



## MENIUL SĂPTĂMÂNAL

 APROBAT DIRIGINTUL ȘCOLII  
 Prof. Șincan Alexandru

 AVIZAT,  
 Medic școlar: Dr. Hătegan Cornelia  
 medic primar M.F.  
 comp. medicală de întreprindere  
 COD 349203


DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 24.11.2025	<b>CIORBĂ ȚĂRĂNEASCĂ 250ml</b> (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, varză, conopidă, legume pentru ciorbe*, ardei, ceapă, gullii, fasole galbenă*, mazăre, sare, piper) <b>COTLET DE PORC LA TAVĂ 80g</b> (carne de porc, ceapă, pastă de ardei, pastă tomate, ulei, sare, usturoi, piper, boia, cimbru) <b>PIREU DE CARTOFI 150g</b> (cartofi, lapte, unt, sare) <b>MURĂTURĂ DE CASTRAVEȚI 50g</b> (castraveți conservă) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>BISCUȚI BELVITA 50 g</b> <b>FRUCT 150g</b>	P=35,86 L= 25,1 G=99,78 Total calorii=748,91
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză	gluten, soia, lactoză, poate conține ou, arahide și varietati similare de nuci.	
MARȚI 25.11.2025	<b>SUPĂ DE CHIMION CU CRUTOANE 250ml/25g</b> (morcov, țelină, chimion, lapte, făina, sare) <b>MUȘCHIULEȚ DE PORC CU SOS DE MUȘTAR LA CUPTOR 80 g</b> (carne de porc, ceapă, bulion, făină, muștar, unt, ulei, sare, piper) <b>RISOTTO CU ȘOFRAN 150g</b> (orez risotto, sare, piper, șofran, supă de spate pui*, ceapă, unt) <b>MURĂTURĂ DE ARDEI COPT 50g</b> (ardei copt conservă) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>FRUCT 100g</b> <b>BATON CU CEREALE CINI MINI 25g</b>	P=18,39 L= 17,29 G=189,09 Total calorii=967,59
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, muștar	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MIERCURI 26.11.2025	<b>SUPĂ DE TĂIȚEI 250ml</b> (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, paste fidea, sare) <b>PULPĂ DE PUI LA TAVĂ 90g</b> (carne de pui*, ceapă, ulei, ardei, pastă tomate, pastă ardei, sare, piper, boia de ardei) <b>SPANAC ÎN SOS BECHAMEL ȘI CAȘCAVAL 200g/20g</b> (spanac*, usturoi, făină, ulei, sare, lapte, piper, smântână, cașcaval) <b>PÂINE INTEGRALĂ 50g</b>	<b>MINI RONDELE DIN OREZ CU GLAZURA DE CAPȘUNI SANOVITA 24G</b> <b>FRUCT 150g</b>	P=46,21 L= 78,42 G=24,71 Total calorii=720,91
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lupin, lactoză, soia	
JOI 27.11.2025	<b>CIORBĂ DE VARZĂ 250ml</b> (oase garf de porc, varză, morcov, pătrunjel, făină, suc de roșii, țelină, mărar, sare, cimbru, smântână) <b>SPAGHETE BOLOGNESE 200g</b> (paste tăiței chibrit, carne tocată amestec porc, ceapă, bază pentru paste bolognese, zahăr, bulion, pastă tomate, ulei, cașcaval) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>BISCUȚI CU IAURT „MISURA” 33g</b>	P=28,8 L= 24,1 G=100,88 Total calorii=731,41
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lactoză, ou, poate conține soia și fructe cu coaja lemnoasă	
VINERI 28.11.2025	<b>CIORBĂ A LA GREC CU PIEPT DE CURCAN 250ml/60g</b> (carne de curcan*, morcov, pătrunjel, țelină, smântână, ouă, orez, mărar, sare de lămâie) <b>MĂMĂLIĞĂ CU BRÂNZĂ DE VACI ȘI SMÂNTÂNĂ 100g/80g/20g</b> (mălai, branză de vaci, smântână, lapte, sare,) <b>PÂINE INTEGRALĂ 25g</b>	<b>BANANE 150g</b>	P=43,48 L= 23,73 G=82,17 Total calorii=715,03
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză		

\* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona Elena

ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

BUCĂȚAR

Reghian Emilia