

DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 12.10.2026	CIORBĂ ȚĂRĂNEASCĂ 250ml (oase porc, morcov, pătrunjel, țelină, conopidă, ardei, ceapă, gulii, fasole galbenă*, mazăre, roșii decojite, cartofi, varză, suc roșii, sare, piper, leuștean) PULPĂ DE PORC ÎN SOS DE USTUROI 80g (carne de porc, făină, ulei, sare, piper, boia, usturoi) GARNITURĂ DE CUS CUS 150g (cus cus, ceapă, morcov, ardei, unt, sare, piper) MURĂTURĂ DE GOGOȘARI 50g (gogoșarii copt conservă) PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150 g	P=46 L= 23 G=172 Total calorii=1065
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lactoză, ou, poate conține soia și fructe cu coaja lemnoasă	
MARȚI 13.10.2026	SUPĂ ALFABET 250ml (spate de pui, morcov, pătrunjel, țelină, paste alfabet, ceapă, sare, piper) PAPRICĂȘ DE PUI CU MĂMĂLIGĂ 80g/80g/50g (carne de pui, ceapă, ulei, pastă ardei, lapte făină, smântână, pătrunjel verde, sare, piper, boia de ardei) PÂINE INTEGRALĂ 25g	FRUCT 100 g BATON CU CEREALE 25g	P=41 L= 21 G=72 Total calorii=732
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MIERCURI 14.10.2026	CIORBĂ DE CARTOFI 250ml (oase garf de porc, morcov, pătrunjel, țelină, ardei, cartofi, foi de dafin, smântână, sare, sare de lămâie) COTLET DE PORC LA GRĂȚAR 90 g (carne de porc, ulei, sare, piper) SPANAC ÎN SOS BECHAMEL ȘI CAȘCAVAL 200g/20g (spanac*, usturoi, făină, ulei, sare, lapte, piper, smântână, cașcaval) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUȚI „MISURA” CU MIERE 33g	P=27 L= 18 G=91 Total calorii=628
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză,	gluten, pot conține: lapte, ouă, soia, arahide, nuci și semințe de susan,	
JOI 15.10.2026	SUPĂ DE CHIMION CU CRUTOANE 250ml/25g (morcov, țelină, chimion, lapte, făina, sare) MÂNCARE DE FASOLE BOABE CU CHIFTELE LA CUPTOR 150g/80 g (carne de porc, ceapă, usturoi, ouă, pesmet, ardei, suc de roșii, foi de dafin, cimbru, roșii decojite, sare, piper, făină, fasole boabe) PÂINE INTEGRALĂ 25g	BISCUȚI INTEGRALI CU MERIȘOARE 41,43 g	P=29 L=39 G=94 Total calorii=861
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză		
VINERI 16.10.2026	CIORBĂ A LA GREC CU PIEPT DE PUI 250ml/60g (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, smântână, ouă, orez, mărar, 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 150g	P=61 L= 27 G=106 Total calorii=918
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		

*Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudas Ramona Elena



ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂȚAR

Reghian Emilia