

DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 09.12.2024	CIORBĂ ȚĂRĂNEASCĂ 250ml (carne de pui*, morcov, pătrunjel, țelină, varză, conopidă, ardei, ceapă, cartofi, fasole galbenă*, mazăre, sare, piper) TOCĂNIȚĂ DE PORC 90g (carne de porc, ceapă, ardei, foi de dafin, sare, piper, făină, lapte, smântână) GARNITURĂ DE CUS CUS 200g (cus cus, ceapă, morcov, ardei, unt, sare, piper, bază pentru mâncăruri mirodenia) PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 150 g	P=66,5 L= 98,4 G=41,68 Total calorii= 1025,27
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		
MARȚI 10.12.2024	SUPĂ CREMĂ DE CONOPIDĂ CU CRUTOANE 250ml/25g (carne pui*, morcov, pătrunjel, țelină, conopidă*, cartofi, ceapă, ulei, sare, smântână, bază pentru mâncăruri mirodenia) COTLET DE PORC LA GRĂȚAR 90 g (carne de porc, ulei, sare, piper) OREZ SĂRBESC 200g (orez, ceapă, morcov, ardei, ulei, sare, unt, piper, bază pentru mâncăruri mirodenia) MURĂTURĂ DE GOGOȘARI 50g (gogoșari conservă) PÂINE INTEGRALĂ 25g	BANANE 150g	P=56,43 L= 20,57 G=213,77 Total calorii= 1267,99
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză,		
MIERCURI 11.12.2024	SUPĂ DE TĂIȚEI 250ml (carne de pui, morcov, pătrunjel, țelină, paste alfabet, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia) RASOL DE PUI 90g (carne de pui, ulei, zahar, foi de dafin, pastă tomate, suc de roșii, sare, făină, piper, boia de ardei) PIREU DE CARTOFI 200g (cartofi, lapte, unt, sare) PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 100g BATON CU CEREALE 25g	P=42,41 L= 33,59 G=98,52 Total calorii= 882,15
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	gluten, lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
JOI 12.12.2024	CIORBĂ DE LĂȘCUȚE 250ml (carne de porc, morcov, pătrunjel, țelină, paste frunzulițe, ouă, smântână, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia, sare de lămâie) VARZĂ A LA CLUJ CU CARNE DE PORC ȘI SMÂNTÂNĂ 130/80/10g (carne de porc, ceapă, bulion, pastă tomate, varză murată, orez, cimbru, smântână, ulei, sare, piper) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BISCUIȚI CU IAURT „ MISURA” 33g	P=29,55 L=29,67 G=56,68 Total calorii=903,43
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă	soia, lupin gluten, lactoză, ou, poate conține soia și fructe cu coaja lemnoasă	
VINERI 13.12.2024	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) MĂMĂLIGĂ CU BRÂNZĂ DE VACI ȘI SMÂNTÂNĂ 250g (mălai, branză de vaci, smântână, lapte, sare,) PÂINE INTEGRALĂ 25g	BISCUIȚI BELVITA 50 g	P=68,39 L=31,09 G=110,28 Total calorii= 1028,73
ALERGENI	gluten, țelină, ouă, lactoză	gluten, soia, lactoză, poate conține ou, arahide și varietati similare de nuci.	

* Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL

Dudaș Ramona Elena



ADMINISTRATOR

Bordaș Rodica

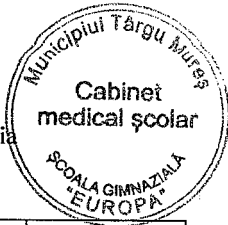


BUCĂȚAR

Reghian Emilia



MENIUL SĂPTĂMÂNAL



DATA	PRÂNZ	GUSTARE	TOTAL CALORII/ZI
LUNI 16.12.2024	CIORBĂ DE VARZĂ 250ml (carne de porc, varză, morcov, pătrunjel, făină, suc de roșii, țelină, mărar, sare, cimbru, smântână) RULADĂ DIN CARNE DIN CARNE TOCATA PORC 100g (carne de porc, ceapă, usturoi, ouă, ulei, sare, piper, cimbru) OREZ CU LEGUME 200g (orez, mazăre, moecov cub*, ardei, unt, sare, piper, ceapă) MURĂTURĂ DE ARDEI COPT 50g (ardei copt conservă) PÂINE INTEGRALĂ 50g	FRUCT 100g BATON CU CEREALE 25g	P=31,46 L= 108,6 G=30,76 Total calorii= 826,15
ALERGENI	gluten, țelină, , lactoză, ouă	gluten,lactoză, soia, poate conține și varietăți de nuci	
MARȚI 17.12.2024	CIORBĂ DE TARHON 250ml (carne de porc, morcov, pătrunjel, țelină, orez, ouă, smântână, sare, bază pentru mâncăruri mirodenia, sare de lămâie) FRIPTURĂ DIN PULPĂ DE PORC ÎNĂBUȘITĂ 90g (carne de porc, ceapă, bulion, pastă tomate, roșii decojite, ardei, usturoi, ulei, sare, piper) CARTOFI WEDGES LA CUPTOR 150g (cartofi wedges*, sare) MURĂTURĂ DE CASTRAVEȚI 50g (castraveți conservă) PÂINE INTEGRALĂ 50g	BANANE 150 g	P=52,12 L= 118,32 G=27,81 Total calorii= 985,88
ALERGENI	gluten, țelină, lactoză, ouă		

*Din materie primă congelată

ASISTENT MEDICAL PRINCIPAL
Dudaș Ramona Elena

ADMINISTRATOR
Bordaș Rodica

BUCĂȚAR
Reghian Emilia