

PLAN MENIU SAPTAMANAL

MANAGER,
EC. CARAPCEA CIPRIAN



	LUNI 20.11.2023	MARTI 21.11.2023	MIERCURI 22.11.2023	JOI 23.11.2023	VINERI 24.11.2023	SAMBĂTA 25.11.2023	DUMINICA 26.11.2023
MIC DEJUN Normal + Regim	Ceai 250ml Unt 20g Gem 20g Omleta (N) 100g Ou fiert (R) 60g Cascaval 50g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Crema ciocolata 19g Chec aperitiv (N) 100g Sunca praga (R) 50g Cascaval (R) 50g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Muschi iiganesc 50g Ou posat 60g Branza topita 2 buc Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 19g Salam Sibiu (N) 50g Sunca Praga (R) 50g Iaurt 140g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Crema ciocolata 19g Branza topita 2 buc Sunca curcan 50g Ou fiert (R) 60g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Omleta cu sunca (N) 100g Ou fiert (R) 60g Sunca praga (R) 50g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 15g Sunca Praga 50g Cascaval 50g Iaurt 140g Paine 70g
PRANZ	Ciorba de rosii cu pui 300ml Paste Bolognese 200g Paine 50g Chec 50g	Ciorba de perisoare 300ml Ostropel de pui cu mamaliga 120/200g Paine 50g Rulada cu ciocolata 50g	Ciorba de fasole pastai cu afumatura 300ml Rulada de porc cu orez sarbesc 200g Ardei copti 100g Paine 50g Foietaj cu gem 50g	Ciorba de pui a la grec 300ml Pulpe de pui dezosate la cuptor cu cartofi taranesti 120/200g Sfecla rosie 100g Paine 50g Pandisipan cu fructe 50g	Ciorba de cartofi cu afumatura 300ml Tocanita de pipote si inimi cu mamaliga 150/200g Castraveti murati 100g Paine 50g Rulada cu gem 50g	Supa de pui cu taietei 300ml Mancare de mazare cu carne de pui 150/200g Paine 70g Claitie cu miere si nuca 60g	Ciorba de pui radauteana 300ml Tocanita de cartofi cu pui 200/120g Paine 50g Foietaj cu mere 60g
Regim+DZ	Supa de pui 300ml Pulpe de pui la cuptor cu fasole verde sote 120/170g Paine 50g	Ciorba de pui 300ml Rasol porc cu cartofi natur 100/150g Paine 50g	Ciorba de fasole pastai cu pui 300ml Pulpe de pui dezosate la cuptor cu orez 120/170g Paine 50g	Supa de pui cu taietei 300ml Rasol pui cu legume sote 100/150g Paine 50g	Ciorba de pui cu fasole pastai 300ml Piept de pui la cuptor cu cartofi natur 120/170g Paine 50g	Supa de pui cu taietei 300ml Rasol pui cu legume 100/120g Paine 50g	Ciorba de pui 300ml Rasol de porc cu orez 100/120g Paine 50g
CINA Normal+Regim	Placinta cu branza 200g (N) Budinca de gris 170g (R) Paste cu branza 150/100g (DZ) Ceai 250ml	Salata de vinete (N) Piept de pui la cuptor cu fasole verde sote 120/170g (R) Paine 50g Ceai 250 ml	Budinca de macaroane cu branza de vaci si stafide 200g (N) Legume sote cu cotlet de porc la cuptor 170/120g (R) Paine 70g Ceai 250ml	Broccoli si conopida gratinate 200g (N) Paste cu branza 100/80g (R) Paine 70g Ceai 250ml	Ciorba de pui cu fasole pastai 300ml Piept de pui la cuptor cu cartofi natur 120/170g Paine 50g	Mamaliga cu branza de vaci si smantana 150/80/50g (N) Pulpe de pui la cuptor cu piure de spanac 120/170g (R) Ceai 250ml Paine 70g	Pizza 200g (N) Pulpe de pui dezosate la cuptor cu morcovi baby 120/150g (R) Paine 70g Ceai 250ml
Supliment mame ora 10/16	Napolitana 75g Compot 200ml	Iaurt 140g Prajitura casei 60g	Eugenia 1 buc Mar 150g	Napolitana 75g Eugenia 1 buc	Mar 150g Prajitura casei 60g	Eugenia 1 buc Compot 200ml	Napolitana 75g Eugenia 1 buc
Supliment DZ ora 10/16	Iaurt 140g Mar 150g	Iaurt 140g Mar 150g	Mar 15 Iaurt 140g	Iaurt 140g Mar 150g	Mar 150g Iaurt 140g	Iaurt 140g Mar 150g	Iaurt 140g Mar 150g

Nota - Va comunicam ca aveti acces la dieta personalizata in functie de practicile religioase

BUCATARI:

Nistor Georgeta
Handrea Danuta
Reiegan Camelia

INTOCMIT:
DIETETICIAN:
Trimbilas Andreea
Nistor Andreea