

APROBAT DIRECTOR
Prof. Șincan Alexandra-Monica

AVIZAT,
Medic școlar: Dr. Hătegan Cornelia

Dr. HĂTEGAN CORNELIA
medic primar M.F.
comp. medicină de întreprindere
COD 349203

DATA	PRĂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 10.11.2025	CIORBĂ DE VARZĂ 250ml (oase garf de porc, varză, morcov, pătrunjel, făină, suc de roșii, roșii decojite, țelină, mărar, sare, cimbru) COTLET DE PORC ÎN SOS DE USTUROI 80g (carne de porc, făină, ulei, sare, piper, boia, usturoi) PIREU DE CARTOFI 150g (cartofi, lapte, unt, sare) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BATON CU CEREALE 25g FRUCT 100g	P=36,91 L= 25,62 G=93,69 Total calorii=748,48
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MARȚI 12.11.2025	CIORBĂ DE PUI CU LEUȘTEAN 250ml (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, gulii, orez, ardei, leuștean, sare de lămâie, ouă, smântână) CHIFTELUȚE DE PORC LA CUPTOR 80g (carne de porc, ceapă, ulei, ouă, pesmet, sare, piper, boia de ardei, usturoi, cimbru) MAZĂRE SCĂZUTĂ CU SOS DE ROȘII 150g (mazăre, ceapă, ulei, făină, suc de roșii, pastă tomate, ardei, roșii decojite, sare, piper, mărar) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUIȚI CU IAURT „ MISURA” 33g	P=33,41 L=39,56 G=67,47 Total calorii=749,14
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	soia, lupin, gluten, lactoză, ou, poate conține soia și fructe cu coaja lemnoasă	
MIERCURI 13.11.2025	SUPĂ CREMĂ DE LEGUME CU CRUTOANE 250ml/25g (spate de pui*, cartofi, morcov, pătrunjel, țelină, sare, smântână, varză, ardei, conopidă, fasole galbenă*) FRIPTURĂ DIN PIEPT DE CURCAN LA TAVĂ 80g (carne de curcan*, ceapă, ulei, ardei, pastă tomate, pastă ardei, sare, usturoi, piper, boia de ardei, cimbru) OREZ SĂRBESC 150g (supă de oase pui*, orez, ceapă, morcov, ardei, ulei, sare, unt, piper) MURĂTURĂ DE SFECLĂ ROȘIE 50g (sfeclă roșie conservă) PÂINE INTEGRALĂ 25g	FRUCT 150g	P=30,13 L= 12,07 G=131,33 Total calorii=708,47
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
JOI 14.11.2025	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.) BUDINCĂ DE TĂIȚEI CU BRÂNZĂ DE VACI 200g (brânză de vaci, ouă, sare, zahăr, paste tăiței lați, smântână, lămâie, vanilie, unt) PÂINE INTEGRALĂ 25g	BANANE 150 g	P=43,87 L= 32,83 G=99,55 Total calorii=871,19
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
VINERI 15.11.2025	SUPĂ ALFABET 250ml (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, paste alfabet, ceapă, sare, piper) PULPĂ DEZOSATĂ DE PUI LA GRĂTAR 80 g (carne de pui*, sare, piper) SOTE DE BROCCOLI CU MORCOV PARIZIENI 150g (broccoli*, morcov parizian*, sare, piper, unt) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUIȚI POIENI 40 g FRUCT 100g	P=41,11 L= 20,22 G=94,18 Total calorii=709,03
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, soia poate conține urme de susan, alune, nuci, lapte	

* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona Elena

ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂTAR

Reghian Emilia