

MENIUL SĂPTĂMÂNAL

DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 27.01.2025	CIORBĂ DE LĂȘCUȚE 250ml (carne de porc, morcov, pătrunjel, țelină, paste frunzulițe, ouă, smântână, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia, sare de lămâie) FRIPTURĂ DIN COTLET DE PORC LA CUPTOR 90g (carne de porc, ceapă, usturoi, morcov, pătrunjel, ardei, pastă de ardei, pastă tomate, bulion, ulei, sare, piper) PILAF OREZ 200g (orez, ceapă, morcov, ardei, ulei, sare, piper, bază pentru mâncăruri mirodenia) MURĂTURĂ DE SFECLĂ ROȘIE 50g (sfeclă roșie conservă) PÂINE INTEGRALA 50g	FRUCT 100g BATON CU CEREALE 25g	P=61,07 L=33,92 G=140,24 Total calorii= 1104,13
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MARȚI 28.01.2025	CIORBĂ ARDELENEASCĂ 250ml (carne pui*, morcov, pătrunjel, țelină, smântână, ouă, orez, sare de lămâie, tarhon) TOCĂNIȚĂ DE PORC CU MĂMĂLIGĂ 80g/150g/50g (carne de porc, ceapă, ardei, foi de dafin, sare, piper, făină, lapte, smântână) PÂINE INTEGRALA 25g	MINI RONDELE DIN OREZ CU GLAZURA DE CAPȘUNI SANOVITA 24G	P=58,49 L= 51,54 G=37,13 Total calorii= 858,56
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lupin, lactoză, soia	
MIERCURI 29.01.2025	SUPĂ DE VITĂ CU FIDEA 250ml (carne de vită*, morcov, pătrunjel, țelină, paste fidea, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia) PULPĂ DE PUI LA CUPTOR 90g (carne de pui, ceapă, ulei, ardei, usturoi, pastă tomate, sare, piper, boia de ardei) SPANAC ÎN SOS BECHAMEL 200g (spanac*, usturoi, făină, ulei, sare, lapte, piper, smântână, bază pentru mâncăruri mirodenia) PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150g	P=43,6 L= 34,1 G=10,,1,2 Total calorii= 883,55
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
JOI 30.01.2025	CIORBĂ DE CARTOFI 250ml (carne de porc, cartofi, morcov, pătrunjel, făină, țelină, foi de dafin, sare, sare de lămâie, smântână) RULADĂ DIN CARNE DIN CARNE TOCATA PORC 100g (carne de porc, ceapă, usturoi, ouă, ulei, sare, piper, cimbru) MAZĂRE SCĂZUTĂ CU SOS DE ROȘII 200g (mazăre, ceapă, ulei, făină, suc de roșii, pastă tomate, supă de carne, ardei, roșii decojite, sare, piper, mărar) PÂINE INTEGRALA 50g	BISCUȚI CU IAURT „ MISURA” 33g	P=32,47 L= 28,14 G=110,45 Total calorii= 806,46
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	soia, lupin gluten, lactoză, ou, poate contine soia si fructe cu coaja lemnoasa	
VINERI 31.01.2025	CIORBĂ A LA GREC CU PIEPT DE PUI 250ml/60g (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, smântână, ouă, orez, mărar, sare de lămâie, bază pentru mâncăruri mirodenia) CARTOFI FRANȚUZEȘTI 200g (cartofi, ouă, smântână, cașcaval, lapte, unt, sare, piper) MURĂTURĂ DE GOGOȘARI 50g (gogoșari conservă) PÂINE INTEGRALĂ 25g	BANANE 150g	P=78,5 L=41,42 G=104,44 Total calorii= 1098,09
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză		

*Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL
Dudaș Ramona ElenaADMINISTRATOR
Bordaș RodicaBUCĂTAR
Reghian Emilia