

APROBAT DIRECTOR,
Prof. Șincan Alexandra-Monica

AVIZAT,
Medic școlar: Dr. Hăgegan-Cornelia
medic primar
medicină de familie
COD 349205



DATA	PRĂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 07.10.2024	CIORBĂ DE FASOLE-VERDE 250ml (fasole galbenă*, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, ulei, făină, sare de lămâie, smântână) COTLET DE PORC CU SOS DE SMÂNTÂNĂ ȘI PASTE 90g/150g (carne de porc, ceapă, ardei, ulei, sare, piper, smântână, muștar paste spirale, făină, lapte, foi de dafin) PÂINE INTEGRALĂ 25g	BATON CU CEREALE 25g	P=41,6 L= 34,5 G=48,6 Total calorii=1382,6
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MARȚI 08.10.2024	CIORBĂ ADELENEASCĂ 250ml (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, orez, ouă, smântână, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia, tarhon, sare de lămâie) CHIFTELUȚE DE PORC LA CUPTOR 90g (carne de porc, ceapă, ulei, ouă, sare, piper, boia de ardei, usturoi, cimbru) MAZĂRE SCĂZUTĂ CU SOS DE ROȘII 200g (mazăre, ceapă, ulei, făină, suc de roșii, pastă tomate, supă de carne, ardei, sare, piper, mărar) PÂINE INTEGRALĂ 50g	MINI RONDELE DIN OREZ CU GLAZURA DE CAPȘUNI SANOVITA 24G	P=38,7 L= 82,9 G=72,4 Total calorii=1183
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, lupin, lactoză, soia	
MIERCURI 09.10.2024	SUPĂ CREMĂ DE LEGUME CU CRUTOANE 250ml/25g (carne de pui, cartofi, morcov, pătrunjel, țelină, sare, smântână, bază pentru mâncăruri mirodenia, varză, conopidă, fasole galbenă*) PULPĂ DE PUI LA TAVĂ 90g (carne de pui, ceapă, ulei, ardei, usturoi, pastă tomate, sare, cimbru, piper, boia de ardei) PILAF DE OREZ CU CIUPERCI 200g (orez, ceapă, morcov, ardei, ulei, sare, piper, ciuperci, bază pentru mâncăruri mirodenia) SALATĂ DE CASTRAVEȚI CU CEAPĂ 50g (castraveți, ceapă, sare zahăr oțet de mere) PÂINE INTEGRALĂ 25g	FRUCT 150g	P=54,8 L= 38 G=157 Total calorii=1021
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
JOI 10.10.2024	CIORBĂ DE ROȘII CU CUS CUS 250ml (carne de porc, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, suc de roșii, roșii decojite, cus cus, sare, piper) CEAFĂ DE PORC LA GRĂȚAR 90 g (carne de porc, ulei, sare, piper) SOTE DE LEGUME MEXICANE 200g (legume amestec mexican*, sare, piper, unt) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUȚI POIENI 40 g FRUCT 100g	P=34,7 L= 34 G=88,9 Total calorii=1218
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză	gluten, soia poate conține urme de șusan, alune, nuci, lapte	
VINERI 11.10.2024	CIORBĂ DE PERIȘOARE 250ml/70g (morcov, pătrunjel, țelină, carne de porc, ceapă, orez, smântână, ouă, orez, sare de lămâie, mărar) SALATĂ ORIENTALĂ 200g (cartofi, ouă, ceapă ardei, castraveți murați, ulei, sare, piper) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BANANE 150g	P=41,1 L= 83 G=62,7 Total calorii=1157
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză		

* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona Elena

ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂȚAR

Reghian Emilia