



## MENÙ PRANZO - 38.9 lei

Fă orice combinație vrei de două preparate, din categoriile de mai jos, la 38,9 lei.

Meniul îl poți îndulci și cu un desert pentru doar 14 lei în plus!

Choose whatever two dishes you like from the below categories for only 38,9 lei.

You can sweeten your menu by adding a dessert for only 14 lei extra.

### Zuppe e Antipasti

**Ciorbă țărănească de porc** 350 g - 54 Kcal/ 100g  
(Coaste porc afumate, ceapă, morcovi, țelină, varză, roșii, pastă tomate, ouă, borș proaspăt, ulei, ardei iute, verdeață)  
(Smoked pork ribs, onion, carrots, celery, cabbage, tomatoes, tomato paste, eggs, fresh borscht, oil, hot pepper, herbs)

**Ciorbă de curcan** 350 g - 67 Kcal/ 100g  
(Pulpă curcan, ceapă, morcovi, țelină, ardei gras, dovlecei, roșii decojite, pastă tomate, borș proaspăt, ouă, făină, ulei, verdeață, sare)  
(Turkey leg, onion, carrots, celery, bell pepper, zucchini, peeled tomatoes, tomato paste, fresh borscht, eggs, flour, oil, fresh herbs, salt)

### Cremă de legume cu crutoane

350 g - 119 Kcal/ 100g  
(Cartofi, morcovi, țelină, ardei gras, dovlecei, ceapă, usturoi, ulei măsline, pâine crutoane, oregano, verdeață, sare, piper)  
(Potatoes, carrots, celery, bell pepper, zucchini, onion, garlic, olive oil, crouton bread, oregano, fresh herbs, salt, pepper)

### Salată caprese cu mozzarella și busuioc

250 g - 169 Kcal/ 100g  
(Roșii, brânză mozzarella, busuioc fresh, rucola, ulei măsline extravirgin, sare)  
(Tomatoes, mozzarella cheese, fresh basil, arugula, extra virgin olive oil, salt)

### Primi e Secondi

### Frigărui de pui cu ardei gras la grătar

160 g - 226 Kcal/ 100g  
(Pulpe pui dezosate, ardei gras, usturoi, cimbru fresh, ulei măsline, boia, sare)  
(Boneless chicken thighs, bell pepper, garlic, fresh thyme, olive oil, paprika, salt)

### Pizza artizanală cu ton, fior di latte și porumb

410 g - 233 Kcal/ 100g  
(Aluat pizza, roșii decojite, brânză fior di latte, ton, ceapă roșie, porumb, ulei măsline, sare)  
(Pizza dough, peeled tomatoes, Fior di Latte cheese, tuna, red onion, sweet corn, olive oil, salt)

### File de sole pane cu sos tzatziki

180 g - 199 Kcal/ 100g  
(File limbă de mare panne, castraveți, iaurt, usturoi, verdeață, ulei măsline, piper, sare)  
(Breaded sole fillet, cucumber, yogurt, garlic, fresh herbs, olive oil, pepper, salt)

### Ceafă de porc la grătar cu usturoi și piper

170 g - 486 Kcal/ 100g  
(Ceafă porc, usturoi, piper măcinat, ulei, sare)  
(Pork neck, garlic, ground black pepper, oil, salt)

### Contorni

### Chipsuri de cartofi la cuptor

100 g - 307 Kcal/ 100g  
(Cartofi, sare)  
(Potatoes, salt)

### Fasole verde sotată cu usturoi și

ulei de măsline 150g - 63 Kcal/ 100g  
(Fasole verde, ulei măsline extravirgin, usturoi, boia, sare)  
(Green beans, extra virgin olive oil, garlic, paprika, salt)

### Piure de cartofi

cu ceapă verde  
150g - 162 Kcal/ 100g  
(Cartofi, lapte, unt, sare)  
(Potatoes, milk, butter, salt)

### Insalate

### Salată de varză albă

100g - 80 Kcal/ 100g  
(Varză albă, ulei, oțet, verdeață, sare, piper)  
(White cabbage, oil, vinegar, herbs, salt, pepper)

### Salată de roșii cu castraveți

100g - 63 Kcal/ 100g  
(Roșii, castraveți, ulei, oțet, sare)  
(Tomatoes, cucumbers, oil, vinegar, salt)

### Dolci



### Panna cotta cu cremă KitKat

180g - 289 Kcal/ 100g  
(Smântână lichidă dulce, lapte, cremă KitKat, zahăr, gelatină, rom, extract natural de vanilie)  
(Sweet cream, milk, KitKat cream, sugar, gelatin, rum, natural vanilla extract)

### Clătite cu gem de caise

150g - 360 Kcal/ 100g  
(Ouă, lapte, gem de caise, făină, ulei, zahăr pudră vanilat)  
(Eggs, milk, apricot jam, flour, oil, vanilla powdered sugar)

### Fructe proaspete de sezon

240g - 58 Kcal/ 100g  
Măr, pară, căpșuni / Apple, pear, strawberries

Meniul se schimbă la începutul și mijlocul lunii/ The menu changes at the beginning and middle of the month



Pentru unii copii, „acasă” înseamnă mai mult decât un simplu loc – înseamnă o masă caldă, sprijin sincer la teme și îmbrățișări care oferă siguranță. La Centrul de zi Metropolis, peste 50 de copii și tineri primesc, zi de zi, protecție, acces la educație și speranța unui viitor mai bun. Cu sprijinul Fundației Metropolis și al Fundației City Grill, acest spațiu devine un loc al reînceputurilor și al șanselor reale.

**Donează și ajută-ne să menținem aprinsă această rază de lumină pentru copiii care au cea mai mare nevoie de ea.**

For some children, “home” means more than just a place — it means receiving a warm meal, genuine support with homework, and a safe, loving embrace. At the Metropolis Day Center, over 50 children and young people find safety, education, and hope every single day. Supported by the Metropolis Foundation and the City Grill Foundation, this space offers them the opportunity for a fresh start and a brighter future.

**Donate today and help us keep this ray of light alive for the children who need it most.**



Descarcă aplicația Out4Food, iar la 5 meniuri de prânz comandate, primești 1 meniu gratis oriunde în Grupul City Grill.