



107 N°  
Bistro

# Meniu

---

*Priveliște de neuitat, arome  
autentice, rafinament la  
malul Dunării!*

*Bld. Marea Unire 107, Galați, 800329  
+ 40 742 011 117*

*Recomandarea Bucătarului Chef:*

## *Calamar umplut cu creveți în sos de roșii cherry, capere și măsline kalamata*

*În fiecare farfurie pe care o creăm se ascunde o poveste - cea a iubirii noastre pentru mâncare, pentru arome care trezesc simțurile și pentru momente care rămân întipărite în amintire. Ne dedicăm cu suflet și migală să aducem la masă doar cele mai alese ingrediente, menite să încânte și cele mai rafinate gusturi.*

*Calamarul umplut cu creveți — tandru, dar intens —  
învăluit într-un sos cald de roșii cherry, capere și măsline  
Kalamata.*

*Este un preparat ce vorbește în șoaptă despre rafinament și  
pasiune, despre simplitatea sofisticată pe care o căutăm în tot  
ceea ce facem.*

*Alături, un vin alb sec sau rosé — misterios, intens și elegant  
— acompaniază această experiență într-un dans perfect al  
aromelor.*

*Împreună, sunt o invitație la descoperirea plăcerii pure, a  
răsfățului suprem, pentru cei care știu să iubească și să  
savureze.*



*Preparat picant*



*Preparat vegan*

# Diminuti delicioase

*Timp mediu de preparare 15-20 min.*

*Interval orar 10:00 - 12:00*



## SANDWICH CU GUACAMOLE, OUĂ POȘATE ȘI SOMON FUMÉ (300 G)

**45 lei**

(pâine, roșii cherry, ceapă, file somon afumat, ulei de măsline, ouă, avocado, lămâie, ardei iute)

**Valori nutritionale / portie (300g)** Valoare energetica: 2427.38 Kj/580.16 KCal, Grasimi: 31.24 g, Acizi grasi saturati: 6.22 g, Glucide: 54.56 g, Zaharuri: 2.66 g, Proteine: 22.37 g, Sare: 0.53 g

**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetica: 809.13 Kj /193.39 KCal, Grasimi: 10.41 g, Acizi grasi saturati: 2.07 g, Glucide: 18.19 g, Zaharuri: 0.89 g, Proteine: 7.46 g, Sare: 0.18 g

**Alergeni:** Gluten, Peste, Oua

## OUĂ BENEDICT CU SOS GORGONZOLA (300 G)

**45 lei**

(ouă, bacon, brânză gorgonzola, smântână lichidă, pâine, mix salată, roșii cherry)

**Valori nutritionale / portie (300g):** Valoare energetica : 2213.72 Kj/529.09 Kcal Grasimi : 39.77 g, Acizi grasi saturati : 17.56 g, Glucide : 26.7 g, Zaharuri : 3.9 g, Proteine: 14.94 g, Sare : 6.6 g

**Valori nutritionale / 100 g:** Valoare energetica 737.91 Kj/176.36 KCal , Grasimi 13.26 g, Acizi grasi saturati : 5.85 g, Glucide 8.9 g, Zaharuri 1.3 g, Proteine : 4.98 g, Sare : 2.2 g

**Alergeni :** Gluten, Lapte, Oua

## BOWL CU NĂUT CROCANȚ ȘI OU FIERT (300 G)

**35 lei**

(năut conservat, ouă, brânză feta, roșii cherry, castravete, salată mix, ulei de măsline)

**Valori nutritionale / portie (300g)** Valoare energetică: 2243.58 Kj/536.23 Kcal, Grăsimi: 28.24g, Grăsimi saturate: 1.48g, Glucide: 12.25g, Zaharuri: 0.55g, Proteine: 15.3g, Sare: 0.44g

**Valori nutrition**

# Delicii de introducere

*Timp mediu de preparare 20 min.*

## BRUSCHETTE CU PROSCIUTTO ȘI PARMEZAN (100 G)

**30 lei**

(baghetă franțuzească, prosciutto crudo  
felii, parmezan, cremă de brânză)

**Valori nutritionale/100g** Valoare energetica: 1139.07 Kj  
/272.24KCal, Grasimi: 13.22 g, Acizi grasi saturati: 6.87 g,  
Glucide:21.32 g, Zaharuri: 0.34 g, Proteine: 16.33 g, Sare: 0.37 g  
**Alergeni:** Lapte  
**Poate contine urme de:** Dioxidul de sulf si sulfitii

## BRUSCHETTE CAPRESSE (100 G)

**25 lei**

(baghetă franțuzească, roșii, mozzarella,  
pesto, ulei de măsline)

**Valori nutritionale / portie (100g)** Valoare energetica: 934.77 Kj  
/223.42 KCal, Grasimi: 12.08 g, Acizi grasi saturati: 4.71 g,  
Glucide: 18.87 g, Zaharuri: 0.91 g, Proteine: 9.95 g, Sare: 1.78 g  
**Alergeni:** Lapte  
**Poate contine urme de:** Dioxidul de sulf si sulfitii

## BRUSCHETTE CU SOMON FUMÉ ȘI CASTRAVETE (100 G)

**30 lei**

(baghetă franțuzească, somon fumé,  
castravete, avocado, germenii de legume,  
lămâie)

**Valori nutritionale / portie (100g)** Valoare energetica: 858.71  
Kj/205.24 KCal, Grasimi: 9.47 g, Acizi grasi saturati: 1.09  
g,Glucide: 21.56 g, Zaharuri: 1.07 g, Proteine: 8.82 g, Sare: 0.89 g  
**Alergeni:** Pește

## ZACUSCĂ DE VINETE CU PÂINE PRĂJITĂ (200/100 G)

**23 lei**

(baghetă franțuzească, vinete, roșii, ardei  
gras, ceapă)

**Valori nutritionale / portie (300g)** Valoare energetică: 1091.65  
Kj/260.91 Kcal, Grăsimi: 7.93g, Grăsimi saturate: 0.61g, Glucide:  
42.04g,Zaharuri: 5.56g, Proteine: 7.17g, Sare: 1.53g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 363.88 Kj/86.97  
Kcal, Grăsimi: 2.64g, Grăsimi saturate: 0.2g, Glucide:  
14.01g,Zaharuri: 1.85g, Proteine: 2.39g, Sare: 0.51g  
**\*provenit din produse congelate**

# Delicii de introducere

*Timp mediu de preparare 20 min.*



## SALATĂ TABOULEH (200 G)

23 lei

(roșii, pătrunjel verde, ceapă roșie, lămâie, cous cous)

**Valori nutritionale / portie (200g)** Valoare energetică: 667.95 Kj/159.64 Kcal, Grăsimi: 9.67g, Grăsimi saturate: 0.08g, Glucide: 18.17g, Zaharuri: 3.81g, Proteine: 3.79g, Sare: 0.47g

**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 333.97 Kj/79.82 Kcal, Grăsimi: 4.84g, Grăsimi saturate: 0.04g, Glucide: 9.09g, Zaharuri: 1.91g, Proteine: 1.89g, Sare: 0.23g

## DOVLECEI PANE CU SOS TZATZIKI (250/70 G)

23 lei

(dovlecei, sos tzatziki, ouă, pesmet)

**Valori nutritionale / portie (320g)** Valoare energetică: 2554.66 Kj/610.58 Kcal, Grăsimi: 41.66g, Grăsimi saturate: 5.01g, Glucide: 45.63g, Zaharuri: 2.67g, Proteine: 11.99g, Sare: 1.37g

**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 798.33 Kj/190.81 Kcal, Grăsimi: 13.02g, Grăsimi saturate: 1.56g, Glucide: 14.26g, Zaharuri: 0.83g, Proteine: 3.75g, Sare: 0.43g

**Alergeni:** Lapte, Oua, Gluten

## PLATOU DE BRÂNZETURI CU FRUCTE CONFIATE ȘI NUCI (280 G)

55 lei

(brânză Camembert, cașcaval Emmental, parmezan, gorgonzola, caise și merișoare confiate, miez de nucă, grisine, germeni de legume, miere)

**Valori nutritionale / portie (280g)** Valoare energetica: 4162.16Kj /994.78 KCal, Grasimi: 63.47 g, Acizi grasi saturati: 31.02 g, Glucide: 67.64 g, Zaharuri: 4.63 g, Proteine: 52.51 g, Sare: 2.69 g

**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetica: 1486.48 Kj/355.28 KCal, Grasimi: 22.67 g, Acizi grasi saturati: 11.08 g, Glucide: 24.16 g, Zaharuri: 1.65 g, Proteine: 18.75 g, Sare: 0.96 g

*Fresh si sănătos*

*Timp mediu de preparare 20 min.*

**SALATĂ BISTRO NO. 107  
(350 G)**

**60 lei**

(creveți, roșii cherry, mix de salată,  
măline Kalamata, brânză feta, ceapă  
roșie, ulei de măline, oțet balsamic)

**Valori nutritionale / portie (350g)** Valoare energetică: 1389.45  
Kj/332.09 Kcal, Grăsimi: 18.16g, Grăsimi saturate: 0.7g, Glucide:  
10.64g,Zaharuri: 1.96g, Proteine: 25.17g, Sare: 1.5g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 396.99 Kj/94.88  
Kcal, Grăsimi: 5.19g, Grăsimi saturate: 0.2g, Glucide:  
3.04g,Zaharuri: 0.56g, Proteine: 7.19g, Sare: 0.43g  
**Alergeni:** Crustacee, Lapte, Dioxidul de sulf si sulfitii  
**Poate contine urme de:** Dioxidul de sulf si sulfitii

**SALATĂ CAESAR (300 G)**

**50 lei**

(salată iceberg, piept de pui, sos Caesar,  
crutoane, roșii cherry, parmezan)

**Valori nutritionale / portie (300g)** Valoare energetică: 3007.86  
Kj/718.89 Kcal, Grăsimi: 60.26g, Grăsimi saturate: 9.78g, Glucide:  
18.84g,Zaharuri: 2.09g, Proteine: 24.91g, Sare: 6.15g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 1002.62  
Kj/239.63 Kcal, Grăsimi: 20.09g, Grăsimi saturate: 3.26g,  
Glucide: 6.28g,Zaharuri: 0.7g, Proteine: 8.3g, Sare: 2.05g  
**Alergeni:** Gluten, Lapte  
**\*provenit din produse congelate**

**SALATĂ CU STEAK DE VITĂ  
(380 G)**

**70 lei**

(mușchi de vită Black Angus, mix de salată,  
roșii cherry, brânză feta, baghetă  
franțuzească, merișoare deshidratate,  
ceapă caramelizată)

**Valori nutritionale / portie (380g)** Valoare energetică: 3024.45  
Kj/722.86 Kcal, Grăsimi: 43.96g, Grăsimi saturate: 0.02g,  
Glucide: 50.18g,Zaharuri: 2.8g, Proteine: 31.79g, Sare: 0.31g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetica: 795.91 Kj/190.23  
Kcal, Grăsimi: 11.57g, Grăsimi saturate: 0.01g, Glucide:  
13.2g,Zaharuri: 0.74g, Proteine: 8.36g, Sare: 0.08g  
**Alergeni:** Lapte  
**\*provenit din produse congelate**

*Fresh si sănătos*

*Timp mediu de preparare 20 min.*



### SALATĂ CU NĂUT, AVOCADO ȘI PĂTRUNJEL (280 G)

**30 lei**

(avocado, năut conservat, lămâie,  
castraveți, ceapă roșie, ulei de măsline,  
pătrunjel verde)

**Valori nutritionale / portie (280g)** Valoare energetică: 2115.22 KJ/505.55 Kcal, Grăsimi: 29.08g, Grăsimi saturate: 2.03g, Glucide: 21.59g, Zaharuri: 8.54g, Proteine: 6.2g, Sare: 1.04g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 755.44 KJ/180.55 Kcal, Grăsimi: 10.39g, Grăsimi saturate: 0.73g, Glucide: 7.71g, Zaharuri: 3.05g, Proteine: 2.21g, Sare: 0.37g

### SALATĂ CU TON ÎN CRUSTĂ DE SUSAN, PĂSTĂI VERZI ȘI MIX DE SALATĂ (300 G)

**60 lei**

(file de ton, mix de salată, păstăi verzi,  
lămâie, roșii cherry, ulei de măsline,  
semințe de susan)

**Valori nutritionale / portie (300g)** Valoare energetică: 1371.67 KJ/327.84 Kcal, Grăsimi: 21.91g, Grăsimi saturate: 1.79g, Glucide: 8.2g, Zaharuri: 4.01g, Proteine: 27.06g, Sare: 0.08g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 457.22 KJ/109.28 Kcal, Grăsimi: 7.3g, Grăsimi saturate: 0.6g, Glucide: 2.73g, Zaharuri: 1.34g, Proteine: 9.02g, Sare: 0.03g  
**Alergeni:** Peste, Oua, Seminte de susan  
**\*provenit din produse congelate**

### SALATĂ CRISPY (380 G)

**40 lei**

(piept de pui, salată iceberg, ardei gras,  
castraveți, roșii cherry, măsline kalamata,  
ouă, pesmet, fulgi de porumb)

**Valori nutritionale / portie (380g)** Valoare energetică: 1755.33 KJ/419.53 Kcal, Grăsimi: 9.23g, Grăsimi saturate: 1.08g, Glucide: 47.03g, Zaharuri: 2.75g, Proteine: 29.43g, Sare: 6.73g  
**Valori nutritionale / 100g** Valoare energetică: 461.93 KJ/110.4 Kcal, Grăsimi: 2.43g, Grăsimi saturate: 0.29g, Glucide: 12.38g, Zaharuri: 0.72g, Proteine: 7.75g, Sare: 1.77g  
**Alergeni:** Oua, Gluten  
**\*provenit din produse congelate**





























































