

APROBAT DIRECTOR,
Prof. Șincan Alexandra-Monica

AVIZAT,
Medic școlar: Dr. Hătegan Cornelia



DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 06.10.2025	CIORBĂ DE VARZĂ 250ml (carne de porc, varză, morcov, pătrunjel, făină, suc de roșii, țelină, mărar, sare, cimbru, smântână) TOCĂNIȚĂ DE PORC CU MĂMĂLIGĂ 80g/80g/80g (carne de porc, ceapă, ardei, făină, sare, piper, foi de dafin, mălai) MURĂTURĂ DE CASTRAVEȚI 50g (castraveți conservă) PÂINE INTEGRALĂ 25g	MINI RONDELE DIN OREZ CU GLAZURA DE CAPȘUNI SANOVITA 24G	P=41,89 L= 33,91 G=43,46 Total calorii=708,54
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lupin, lactoză, soia	
MARȚI 07.10.2025	CIORBĂ ADELENEASCĂ 250ml (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, cus cus, ouă, smântână, sare, tarhon, sare de lămâie) PIEPT DE PUI LA TAVĂ 80g (carne de pui, ceapă, ulei, ardei, usturoi, pastă tomate, sare, piper, boia de ardei) SOTE DE BROCCOLI CU MORCOV DUO 150g (broccoli*, morcov duo*, sare, piper, unt) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BATON CU CEREALE 25g FRUCT 100g	P=49,14 L= 14,01 G=101,66 Total calorii=704
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MIERCURI 08.10.2025	SUPĂ CREMĂ DE CONOPIDĂ CU CRUTOANE 250ml/25g (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, conopidă*, cartofi, ardei, ceapă, unt, sare, usturoi, smântână) PASTE CU TON 250g (paste penne, ton bucăți în conservă, ceapă, sos de roșii, busuioc, oregano, zahăr, ulei, cașcaval, sare, piper)	BISCUȚI POIENI 50g	P=35,5 L= 23,25 G=144,66 Total calorii=931,86
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, soia poate conține urme de susan, alune, nuci, lapte	
JOI 09.10.2022	SUPĂ DE TĂIȚEI 250ml (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, paste fidee, ceapă, sare) PULPĂ DE PUI LA CUPTOR 80g (carne de pui*, ceapă, ulei, ardei, suc de roșii, sare, piper, boia de ardei) PILAF OREZ 150g (orez, ceapă, morcov, ardei, ulei, sare, piper) SALATĂ ASORTATĂ 50g (castraveți, roșii, ardei, ceapă roșie, sare, oțet de mere, ulei, zahăr) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUȚI CU IAURT „MISURA” 33g	P=45,88 L= 20,18 G=106,08 Total calorii=784,04
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, lactoză, ou, poate conține soia și fructe cu coaja lemnoasă	
VINERI 10.10.2025	CIORBĂ DE FASOLE-BOABE CU CIOLAN ȘI CEAPĂ ROȘIE 250ml/60g/10g (carne de porc, fasole boabe albă, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, ceapă roșie, ulei, tarhon, smântână, sare de lămâie) CARTOFI FRANȚUZEȘTI 200g (cartofi, ouă, smântână, cașcaval, lapte, unt, sare, piper) MURĂTURĂ DE GOGOȘARI 50g (gogoșari conservă) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BANANE 150g	P=63 L=35,25 G=107,94 Total calorii=990,02
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		

*Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona Elena

ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂTAR

Reghian Emilia