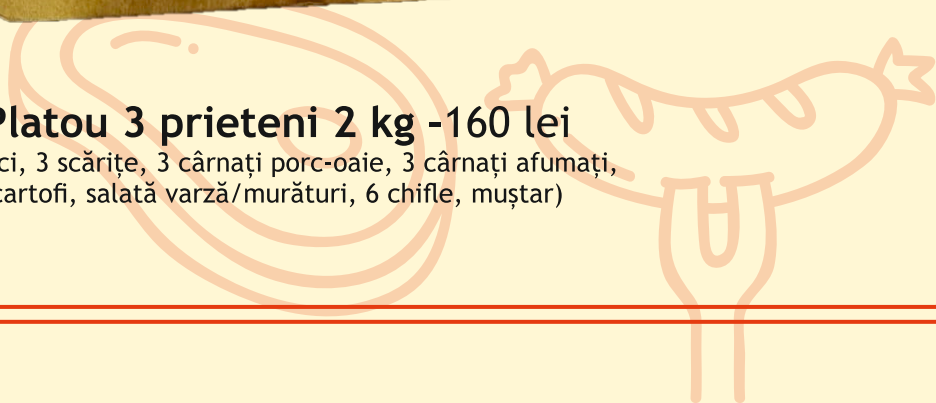
**Piept pui.....35 lei/kg**

(piept de pui 100%)  
(875KJ/151 Kcal; grăsimi: 3 g, glucide: 0 g, proteine: 29 g, sare: 0 g)



**Platou 3 prieteni 2 kg -160 lei**

(6 mici, 3 scărițe, 3 cârnați porc-oaie, 3 cârnați afumați, cartofi, salată varză/murături, 6 chifle, muștar)





# Grill

**Pulpe pui.....25 lei/ kg**

(pulpă pui 100%)

(1024 KJ/211 Kcal, grăsimi: 15.3 g, glucide: 0 g, proteine: 17 g, sare: 0 g)

**Pulpă vită.....50 lei/kg**

(pulpă vită 100%)

(1158 KJ/249 Kcal, grăsimi: 19 g, glucide: 0.6 g, proteine: 17 g, sare: 0 g)

**Muşchi vită.....120 lei/kg**

(muşchi vită 100%)

(987 KJ/193 Kcal; grăsimi: 9.7 g, glucide: 0 g, proteine: 26 g, sare: 0.3 g)

**Pastramă oaie.....65 lei/kg**

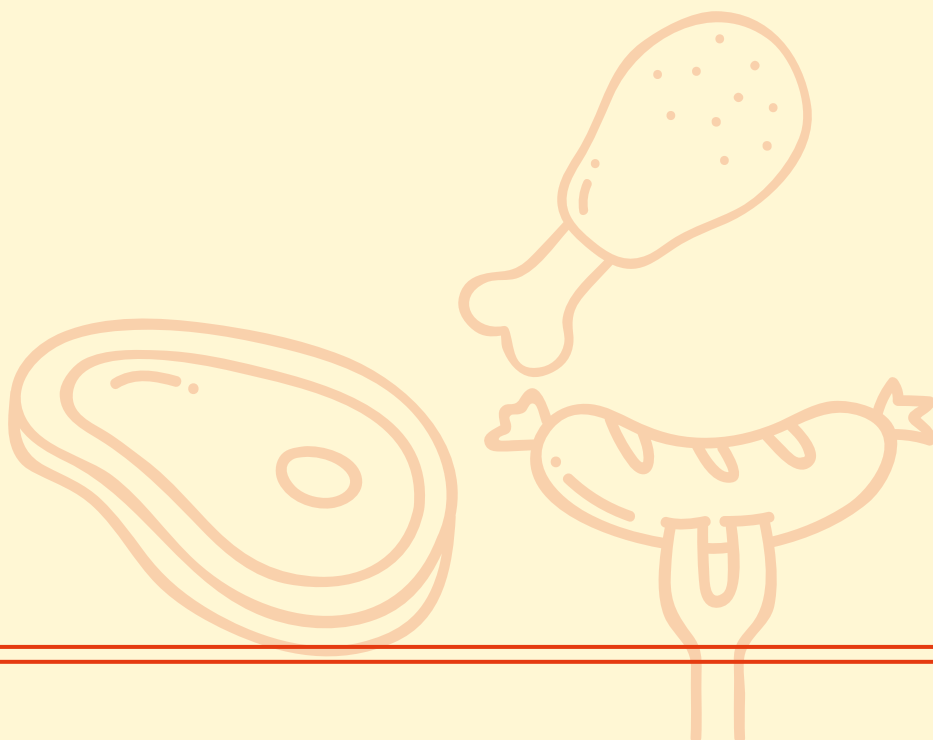
(carne de oaie 100%, sare)

(1195 KJ/300 Kcal; grăsimi: 30.2 g, glucide: 2 g, proteine: 20 g, sare: 3 g)

**Ficat porc/vită.....20 lei/kg**

(ficat de porc 100%, ficat de vită 100%)

(689 KJ/165 Kcal; grăsimi: 4.4 g, glucide: 3.8 g, proteine: 29 g, sare: 1.8 g)



*La Tejan*



**Platou 30 mici - 180 lei**  
(30 mici, 6 chifle, muștar)



# Grill Meniu

Meniu cârnați oltenești cu garnitură cartofi prăjiți / piure.....30 lei

Meniu 2 mici, 2 cârnați, cartofi prăjiți.....25 lei

Meniu ceafă porc, 2 mici, 2 cârnați și cartofi prăjiți.....33 lei

# Grill Platouri

**Platou 30 mici.....180 lei**  
(30 mici, 6 chifle, muștar)

**Platou 3 prieteni 2 kg.....160 lei**  
(6 mici, 3 scărițe, 3 cârnați porc-oaie, 3 cârnați afumați, cartofi, salată varză / murături, 6 chifle, muștar)

**Platou family 3,3 kg.....250 lei**  
(8 mici, 4 cefe, 2 pulpe, 2 buc. antricot, 2 frigărui, 4 cârnați porc, 4 cârnați afumați, cartofi, salată varză/murături)





**Pomana porcului (200 g) - 25 lei**

(carne de porc 98%, sare, piper, cimbru, boia dulce, usturoi)  
(1101,2 KJ/270 Kcal; grăsimi: 0.5 g, glucide: 31.1 g, proteine: 26 g, sare: 0.5 g)

# Mâncare gătită

**Snițele pui/porc cu garnitură (170 g).....25 lei**

(carne de pui 80%, sare, piper, făină de grâu, ouă, pesmet, ulei de floarea soarelui)  
(897.1KJ/226 Kcal; grăsimi: 16 g, glucide: 12 g, proteine: 14 g, sare: 1.1 g)  
(carne de porc 80%, sare, piper, făină de grâu, ouă, pesmet, ulei de floarea soarelui)  
(978.1KJ/180 Kcal; grăsimi: 6 g, glucide: 8.7 g, proteine: 18 g, sare: 0.9 g)

**Pui shanghai cu cartofi / piure și salată (250 g).....25 lei**

(carne de pui 80%, sare, piper, făină de grâu, ouă, pesmet, ulei de floarea soarelui)  
(897.1KJ/226 Kcal; grăsimi: 16 g, glucide: 12 g, proteine: 14 g, sare: 1.1 g)

**Frigărui pui/porc cu garnitură (300 g).....28 lei**

**Pomana porcului (200 g).....25 lei**

(carne de porc 98%, sare, piper, cimbru, boia dulce, usturoi)  
(1101,2 KJ/270 Kcal; grăsimi: 0.5 g, glucide: 31.1 g, proteine: 26 g, sare: 0.5 g)

**Tochitură românească (200 g).....25 lei**

(carne de porc, cârnați afumați, ulei de floarea soarelui, usturoi, sare, piper)  
(1545.2 KJ/388.7 Kcal; grăsimi: 1.4 g, glucide: 31.1 g, proteine: 0.5 g, sare: 0.1 g)

**Saramură pui (200 g).....25 lei**

(carne de pui, ardei, morcov, ceapă, ardei iute, apă, pătrunjel, boia iute, sare, piper, ulei floarea soarelui)  
(754 KJ/214.1 Kcal; grăsimi: 0.8 g, glucide: 15.1 g, proteine: 2.1 g, sare: 0.15 g)

**Fasole bătută cu cârnați (200 g).....25 lei**

(fasole, ceapă, usturoi, boia, cârnați (carne vită, carne porc, condimente naturale și extracte de condimente naturale, dextroză, zahăr, antioxidant: e300), sare, piper)  
(644 KJ/164 Kcal; grăsimi: 10.5 g, glucide: 10 g, proteine: 7.9 g, sare: 0.1 g)

**Varză călită cu carne (200 g).....25 lei**

(varză albă, ceapă, ulei de floarea soarelui, sare, piper, pastă de tomate, mărar, cimbru)  
(487.1 KJ/126.7 Kcal; grăsimi: 2.6 g, glucide:8.1 g, proteie: 10.2 g, sare: 0.1 g, fibre: 1.8 g)

**Pulpă pui / piept pui / ceafă porc cu ardei copt (200 g).....25 lei**

**Antricot porc cu dovlecel pane (250 g).....25 lei**

**Piept de pui la grătar cu fasole verde teci (250 g).....25 lei**

**Marinată piept pui cu orez sălbatic (250 g)..... 25 lei**



**Fasole bătută cu cârnați (200 g) - 25 lei**

(fasole, ceapă, usturoi, boia, cârnați (carne vită, carne porc, condimente naturale și extracte de condimente naturale, dextroză, zahăr, antioxidant: e300), sare, piper)

(644 KJ/164 Kcal; grăsimi: 10.5 g, glucide: 10 g, proteine: 7.9 g, sare: 0.1 g)

# Mâncare gătită

**Bulz (200 g).....25 lei**

(mălai, brânză, smântână, iurt, ouă, ulei floarea soarelui, sare, piper)  
(298.5 KJ/101.1 Kcal; grăsimi:1.1 g, glucide: 1.2 g, proteine: 3.5 g, sare: 0.2 g, fibre: 0.1 g)

**Cuib românesc (cartofi prăjiți, ou, cârnați afumați) (300 g) ....27 lei**

**Tigaie picantă pui (400 g).....25 lei**

**Tigaie picantă porc (400 g).....30 lei**

(carne porc 100%, pastă tomate, usturoi, piper, foi de dafin)  
(856 KJ/204,5 Kcal, grăsimi: 9.7 g, proteine: 29.3 g, sare: 0.5 g)

# Ciorbă

**Ciorbă de burtă (400 g).....20 lei**

(burtă vită 80%, rasol vită 10%, apă, gogoșar, oțet, sare, usturoi, morcov, ceapă, țelină, păstârnac)  
(875 KJ/294 Kcal; grăsimi: 9 g, glucide: 19 g, proteine: 15 g, sare: 1.5 g, fibre: 4 g, zahăr: 8 g)

**Ciorbă de vacuță (400 g).....20 lei**

(carne vită 50%, apă, ceapă, morcov, păstârnac, țelină, fasole verde, cartofi, sare, leuștean)  
(125.1 KJ/38.8 Kcal; grăsimi: 0.8 g, glucide: 3.8 g, proteine: 4.1 g, sare: 2.2 g, fibre: 0 g, zahăr: 0 g)

**Ciorbă de perișoare (400 g).....19 lei**

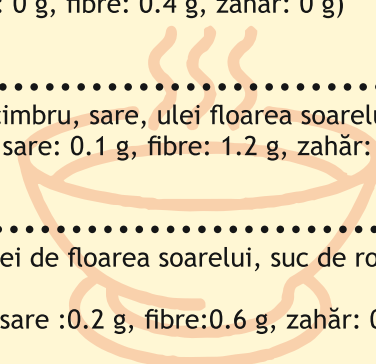
(carne de pui, apă, ceapă, morcov, țelină, sare, piper, păstârnac, leuștean)  
(678 KJ/108 Kcal; grăsimi: 5.2 g, glucide: 1 g, proteine: 6.4 g, sare: 0 g, fibre: 0.4 g, zahăr: 0 g)

**Ciorbă de fasole (400 g).....18 lei**

(fasole, apă, ceapă, ardei, morcov, țelină, pătrunjel, suc de roșii, cimbru, sare, ulei floarea soarelui)  
(325.1 KJ/34.4 Kcal; grăsimi: 0.8 g, glucide: 5.2 g, proteine: 1.8 g, sare: 0.1 g, fibre: 1.2 g, zahăr: 0 g)

**Ciorbă de legume (400 g).....18 lei**

(apă, cartofi, morcovi, țelină, păstârnac, ardei, dovlecel, ceapă, ulei de floarea soarelui, suc de roșii, borș, leuștean, sare)  
(189.7 KJ/20.5 Kcal; grăsimi: 4.2 g, glucide: 0.2 g, proteine: 0.3 g, sare: 0.2 g, fibre: 0.6 g, zahăr: 0 g)





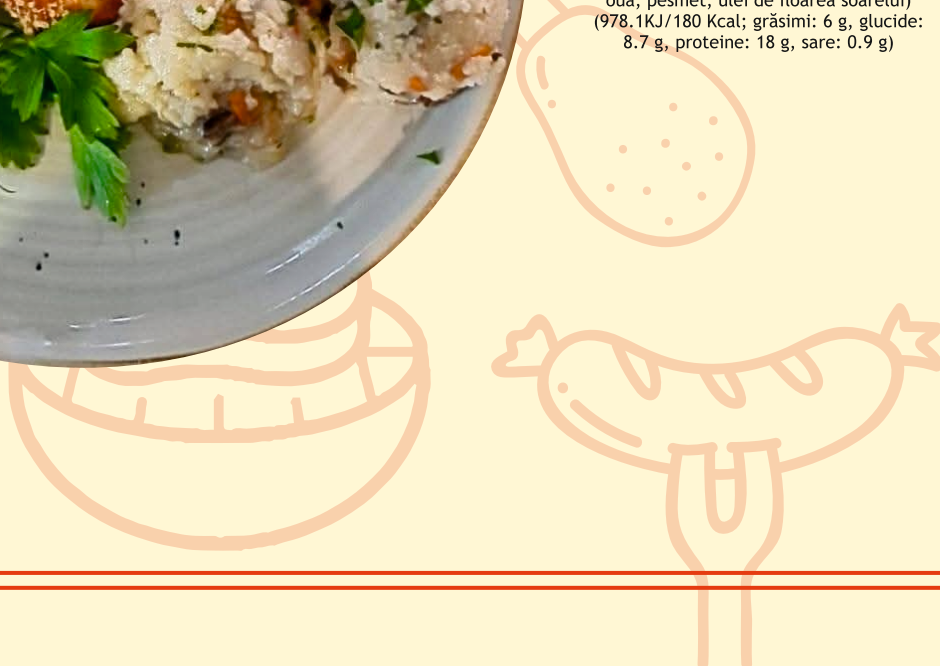
**Tochitură românească  
(200 g) - 25 lei**

(carne de porc, cârnați afumați,  
ulei de floarea soarelui, usturoi, sare, piper)  
(1545.2 KJ/388.7 Kcal; grăsimi: 1.4 g,  
glucide: 31.1 g, proteine: 0.5 g, sare: 0.1 g)



**Snițele pui/porc  
cu garnitură (170 g) - 25 lei**

(carne de pui 80%, sare, piper, făină de grâu,  
ouă, pesmet, ulei de floarea soarelui)  
(897.1KJ/226 Kcal; grăsimi: 16 g, glucide:  
12 g, proteine: 14 g, sare: 1.1 g)  
(carne de porc 80%, sare, piper, făină de grâu,  
ouă, pesmet, ulei de floarea soarelui)  
(978.1KJ/180 Kcal; grăsimi: 6 g, glucide:  
8.7 g, proteine: 18 g, sare: 0.9 g)



# Garnituri

(150/200 g)

**Cartofi prăjiți.....9 lei**

(cartofi, ulei de floarea soarelui)

(974.1 KJ/319 Kcal; grăsimi: 38 g, glucide: 17 g, proteine: 4 g, sare: 0.8 g, fibre: 2 g)

**Cartofi natur.....9 lei**

(cartofi)(458 KJ/87 Kcal; grăsimi: 20.1 g, glucide: 0.1 g, proteine: 1.9 g, sare: 0.8 g, fibre: 2 g)

**Piure de cartofi.....9 lei**

(cartofi, sare, piper)(431.2 KJ/86.4 Kcal; grăsimi: 14.3 g, glucide: 2.7 g, proteine: 1.6 g, sare: 1.3 g, fibre: 1.4 g)

**Orez cu ciuperci.....15 lei**

(orez, apă, ciuperci, ulei, ceapă, morcov, ardei, sare, piper, pătrunjel)

(444 KJ/89 Kcal; grăsimi: 13.3 g, glucide: 3 g, proteine: 1.5 g, sare: 0.2 g, fibre: 0 g)

# Salată

**Salată de varză.....8 lei**

(varză, ulei de floarea soarelui, sare, piper)

(189.2 KJ/50 Kcal; grăsimi: 6.5 g, glucide: 3.5 g, proteine: 1.5 g, sare: 0.5 g, fibre: 2.4 g)

**Salată de roșii cu castraveți.....18 lei**

(roșii 50%, castraveți 50%, sare, piper)

(177.1 KJ/50 Kcal; grăsimi: 4.3 g, glucide: 3.3 g, proteine: 1 g, sare: 0.48 g, fibre: 1.5 g)

**Salată de murături .....8 lei**





**Cartofi  
natur**



**Cartofi  
prăjiți**

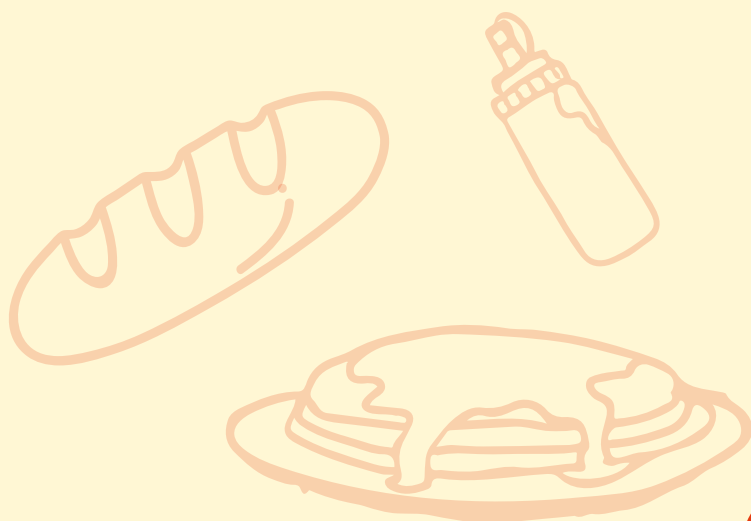


## Desert

Clătite.....20 lei  
(1159.1 KJ/259 Kcal; grăsimi: 15 g, glucide: 36 g, proteine: 1.5 g, sare: 0 g)

## Diverse

Chifle.....2 lei/buc.  
Ardei lute.....2 lei  
Smântână.....2 lei  
Mujdei de usturoi.....2 lei  
Mămăligă.....5 lei  
Sos tzatziki.....5 lei  
Muștar.....2 lei  
Maioneză.....2 lei  
Ketchup.....2 lei





**Platouri aperitiv / pe comandă**

# Băuturi

## Sucuri

Pepsi 0.5 l.....	10 lei
Mirinda 0.5 l.....	10 lei
7Up 0.5 l.....	10 lei
Prigat 0.5 l.....	10 lei
Lipton 0.5 l.....	10 lei
Pepsi 0.33 l.....	9 lei
Apă plată.....	7 lei
Apă minerală.....	7 lei

## Vin

Vinul casei.....	25 lei/l
Vin alb demisec.....	40 lei
Vin roșu demisec.....	40 lei
Vin rose demisec.....	40 lei

## Tării

Stalinskaya (100ml)...	15 lei
Alexandrion (100ml)..	15 lei

## Bere

Draft.....	8 lei
Ursus 0.5 l.....	10 lei
Timișoreana 0.5 l.....	8 lei
Peroni 0.5 l.....	10 lei
Bere fără alcool.....	10 lei

## Cafea

Cafea espresso.....	9 lei
---------------------	-------





**Platouri aperitiv / pe comandă**



**Stimați clienți,**

Siguranța dumneavoastră este prioritatea noastră.  
Vă rugăm să aveți în vedere că toate preparatele  
noastre sunt pregătite într-o bucătărie unde  
se folosesc următoarele ingrediente considerate alergeni comuni:

- Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz)
- Crustacee
- Ouă
- Pește
- Arahide
- Soia
- Lapte
- Fructe cu coajă lemnoasă (migdale, nuci, alune de pădure, caju, fistic)
- Țelină
- Muștar
- Semințe de susan
- Dioxid de sulf și sulfiți
- Lupin
- Moluste

Dacă aveți alergii sau intoleranțe alimentare, vă rugăm să informați personalul nostru înainte de a plasa comanda. Deși facem toate eforturile pentru a evita contaminarea încrucișată, nu putem garanta absența totală a urmelor de alergeni în preparatele noastre.

Vă mulțumim pentru înțelegere!

*T*  
*La Tosan*  
*L*