

MENIUL SĂPTĂMÂNAL

Scoala Gimnaziala „EUROPA „

APROBAT DIRECTOR

Prof. Însurățelu Mihaela



DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 03.10.2022	CIORBĂ ȚĂRĂNEASCĂ 250 ml TOCĂNIȚĂ DE PORC CU PASTE 90g/200g PÂINE INTEGRALĂ 25 g	FRUCT 150g	P=41,6 L=34,5 G=48,6 Total calorii =1282,6
MARȚI 04.10.2022	SUPĂ DE TĂIȚEI 250 ml MUSACA DE CARTOFI 200g SALATĂ DE ARDEI COPT 50g PÂINE INTERALĂ 50g	BISCUȚI 50g	P= 40,7 L= 43,9 G=131,4 Total calorii=1254
MIERCURI 05.10.2022	LIBER		
JOI 06.10.2022	CIORBĂ DE FASOLE VERDE 250g COTLET DE PORC LA CUPTOR 90g PIREU DE CARTOFI 200g CASTRAVEȚI MURAȚI 50g PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150g	P=66,4 L=30,4 G=83,9 Total calorii=1214,5
VINERI 07.10.2022	CIORBĂ DE VARZĂ 250ml PULPE DE PUI LA CUPTOR 90g OREZ SÂRBESC 200g SALATĂ DE SFECLĂ ROȘIE 50g PÂINE INTEGRALĂ 25g	BANANE 150g	P=45,5 L=43,4 G=151,5 Total calorii =1192,3

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL



ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂTAR

Reghian Emilia