

NR. 7182/11.07.2024

PLAN MENIU SAPTAMANAL

MENIU	LUNI 15.07.2024	MARTI 16.07.2024	MIERCURI 17.07.2024	JOI 18.07.2024	VINERI 19.07.2024	SAMBATA 20.07.2024	DUMINICA 21.07.2024
MIC DEJUN <i>Normal + Regim</i>	Ceai 250ml Unt 20g Gem 20g Ou fierit 60g Branza topita 2 buc Salam Sibiu (N) 50g Sunca Praga (R) 50g Rosii 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Crema ciocolata 19g Ou ochi la cuptor 60g Jambon curcan 50g Cascaval 50g Iaurt grecesc 140g Castraveti 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Muschi tiganesc 50g Ou posat 60g Branza topita 2 buc Ardei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 20g Salam (N) 50g Sunca Praga (R) 50g Cascaval 50g Iaurt 140g Rosii 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Crema ciocolata 19g Branza topita (R) 2 buc Jambon curcan 50g Ou fierit 60g Branza telemea (N) 50g Castraveti 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Ou ochi (N) 60g Ou fierit (R) 60g Sunca Praga 50g Cascaval 50g Ardei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 20g Muschi tiganesc 50g Cascaval 50g Branza topita 1 buc Iaurt de baut 330ml Rosii 100g Paine 70g
PRANZ	Ciorba taraneasca de pui 300ml Ficatei de pui cu sos de rosii si piure de cartofi 150/200g Sfecla rosie 100g	Supa de pui cu taietei 300ml Friptura de curcan cu orez sarbesc 150/200g Gogosari 100g Paine 50g	Ciorba de salata cu afumatura 300ml Piept de pui la gratar cu cartofi la cuptor cu rozmarin 150/200g Castraveti murati 100g	Ciorba ardeleneasca de pui 300ml Ghiveci de legume cu carne de porc 250/120g Paine 50g	Ciorba de perisoare cu smantana 300ml Friptura de porc cu cartofi natur 150/200g Sfecla rosie 100g Paine 50g	Ciorba de cartofi cu afumatura 300ml Tocanita de pipote si inimi cu mamaliga 150/200g Castraveti murati 100g Paine 50g	Ciorba de pui a la grec 300ml Mancare de mazzare cu carne de porc 200/150g Paine 50g
Normal	<i>Salam de biscuitii 50g</i>	<i>Foietaj cu ciocolata 50g</i>	<i>Bomboane cu cocos 50g</i>	<i>Pandispan cu fructe 50g</i>	<i>Clatite cu ciocolata 50g</i>	<i>Melc cu nuca 60g</i>	<i>Branzoaica 60g</i>
Regim+DZ	Ciorba taraneasca de pui 300ml Ficatei de pui cu sos de rosii si piure de cartofi 150/200g Paine 50g	Supa de pui cu taietei 300ml Friptura de curcan cu orez sarbesc 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui 300ml Piept de pui la gratar cu cartofi la cuptor 150/200g Paine 50g	Ciorba ardeleneasca de pui 300ml Ghiveci de legume cu carne de porc 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui 300ml Friptura de porc cu cartofi natur 150/200g Paine 50g	Supa de pui cu taietei 300ml Pulpe de pui dezosate la cuptor cu morcovi baby 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui 300ml Cotlet de porc la cuptor cu legume sotate 150/250g Paine 50g
CINA Normal+Regim	Pizza 300g (N) Friptura de pui cu fasole verde sote 150/200g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml	Salata de vinete 300g (N) Salata de rosii 100g (N) Paste cu branza de vaci 200/100g (R) Ceai 250 ml	Broccoli si conopida gratinate 300g (N) Friptura de pui cu legume sotate 150/200g (R) Ceai 250ml Paine 70g	Bulz cu branza de burduf, smantana si cabanos 200/100/30/50g (N) Piure de spanac cu pulpe de pui dezosate la cuptor 300/150g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Dovlecei gratinati la cuptor 300g (N) Piept de pui cu dovlecei sote 150/250g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Budinca de macaroane cu branza de vaci si stafide 300g (N) Pui la tava cu cartofi sote 150/200g (R) Ceai 250ml Paine 70g	Mamaliga in stratari cu branza de burduf, smantana si kaizer 200/100/30/50g (N) Friptura de pui cu orez sarbesc 150/200g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml
Supliment mame ora 10/16	Iaurt 140g Napolitana 60g	Prajitura casei 60g Nectarina 100g	Iaurt cu cereale 140g Napolitana 60g	Suc de portocale 200ml Mar 200g	Cottage cheese 100g Banana 150g	Eugenia 1 buc Compot 200ml	Prajitura casei 60g Suc de portocale 200ml
Supliment DZ ora 10/16	Iaurt 140g Mar 150g	Iaurt 140g Mar 150g	Mar 150g Iaurt 140g	Mar 150g Iaurt 140g	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
Retegan Camelia
Gordas Luminita
Bujor Ciprian

VIZAT:

Dir. Medical,
Apostu Perina
Dir. Fin. Cont. Ec.

Mocan Lavinia

Nistor Andreea

INTOCMIT:
DIETETICIAN:
Trimbabas Andreea
Nistor Andreea



MANAGER,
EC. CARAPCEA CIPRIAN