

# MENIUL SĂPTĂMÂNAL

APROBAT DIRECTOR

Scoala Gimnaziala „EUROPA „

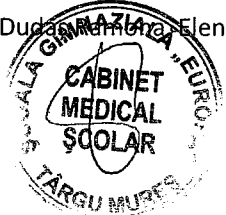
Prof. Însurățelu Mihaela



DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 20.03.2023	CIORBĂ DE FASOLE VERDE 250ml PULPĂ DE PORC ÎN SOS VÂNĂTORESC CU MACAROANE 90g/200g PÂINE INTEGRALĂ 25g	FRUCT 100g EUGENIA 38g	P=41,6 L=34,5 G=48,6 Total calorii =1282,6
MARȚI 21.03.2023	SUPĂ DIN OASE DE VITĂ CU TĂIȚEI 250g RULADĂ DE CARNE LA CUPTOR 100g MAZĂRE SCĂZUTĂ 200g PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUȚI MISURA CU IAURT 33g	P= 36,2 L= 70,1 G=116,8 Total calorii=1114,3
MIERCURI 22.03.2023	CIORBĂ DE RĂZĂLĂI 250ml PIEPT DE PUI LA GRĂTAR 90g SOTE DE BROCCOLI CU BABY CARROTS 200g PÂINE INTEGRALĂ 50g	BARNI 30g	P=34,7 L=35 G=88,8 Total calorii=1018
JOI 23.03.2023	CIORBĂ ARDELENEASCĂ 250ml TOCĂNIȚĂ DE CARTOFI CU CARNE DE VITĂ 200g/90g GOGOȘARI MURAȚI 50g PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150g	P=44,3 L=53,5 G=104,5 Total calorii=1170,8
VINERI 24.03.2023	SUPĂ CREMĂ DE LEGUME CU CRUTOANE 250g FRIPTURĂ DE CURCAN LA TAVĂ 90g OREZ CU LINTE 200g CASTRAVEȚI MURAȚI 50g PÂINE INTEGRALĂ 50g	BANANE 150g	P=54,8 L=18 G=157 Total calorii = 1021

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Duda Mariana Elena



ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂTAR

Reghian Emilia