

*hug the  
plate*

## Promenada Mall

Luni – Duminică

**10:00 – 22:00**

## Oituz, 35D (Program bucătărie)



Luni – Vineri

**08:00 – 17:00**

Sâmbătă - Duminică

**09:00 – 18:00**

[www.facebook.com/  
HugThePlate](https://www.facebook.com/HugThePlate)

 [www.instagram.com/  
HugThePlate](https://www.instagram.com/HugThePlate)  


# Breakfast & brunch

## Omletă cu pui și ardei copt / 21lei

Zouă, piept de pui, ardei copt, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Omletă cu creveți / 24lei

Zouă, creveți, ceapă verde, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,4,5,7,10,11**

## Omletă cu legume / 21lei

Zouă, praz, ciuperci, ardei gras, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Omletă cu bacon și ciuperci / 21lei

Zouă, bacon, ciuperci, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Omletă cu brânză și avocado / 21lei

Zouă, brânză, avocado, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Omletă cu brânzeturi / 22lei

Zouă, Gorgonzola, Mozzarella, Parmezan, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Ou ochi cu cârnăciori / 21lei

Zouă, cârnăciori, ciuperci, mix salată & roșii cherry, pâine (250g) **1,3,5,7,10,11**

## **STARLET** Toast Benedict / 24lei

Zouă poșate, bacon, gouda, mix salată, roșii cherry, pâine, sos olandez (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Toast cu brânză Halloumi și alune de pădure / 24lei

Halloumi, alune de pădure, roșii, mix salată, pâine, cremă de brânză, sos soia (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Shakshuka / 27 lei

2 ouă, roșii, ardei, brânză, ceapă, usturoi, pătrunjel, coriandru, chimion (250g) **Back again on the menu!** **1,3,5,7,10,11**

## **NOU** Farmer's Plate / 25lei

Zouă ochi, cartofi wedges, bacon, sos Aioli, ceapă, mix salată (300g) – timp de așteptare **1,3,5,7,10,11** ~15 minute

## English Breakfast / 25lei

Zouă ochi, fasole, cârnăcior, ciuperci, roșii cherry coapte, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Toast Royale / 26lei

Ou poșat, baby spanac blanșat, somon fume, unt, mix salată, roșii cherry, pâine, sos olandez (300g) **1,3,4,5,7,10,11**

## Toast Guacamole & somon / 25lei

Zouă poșate, guacamole, somon fume, castravete, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,4,5,7,10,11**

## Toast prosciutto & ou / 22lei

Ou ochi, prosciutto crudo, gouda, parmezan, busuioc, mix salată, roșii cherry, pâine (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Quesadilla Veggie / 22lei

Ou scrambled, guacamole, Cheddar, mix salată, roșii cherry, lipie (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Quesadilla cu bacon / 24lei

Ou scrambled, bacon, guacamole, Cheddar, mix salată, roșii cherry, lipie (300g) **1,3,5,7,10,11**

## Wrap cu Pui / 25lei

Piept de pui, lipie, iaurt, usturoi, salată iceberg, ceapă roșie murată, roșii cherry (300g) **1,3,5,7,10,11**

## **NOU** Granola / 17 lei

Granola de casă din mix de nuci și cereale, iaurt grecesc, sirop de agave, fructe de sezon, miere (200g) **1,5,7,8.**

# Salate

## Salată de crudități cu brânză de capră / 26 lei

Mix salată, brânză de capră, morcov,  
rodie, alune de pădure, ulei de  
măslină (400g) 1,5,7,10,11

## Veggie Oriental Plate (Vegan) / 21 lei

Hummus (năut, ulei susan, pastă de  
susan, lămâie, usturoi), salată  
Tabbouleh (bulgur, ceapă verde, roșii,  
ardei copt), lipie, ulei de măslină (400g)  
1,5,7,10,11

## Salată cu creveți și mango / 27 lei

Mix salată, creveți, mango, ceapă verde,  
coriandru, ulei de măslină, ulei de floarea  
soarelui, sos soia, chilli (400g) 1,3,5,7,10,11  
–spicy!

## Salată Veggie / 19 lei

porumb, morcov, castravete, roșii cherry,  
salată mixtă, pătrunjel, crutoane (400g)  
1,5,7,10,11

## Salată Fitness / 20 lei

Piept de pui grill, ananas, rosii  
cherry, porumb, morcov, castravete,  
pătrunjel, crutoane (400g) 1,5,7,10,11

\*Salatele se servesc cu dressing de  
**ulei de măslină aromatizat.**

## **NOU** Vânăță coaptă cu rodie / 22 lei

Vânăță, iaurt grecesc, usturoi, roșii,  
rodie, mentă, cimbrisor (250g)  
1,3,5,7,10,11

## **NOU** Creveți în sos de lămâie / 27 lei

Creveți, cartofi wedges, usturoi, lămâie, **chilli**  
(300g) – timp de așteptare ~15 minute

## Ingredient extra / 3,5 lei

(telemea/gouda/emmental/pâine/avocado/roșii/  
ciuperci/cârnaciori/bacon/șuncă/pui/prosciutto/ou/  
Nutella/nuci/iaurt/caramelsărat/gem fructe  
pădure/banane/mascarpone)

# Quiche

## Somon & Broccoli / 11 lei

aluat fraged cu unt, somon, broccoli,  
brânză, ou, smântână (150g)  
1,3,5,7,10,11

## Bacon & Ciuperci / 10 lei

aluat fraged cu unt, ciuperci, bacon,  
brânză, ou, smântână (150g)  
1,3,5,7,10,11

## Pui & Ardei Copt / 10 lei

aluat fraged cu unt, piept de pui,ardei  
copt, brânză, ou, smântână(150g)  
1,3,5,7,10,11

## Lorraine / 11 lei

aluat fraged cu unt, ceapă caramelizată,  
bacon, brânză, ou, smântână (150g)  
1,3,5,7,10,11

## Brie & Camembert / 11 lei

aluat fraged cu unt, spanac, praz,  
brânză, ou, smântână (150g)  
1,3,5,7,10,11

## Roșii & Mozzarella / 11 lei

aluat fraged cu unt, roșii, mozzarella,  
ou, smântână (150g)  
1,3,5,7,10,11

## Supe

### Supă de Sezon / 12 lei

Dovlecel/roșii/ardei copt/ciuperci/  
cartofi (200ml) 1,3,5,7,9,10,11

## Pasta

### Tagliatelle cu Pesto / 24 lei

Paste,busuioac, semințe de pin, parmezan,  
usturoi, ulei de măsline (400g) 1,3,5,7,10,11

### Fără sos alb Tagliatelle cu somon, sparanghel & broccoli / 29 lei

Paste, somon, sparanghel, broccoli,  
usturoi, parmezan, pesto (400g)  
1,3,4,5,7,10,11

### Tagliatelle cu Avocado/25 lei

Paste, avocado, roșii, ceapă verde,  
usturoi, lămâie (400g) 1,3,5,7,10,11

### Tagliatelle cu somon in sos alb & sparanghel / 29 lei

Paste, somon, sparanghel,  
smântână, ardei copt, usturoi  
(400g) 1,3,4,5,7,11

### Tagliatelle cu creveți în sos alb/28lei

Paste, creveți, roșie coaptă, lămâie,  
usturoi, smântână (400g) 1,3,5,7,11

### Tagliatelle cu creveți Spicy /28 lei

Paste, creveți, ceapă verde, ardei  
gras, usturoi (400g) 1,3,4,5,7,11

### Tagliatelle cu pui&ciuperci / 27 lei

Paste, pui, ciuperci, usturoi, unt,  
smântână (400g) 1,3,4,5,7,11

### NOU Tagliatelle cu ardei / 25 lei

Paste, ardei, roșii, usturoi,  
parmezan, smântână (400g)

### Taglitatelle Mușchi de Vită/31 lei

Paste, vită, varză roșie, ceapă roșie,  
dovlecel, sos soia, chilli (400g)  
1,3,4,5,7,11 **Back again on the menu!**

aluat fraged cu unt, ciocolată,  
nutella, frișcă, ouă (150g) 1,3,5,7,11

### Tartă cu ciocolată amăruie / 10 lei

aluat fraged cu unt, cireșe, ciocolată  
amăruie, cacao, frișcă, ouă (150g)  
1,3,5,7,11

### Tartă cu mascarpone&zmeură/12 lei

aluat fraged cu unt, mascarpone, cremă  
de brânză, frișcă, zmeură, zahăr (150g)  
1,3,5,7,11

### Tartă cu lămâie / 11 lei

aluat fraged cu unt, mascarpone, cremă  
de brânză, frișcă, lămâie, zahar (150g)  
1,3,5,7,11

### Carrot cake / 13 lei

Făină, morcovi, zahar, mascarpone,  
lămâie, cacao (150g) 1,3,5,7,11

### Cheesecake Clasic (150g) / 14 lei

Biscuiți, cremă de brânză, smântână  
lichidă, lămâie, faină, sos fructe (150g)  
1,3,5,7,11

### Cheesecake Nutella / 14 lei

Biscuiți, cremă de brânză,  
frișcă, Nutella, fructe (150g)  
1,3,5,7,11

### NOU Sweet French Toast / 16 lei

Cozonac, ou, lapte, sos caramel sărat, nuci  
(150g) 1,3,5,7,11

### Pancakes (200g) / 18 lei

se pot alege 2 ingrediente dintre:

- Nutella
- cremă de brânză cu vanilie
- nucă
- caramel sărat
- gem fructe de pădure de  
casă -iaurt gras
- mascarpone
- banane

## Desert

### Tartă cu ciocolată cu lapte / 10 lei

## ALERGENI

Stimați clienți, unele produse din meniul nostru pot conține alergeni. În cazul în care sunteți intolerant / alergic la un ingredient, înainte de a comanda orice preparat din meniul nostru consultați lista cu ingredientele continute de preparate și / sau întrebați personalul unității.

### LISTA ALERGENI:

1. Cereale care conțin gluten (adica grau, secara, orz, ovaz, grau spelt, grau mare sau hibridi ai acestora);
2. Crustacee și produse derivate;
3. Oua și produse derivate;
4. Peste și produse derivate;
5. Arahide și produse derivate;
6. Soia și produse derivate;
7. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoza);
8. Fructe cu coaja, adica migdale (*Amygdalus Communis L.*), alone de padure (*Corylus Avellana*), nuci (*Juglans Regia*), anacarde (*Anacardium Occidentale*), nuci Pecan (*Carya ILLInoiesis*), (*Wangenh.*), (*K.Koch*), nuci de Brazilia (*Bertholletia Excelsa*), fistic (*Pistacia Vera*), nuci de Macadamia și nuci OueensLand (*Macadamia Ternifolia*) și produse derivate;
9. Telina și produse derivate;
10. Mustar și produse derivate;
11. Seminte de susan și produse derivate;
12. Dioxid de sulf și sulfiti în concentrații de peste 10 mg/litru;
13. Lupin și produse derivate;
14. Moluste și produse derivate.

În cazul în care suferiți de o alergie, vă rugăm să solicitați informații suplimentare înainte de efectuarea comenzii.

Vă mulțumim pentru înțelegere!