

MENIUL SĂPTĂMÂNAL

AVIZAT,
Medic școlar: Dr. Hăgean Cornelia
medic primar
comp. medicină de întreprindere
COD 349203

DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 22.01.2024	SUPĂ DE TÂIȚEI 250ml (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, paste fidee, sare, piper) PULPĂ DE PUI LA TAVĂ 90g (carne de pui, ceapă, pastă de ardei, pastă tomate, ulei, sare, piper, boia, cimbru) SPANAC ÎN SOS BECHAMEL 200g (spanac*, usturoi, făină, ulei, sare, piper, smântână, bază pentru mâncăruri mirodenia) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUȚI BELVITA 50 g FRUCT 100g	P=73,2 L= 35,9 G=93,4 Total calorii=1012,7
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză	gluten, ouă, lapte	
MARȚI 23.01.2024	CIORBĂ DE PUI CU GULII ȘI MĂRAR 250ml (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, ceapă, ulei, gulii, smântână, sare de lămâie) RULADĂ DIN CARNE DE PORC 100g (carne de porc, ceapă, usturoi, ouă, ulei, sare, piper) CARTOFI WEDGES LA CUPTOR 150g (cartofi wedges*, sare) MURĂTURĂ DE CASTRAVEȚI 50g (castraveți conservă) PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150g	P=64 L= 35,2 G=92,6 Total calorii=1475
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
JOI 25.01.2024	SUPĂ MINISTRONE 250ml (carne de pui*, legume pentru supe*, roșii uscate în ulei, roșii decojite, paste scoică, sare, piper) MÂNCĂRICĂ DE MAZĂRE CU PIEPT DE CURCAN 200g/90g (carne de curcan*, ceapă, ulei, ardei, mazăre, făină, smântână, sare, lapte, mărar, piper, boia de ardei) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BANANE 150g	P=45,6 L= 21,4 G=112,2 Total calorii=1006
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză		
VINERI 26.01.2024	CIORBĂ DE SALATĂ VERDE CU BACON 250ml (salată verde, bacon, ulei, usturoi, smântână, ouă, sare de lămâie,) MĂMĂLIGĂ CU BRÂNZĂ DE BURDUF ȘI SMÂNTÂNĂ LA CUPTOR 250g (mălai, brânză de burduf, smântână, ulei, sare,) PÂINE INTEGRALĂ 25g	FRUCT 100g BATON CU CEREALE 25g	P=42,7 L= 54,4 G=115,9 Total calorii=1147,9
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, lactoză	

* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL
Dudaș Ramona ElenaADMINISTRATOR
Bordaș RodicaBUCĂTAR
Reghian Emilia