



## MENIUL SĂPTĂMÂNAL

APROBAT DIRECTOR  
Prof. Șincan Alexandra Monica

AVIZAT,  
Medic școlar: Dr. Hăjeșan Cornelia  
medic primar  
comp. medicină fizică și reabilitare  
007 349203



DATA	PRĂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 14.10.2024	<b>SUPĂ DE CHIMION CU CRUTOANE 250ml/25g</b> ( morcov, pătrunjel, țelină, chimion, lapte, făina, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia) <b>COTLET DE PORC ÎN SOS DE USTUROI 90g</b> (carne de porc, făină, ulei, sare, piper, boia, usturoi) <b>GARNITURĂ DE CUS CUS 200g</b> (cus cus, ceapă, morcov, ardei, unt, sare, piper, bază pentru mâncăruri mirodenia) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>BISCUIȚI BELVITA 50 g</b> <b>FRUCT 100g</b>	P=39,2 L= 34,5 G=48,9 Total calorii=1164,4
ALERGENI	gluten, țelină, , lactoză, ouă	gluten, soia, lactoză, poate contine ou, arahide si varietati similare de nuci	
MARȚI 15.10.2024	<b>SUPĂ DE VITĂ CU PASTE ALFABET 250ml</b> (carne de vită*, morcov, pătrunjel, țelină, paste alfabet, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia) <b>RULADĂ DIN CARNE DIN CARNE TOCATA AMESTEC VITĂ- PORC 100g</b> (carne de porc, carne de vită ceapă, usturoi, ouă, ulei, sare, piper, cimbru) <b>CARTOFI ȚĂRĂNEȘTI 200g</b> (cartofi, ceapă, ulei, sare, boia) <b>MURĂTURĂ DE CASTRAVEȚI 50g</b> (castraveți conservă) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>FRUCT 150g</b>	P=64 L= 95,2 G=92,6 Total calorii=1275
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
MIERCURI 16.10.2024	<b>CIORBĂ DE PUI CU LEUȘTAN 250ml</b> (carne de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, ulei, leuștean, ouă, smântână, orez, sare de lămâie) <b>PIEPT DE PUI LA GRĂȚAR 100 g</b> (carne de pui, sare, piper) <b>SPANAC ÎN SOS BECHAMEL 200g</b> (spanac*, usturoi, făină, ulei, sare, piper, smântână, lapte, bază pentru mâncăruri mirodenia) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>BISCUIȚI CU IAURT</b> <b>„ MISURA” 33g</b> <b>FRUCT 100g</b>	P=40 L= 40,2 G=74,3 Total calorii=1080,2
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză,	soia, lupin gluten, lactoză, ou, poate contine soia si fructe cu coaja lemnoasa	
JOI 17.10.2024	<b>CIORBĂ ȚĂRĂNEASCĂ 250ml</b> (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, varză, conopidă, ardei, ceapă, cartofi, fasole galbenă*, mazăre, sare, piper) <b>TOCĂNIȚĂ DE CURCAN CU MĂMĂLIGĂ 80g/150g/50g</b> (carne de curcan, ceapă, usturoi, ardei, smântână, lapte, făină, mălai) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>FRUCT 100g</b> <b>BATON CU CEREALE 25g</b>	P=41,6 L= 34,5 G=84,6 Total calorii=1282,6
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
VINERI 18.10.2024	<b>CIORBĂ DE CARTOFI 250ml</b> (carne de porc, morcov, pătrunjel, țelină, cartofi, foi de dafin, smântână, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia, sare de lămâie) <b>PASTE CU TON 250g</b> (paste penne, ton bucăți în conservă, ceapă, sos de roși, zahăr, ulei, cașcaval, sare, piper) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>BANANE 150g</b>	P=41,7 L= 20,9 G=100,4 Total calorii=1215,2
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză		

\* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona

ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂȚAR

Reghian Emilia