



SPITALUL CLINIC DE OBSTETRICĂ-GINECOLOGIE BRAȘOV

PLAN MENIU SAPTAMANAL

MENIU	LUNI 02.12.2024	MARTI 03.12.2024	MIERCURI 04.12.2024	JOI 05.12.2024	VINERI 06.12.2024	SAMBATA 07.12.2024	DUMINICA 08.12.2024
<b>MIC DEJUN</b> <i>Normal + Regim</i>	Ceai 250ml Unt 20g Gem 20g Ou fiert 60g Branza topita 2 buc 50g 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 Muschii tiganesc 50g Ou posat 60g Branza topita 2 buc 50g Ardei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 19g 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 50g Jambon curcan 60g Ou in paine 50g Branza telemea (N) 50g Castraveti 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Miere 15g Ou ochi (N) 60g Ou fiert (R) 60g Sunca Praga 50g Branza mozzarella 100g Ardei 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 20g Gem 15g Muschii tiganesc 50g Cascaval 50g Iaurt de baut 330ml Rosii 100g Paine 70g
<b>PRANZ</b>	Ciorba de fasole pastai cu afumatura. 300ml Tocanita de ficatet cu mamaliga 150/250g Castraveti murati 100g	Ciorba radauteana de pui 300ml Antricot de vita cu orez sarbesc 300g Paine 50g	Ciorba ardeleneasca de porc 300ml Mancare de mazarare cu piept de pui 200/150g	Supa de pui cu taietei 300ml Lasagna 250g Paine 50g	Ciorba de cartofi cu afumatura 300ml Pulpe de pui dezossate la cuptor cu legume sotate 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui a la grec 300ml Gulas de vita 300g Castraveti murati 100g Paine 50g	Ciorba de rosii cu pui si taietei 300ml Piept de curcan cu orez cu ciuperci 150/200g Sfecla rosie 100g Paine 50g
<b>Normal</b>	<i>Ciocolata de casa 50g</i>	<i>Salam de biscuitii 50g</i>	<i>Rulada cu ciocolata 50g</i>	<i>Prajitura cu lamaie 60g</i>	<i>Pandispan cu fructe 50g</i>	<i>Melc cu nuca 60g</i>	<i>Branzoaica 60g</i>
<b>Regim+DZ</b>	Ciorba de fasole pastai cu pui 300ml Ficatel de pui la cuptor cu orez 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui cu legume 300ml Pulpe de pui dezossate la gratar cu fasole verde sote 150/200g Paine 50g	Ciorba ardeleneasca de porc 300ml Piept de pui la tava cu piure de spanac 150/200g Paine 50g	Supa de pui cu taietei 300ml Rasol de vita cu orez 150/200g Paine 50g	Ciorba de cartofi cu pui 300ml Pulpe de pui dezossate la cuptor cu legume sotate 150/200g Paine 50g	Ciorba de pui cu legume 300ml Rasol de vita cu piure de cartofi. 150/200g Paine 50g	Ciorba de rosii cu pui si taietei 300ml Piept de curcan cu orez cu legume 150/200g Paine 50g
<b>CINA</b> <i>Normal+Regim</i>	Pizza 300g (N) Piept de pui la cuptor cu morcovi baby sote 150/200g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml	Cartofi gratinati la cuptor 300g (N) Friptura de porc cu cartofi la cuptor 150/200g (R) Ceai 250 ml	Mamaliga in straturi cu branza de burduf, smantana si cabanos 200/100/30/50g (N) Budinca de gris 250g (R) Ceai 250ml Paine 70g	Salata de vinete 250g (N) Salata de rosii 100g (N) Piept de pui la cuptor cu morcovi baby sote 150/200g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Budinca de macaroane cu branza de vaci si stafide 300g (N) Paste cu branza de vaci 200/100g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Bulz cu branza de burduf, smantana si kaizer 200/100/30/50g (N) Friptura de porc cu orez 150/200g (R) Ceai 250ml	Broccoli si conopida gratinate 300g (N) Pulpe de pui dezossate la cuptor cu fasole verde sote 150/200g (R) Ceai 250ml Paine 70g
<b>Supliment</b> <b>mame ora 10/16</b>	Iaurt 140g Napolitana 60g	Prajitura casei 60g Nectarina 100g	Iaurt 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
<b>Supliment DZ</b> <b>ora 10/16</b>	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  
Relegan Camelia  
Gordas Luminita  
Bujor Ciprian

INTOCMIT:  
DIETETICIAN:  
Ghetau Andreea  
Nistor Andreea

202  
Nistor