



MENÙ PRANZO - 40.9 lei

Fă orice combinație vrei de două preparate, din categoriile de mai jos, la 40,9 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 40,9 lei.
You can sweeten your menu by adding a dessert for only 14 lei extra.

Zuppe e Antipasti

Supă cremă de linte 350 g – 125 Kcal/ 100g
(Linte, morcovi, ceapă, ardei capia, usturoi, ulei de măsline
crutoane, țelină, verdeață, oregano, piper, sare)
(Lentil, carrot, onion, red bell pepper, garlic, olive oil,
croutons, celery, herbs, oregano, black pepper, salt)

Supă de pui cu tăiței 350 g – 95 Kcal/ 100g
(Carne de pui, morcovi, ceapă, ardei gras, făină, ouă, sare)
(Chicken meat, carrot, onion, bell pepper, flour, eggs, salt)

Ciorbă de fasole cu afumătură
350 g – 126 Kcal/ 100g
(Fasole uscată, ceapă, morcovi, țelină, roșii decojite,
pastă tomate, bacon afumat, ulei de măsline, tarhon,
verdeață, sare)
(Dried beans, onion, carrot, celery, peeled tomatoes,
tomato paste, smoked bacon, olive oil, tarragon, herbs, salt)

Hummus cu busuioc servit cu focaccia
250 g – 228 Kcal/ 100g
(Năut, tahina, usturoi, lămâie, ierburi italienești, ulei de măsline,
busuioc, sare, aluat de pizza)
(Chickpeas, tahini, garlic, lemon, Italian herbs, olive oil,
basil, salt, pizza dough)

Primi e Secondi

Ceafă de porc la grătar 170 g – 486 Kcal/ 100g
(Ceafă de porc, usturoi, cimbru, sare, ulei de măsline)
(Pork neck, garlic, thyme, salt, olive oil)

Hamsii prăjite cu sos de usturoi
170 g – 139 Kcal/ 100g
(Hamsii, iaurt, castraveți, lime, usturoi, ulei de măsline, făină semola)
(Anchovies, yogurt, cucumbers, lime, garlic, olive oil, semolina flour)

Lasagna cu pui și spanac 170 g – 208 Kcal/ 100g
(Piept de pui, spanac, sos de roșii, ceapă, morcovi, țelină,
foi de lasagna, brânză dură, mozzarella, unt, lapte, făină, ouă,
busuioc, usturoi)
(Chicken breast, spinach, tomato sauce, onion, carrot, celery,
lasagna sheets, hard cheese, mozzarella, butter, milk, flour,
eggs, basil, garlic)

Burger vegan by Garden Gourmet 
290 g – 184 Kcal/ 100g
(Burger vegetal, ceapă roșie, sare, maioneză vegetală, castraveți
murați, rucola, usturoi, verdeață, aluat de pizza, ulei de măsline)
(Vegetarian burger patty, red onion, salt, vegan mayonnaise,
pickles, arugula, garlic, herbs, pizza dough, olive oil)

Contorni

Cartofi cu rozmarin
150 g – 149 Kcal/ 100g
(Cartofi, rozmarin, usturoi,
ulei de măsline, sare)
(Potatoes, rosemary,
garlic, olive oil, salt)

Caponata
150 g – 77 Kcal/ 100g
(Vinete, roșii, ardei gras, țelină, măsline kalamata,
capere, oțet, ulei de măsline, oregano, sare)
(Eggplants, tomatoes, bell peppers, celery, Kalamata
olives, capers, vinegar, olive oil, oregano, salt)

Mazăre alla Romana
150 g – 122 Kcal/ 100g
(Mazăre, ceapă verde, bacon,
guanciale, brânză dură)
(Peas, green onions, bacon,
guanciale, hard cheese)

Insalate

**Salată de varză
cu măr**
100g – 81 Kcal/ 100g
(Varză albă, măr, ulei de floarea soarelui, oțet, sare, piper)
(White cabbage, dill, sunflower oil, vinegar, salt, black pepper)

Salată de roșii cu ceapă
140g – 56 Kcal/ 100g
(Roșii, ceapă roșie, ulei de floarea soarelui, oțet, sare)
(Tomatoes, red onion, sunflower oil, vinegar, salt)

Dolci

Brownie cu sos de vanilie 100 g – 650 Kcal/ 100g
(Ouă, lapte, zahăr, ciocolată, amidon, unt, făină, nucă, cacao, sare, vanilie)
(Eggs, milk, sugar, chocolate, cornstarch, butter, flour, walnuts,
cocoa powder, salt, vanilla)

Panna cotta cu fructe de pădure 100 g – 215 Kcal/ 100g
(Smântână lichidă dulce, lapte, gelatină, zahăr, extract de vanilie,
fructe de pădure, mentă, amidon)
(Heavy cream, milk, gelatin, sugar, vanilla extract,
mixed berries, mint, cornstarch)



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.