

PLAN MENIU SAPTAMANAL

MANAGER,
 EC. CARAPCEA CIPRIAN



MENIU	LUNI 10.03.2025	MARTI 11.03.2025	MERCURI 12.03.2025	JOI 13.03.2025	VINERI 14.03.2025	SAMBATA 15.03.2025	DUMINICA 16.03.2025	
MIC DEJUN	Ceai 250ml Unt 16g Gem 20g Ou fierit 50g Branza topita 35g Salam Sibiu (N) 50g Sunca pui (R) 50g Ardei kapia 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 8g Crema Philadelpia 16g Crema ciocolata 19g Ou ochi la cuplor 50g Sunca de curcan 50g Cascaval 50g Castraveți 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 8g Miere 15g Muschi file 50g Ou postat 50g Branza topita 35g Laurt nearonat 140g Rosit 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 8g Crema Philadelpia 16g Ou fierit 50g Salam Sibiu (N) 50g Sunca pui (R) 50g Cascaval 50g Ardei kapia 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 16g Crema ciocolata 19g Branza topita (R) 35g Sunca de curcan 50g Ou ochi la cuplor 50g Branza telemea (N) 50g Castraveți 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 8g Crema Philadelpia 16g Miere 15g Muschi file 50g Ou fierit 50g Sunca de pui 50g Cascaval 50g Rosit 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 8g Gem 20g Muschi file 50g Branza topita 35g Ou ochi la cuplor 50g Ardei kapia 100g Paine 70g	Ceai 250ml Unt 16g Gem 20g Muschi file 50g Branza topita 35g Ou ochi la cuplor 50g Ardei kapia 100g Paine 70g
Normal + Regim								
PRANZ	Ciorba de roșii cu pui și tațetei 300ml Tocanita de cartofi cu carne de porc 200/120g Castraveți murati 100g Paine 50g	Bors moldovenesc cu carne de porc 300ml Pulpe de pui dezosate la cuplor cu orez cu ciuperci 120/200g Gogosani 100g Paine 50g	Ciorba taranescă de pui 300ml Paste carbonara 250g Paine 50g	Supă de pui cu tațetei 300ml Piept de curcan la cuplor cu piure de cartofi 120/200g Salată de sfeclă roșie 100g Paine 50g Negreșca 60g	Ciorba ardelenească de porc cu smântână 300ml Ceață de porc la grătar cu legume mexicane 120/250g Paine 50g	Ciorba de cartofi cu afumatură 300ml Paste cu pui, smântână și cascaval 300g Paine 50g	Ciorba de perișoare cu smântână 300ml Cascaval pane cu cartofi la cuplor 120/200g Castraveți murati 100g Paine 50g	
Regim+DZ	<i>Prăjitura cu ciocolată 60g</i>	<i>Fotetați cu gem 60g</i>	<i>Clătite cu ciocolată 60g</i>	<i>Fotetați cu ciocolată 50g</i>	<i>Fotetați cu fructe 60g</i>	<i>Pandispan cu fructe 60g</i>	<i>Fotetați cu mere 60g</i>	
CINA	Ciorba de roșii cu pui și tațetei 300ml Eriștura de porc cu cartofi natur 120/200g Paine 50g	Ciorba de legume cu carne de porc 300ml Pulpe de pui la cuplor cu orez 120/200g Paine 50g	Salată orientală 300g (N) Cotlet de porc la grătar cu fasole verde sose 120/200g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml	Supă de pui cu tațetei 300ml Piept de curcan cu piure de cartofi 120/200g Paine 50g	Ciorba ardelenească de porc 300ml Piept de pui la cuplor cu legume sose 120/200g Paine 50g	Ciorba de cartofi cu pui 300ml Paste cu pui 200/100g Paine 50g	Ciorba de pui 300ml Piept de pui la cuplor cu fasole verde sose 120/200g Paine 50g	
Normal+Regim	Budincă de macaroane cu branza de vaci și stafide 300g (N) Paste cu branza de vaci 200/100g (R) Ceai 250ml	Salată de vinete cu roșii 200/100g (N) Cotlet de porc la grătar cu fasole verde sose 120/200g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml	Salată orientală 300g (N) Pulpe de pui dezosate la grătar cu legume sose 120/200g (R) Paine 50g (R) Ceai 250ml	Broccoli și comopida grătară 300g (N) Eriștura de porc cu legume sose 120/200g (R) Ceai 250 ml Paine 50g	Paste cu nucă și pesmet 250g (N) Pulpe de pui dezosate la țava cu cartofi la cuplor 120/200g (R) Paine 50g Ceai 250ml	Bulz cu branza de burduf, smântână și kaizer 200/100/50g (N) Cotlet de porc la cuplor cu legume sose 120/200g (R) Ceai 250ml Paine 50g (R)	Plăcintă cu branza 300g (N) Pulpe de pui dezosate la cuplor cu legume sose 120/200g (R) Ceai 250ml Paine 70g	
Supliment manne ora 10/16	Laurt 140g Napolitana 60g	Laurt de baut 200 ml Sue portocale 200ml	Prăjitura casei 60g Mar copt cu nucă 150g	Sana 200ml Biscuiti eugenia 70g	Cottage cheese 100g Banana 150g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt grecesc 140g Compot 250ml	
Supliment DZ ora 10/16	Laurt 140g Mar 150g	Laurt de baut 200ml Mar 150g	Laurt 140g Mar copt 150g	Sana 200ml Mar 150g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt 140g Mar 150g	Laurt grecesc 140g Mar 150g	

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

VIZAT:
 Dir.Medicinal,
 Apusiu Petruța
 Dir.Fin Cont Ec.Medicin Laborator

BUCĂTĂRI:
 Nisior Georgiana
 Relegian Camelia
 Gordas Luminita
 Bajdor Ciprian

INTOCMIT:
 DIETETICIAN:
 Ghelciu Andreea
 Nisior Andreea