

APROBAT DIRECTOR  
Prof. Șincan Alexanra-Monica



AVIZAT,  
Medic școlar: Dr. Hăreșan Cornelia  
Dr. Hăreșan Cornelia  
medic primar M.F.  
comp. medicină de întreprindere  
COD 319203



DATA	PRÂNȚ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 15.12.2025	<b>CIORBĂ DE VARZĂ 250ml</b> (oase garf de porc, varză, morcov, pătrunjel, țelină, suc de roși, țelină, mărar, sare, cimbru, smântână) <b>SPAGHETE BOLOGNESE 200g</b> (paste tăiței chibrit, carne tocată porc, ceapă, bază pentru paste bolognese, zahăr, bulion, pastă tomate, ulei, cașcaval) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>BATON CU CEREALE 25g</b> <b>FRUCT 100g</b>	P=20,16 L=111,55 G=21,34 Total calorii=748,4
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
MARȚI 16.12.2025	<b>SUPĂ GRĂDINAR 250ml</b> (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, varză, ardei, fasole galbenă*, conopidă, guli, ulei, foi de dafin, sare, pătrunjel verde) <b>PULPĂ DE PUI LA CUPTOR 80g</b> (carne de pui*, ceapă, ulei, ardei, pastă tomate, pastă ardei, sare, piper, bola de ardei) <b>CARTOFI WEDGES LA CUPTOR 150g</b> (cartofi wedges*, sare) <b>SALATĂ DE VARZĂ 50g</b> (varză, sare oțet de mere, ulei, zahăr) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>BISCUȚI CU IAURT</b> <b>„ MISURA” 33g</b>	P=43,6 L= 28,15 G=97,68 Total calorii=814,81
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză,	gluten, soia poate conține urme de susan, alune, nuci, lapte	
MIERCURI 17.12.2025	<b>CIORBĂ DE CARTOFI CU BACON FIERT 250ml</b> (bacon fiert de porc, morcov, pătrunjel, țelină, cartofi, foi de dafin, smântână, sare, sare de lămâie) <b>PIEPTE DE PUI LA GRĂȚAR 80 g</b> (carne de pui, sare, piper) <b>SOTE DE BROCCOLI CU MORCOV PARIZIENI 150g</b> (broccoli*, morcov parizian*, sare, piper, unt) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>BISCUȚI INTEGRALI CU CEREALE 50 g</b> <b>FRUCT 100g</b>	P=45,34 L= 25,18 G=100,62 Total calorii=808,52
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, soia, poate conține urme de susan, alune, nuci, lapte	
JOI 18.12.2025	<b>SUPĂ DE PASĂRE CU PASTE ALFABET 250ml</b> (spate de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, paste alfabet, sare) <b>COTLET DE PORC LA TAVĂ 80g</b> (carne de porc, ceapă, pastă de ardei, pastă tomate, ulei, sare, usturoi, piper, boia, cimbru) <b>PILAF DE OREZ 150g</b> (orez, ceapă, ardei, ulei, sare, piper, boia) <b>MURĂTURĂ DE GOGOȘARI 50g</b> (gogoșari conservă) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>BANANE 150g</b>	P=44,71 L=14,16 G=119,29 Total calorii=765,96
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		

\* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona Elena

ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂȚAR

Reghian Emilia