

NR. 9891 / 26.09.2024

PLAN MENIU SAPTAMANAL

MANAGER,
EC. CARAPCEA CIBRIAN



MENIU	LUNI 30.09.2024	MARTI 01.10.2024	MIERCURI 02.10.2024	JOI 03.10.2024	VINERI 04.10.2024	SAMBATA 05.10.2024	DUMINICA 06.10.2024
MIC DE JUN <i>Normal + Regim</i>	Ceai 250ml Unt 20g Gem 20g Ou fiert 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 cupror 60g Jambon curcan 50g Cascaval 50g Laurt grecesc 140g Castravei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Muschii 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 Laurt 140g Rosii 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Crema ciocolata 19g Branza topita (R) 2 buc Jambon curcan 50g Ou in paine 80g Branza telemea (N) 50g Castravei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Ou ochi (N) 60g Ou fiert (R) 60g Sunca Praga 50g Branza mozzarella 125g Ardei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 15g Muschii tiganesc 60g Branza topita 60g Laurt de baut 50g Rosii 330ml Paine 100g Paine 70g
PRANZ	Ciorba de pui a la grec 300ml Tocanita de cartofi cu carne de porc 250/150g Paine 50g	Ciorba de vacuta 300ml Ciulama de pui cu mamaliga 150/250g Ciocolata de casa 50g	Ciorba ardelenasca de porc 300ml Filet de pastrav pane cu legume sotate 150/250g Prajitura cu ness 50g	Ciorba de dovlecei cu pui 300ml Cotlet de porc la gratar cu orez sarbesc 150/250g Paine 50g	Ciorba de varza cu afumatura si smantana 300ml Ostropel de pui cu mamaliga 150/200g Paine 50g	Supa de vacuta cu taietei 300ml Cascaval pane cu cartofi natur 150/200g Salata de ardei copiti 100g Paine 50g	Ciorba de perisoare cu smantana 300ml Pulpe de pui dezosata la gratar cu legume sotate 150/200g Paine 50g
Normal	Salam de biscuiti 50g			Chac cu cacao 50g	Negresa 50g	Strudel cu mere 60g	Melc cu nuca 60g
Regim+DZ	Ciorba de pui cu legume 300ml Pulpe de pui la cuplor cu cartofi natur 150/250g Paine 50g	Ciorba de vacuta 300ml Paste cu pui 200/150g Paine 50g	Ciorba ardelenasca de porc 300ml Filet de pastrav la cuplor cu legume sotate 150/200g Paine 50g	Ciorba de dovlecei cu pui 300ml Cotlet de porc la cuplor cu orez sarbesc 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui cu legume 300ml Friptura de pui cu piure de cartofi 150/200g Paine 50g	Supa de vacuta cu taietei 300ml Pulpe de pui la tava cu orez cu legume 150/200g Paine 50g	Ciorba de rosii cu pui 300ml Pulpe de pui dezosata la gratar cu legume sotate 150/200g Paine 50g
CINA Normal+Regim	Placinta cu spanac 300g (N) Piure de spanac cu cotlet de porc la gratar 250/150g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml	Bulz cu branza de burduf, smantana si cabanos 200/100/50/100g (N) Piept de pui la cuplor cu orez sarbesc 150/200g (R) Ceai 250 ml	Placinta cu ciuperci si cascaval 300g (N) Cotlet de porc la tava cu morcovi baby sote 150/200g (R) Ceai 250ml Paine 70g	Pizza 200g (N) Pulpe de pui la cuplor cu fasole verde sote 150/200g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Salata de vinete 200g (N) Salata de rosii 100g (N) Cotlet de porc la tava cu legume sotate 150/200g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Mamaliga in stratuni cu branza de burduf, smantana si kaizer 200/100/30/50g (N) Friptura de porc cu morcovi baby sote 150/200g (R) Ceai 250ml	Budinca de macaroane cu branza de vaci si stafide 300g (N) Paste cu branza de vaci 250g (R) Ceai 250ml Paine 70g
Supliment mame ora 10/16	Laurt 140g Napolitana 60g	Prajitura casei 60g Nectarina 100g	Laurt cu cereale 140g Para 150g	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	Laurt 140g Mar 150g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt 140g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt 140g Mar 150g

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

BUCATARI:

VIZAT:
Dir. Medical,
Apostu Petrina
Dir. Fin. Cont. Ec. Moșan Laviana

Nistor Georgeta
Reșegan Camelia
Gordas Luminita
Bujor Ciprian

INTOCNIT:
DIETETICIAN:
Trimbias Andreea
Nisior Andreea