

MENIUL SĂPTĂMÂNAL

Scoala Gimnaziala „EUROPA „

APROBAT DIRECTOR

Prof. Însurățelu Mihaela



DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 31.10.2022	SUPĂ „GRĂDINAR” 250 ml PASTE CU TON 200g PÂINE INTEGRALĂ 25g	COZONAC 100 g	P=41,7 L=28,9 G=100,4 Total calorii =1215,2
MARȚI 01.11.2022	CIORBĂ DE TARHON 250ml PULPĂ DE PORC LA CUPTOR 90g OREZ SÂRBESC 200g MURĂTURĂ 50g PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150 g	P= 40,7 L= 58,4 G=94,2 Total calorii=1436
MIERCURI 02.11.2022	SUPĂ DE TĂIȚEI 250ml PULPĂ DE PUI LA GRĂTAR 100g SOTE DE MAZĂRE CU BABY CARROTS 200g PÂINE INTEGRALĂ 50g	BATON CU CEREALE 25 g	P=47,5 L=39,5 G=137,1 Total calorii=1223,2
JOI 03.11.2022	SUPĂ DE CHIMION CU CRUTOANE 250ml/25g COTLET DE PORC LA TAVĂ 90g CARTOFI ȚĂRĂNEȘTI 200g MURĂTURĂ 50g PÂINE INTEGRALĂ 25g	BANANE 150 g	P=40,8 L=40,3 G=83,6 Total calorii=1214,5
VINERI 04.11.2022	CIORBĂ DE FASOLE BOABE CU CIOLAN ȘI SALATĂ DE CEAPA 250ml/50g/20g MĂMĂLIGUȚĂ CU BRÂNZĂ DE VACI ȘI SMÂNTÂNĂ 200g/50g PÂINE INTEGRALĂ 25g	BISCUIȚI 50g	P=43,7 L=81,1 G=108,8 Total calorii = 1311,6

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona



ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂTAR

Reghian Emilia