

MENIUL ZILNIC
pentru perioada 06-12.10.2025

LUNI 06.10.2025



COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g., gem-20g., pateu-100g., br. dulce-100g. Paine-70g.-3 felii	530,20 170,60
Prânz	Supa taitei	125,00
	Mancare de cartofi-200g. cu carne porc-150g. + gogosari acri	376,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Mere	88,50
Seara	Mix legume-250g. cu carne pui-120g. Budinca de gris Paine-70g.-3 felii	693,02 170,60
Total calorii		2495,12

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2495,12

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g., gem-20g., pateu-100g., br. dulce-100g. Paine-70g.-3 felii	550,20 170,60
Prânz	Supa taitei	125,00
	Rasol carne pui-120g. cu cartofi natur-200g.	458,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Mere	88,50
	Mix legume-250g. cu carne pui-120g. Budinca de gris Paine-70g.-3 felii	693,02 170,60
Seara		
Total calorii		2597,12

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g. pateu-100g., br. dulce-100g. Paine-60g.-2 felii	414,20 146,40
Ora 10:00	Br. topita-2 buc., salam-40g. + sote fasole verde-200g.	147,80
Prânz	Supa taitei	125,00
	Mancare de cartofi-200g. cu carne porc-130g. + gogosari acri	341,00
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Mere	88,50
Ora 16:00	Br. telemea-100g. + unt-20g. Paine-30g.-1 felie	370,80 73,00
Seara	Mix legume-250g. cu carne pui-120g. Lapte-250ml. Paine-30g.-1 felie	648,42 73,00
Total calorii		2501,12

MARTI 07.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.topita-2buc.,gem-20g.,unt-20g.,crenvursti polonezi-150g. Paine-70g.	800,60 170,60
Prânz	Ciorba fasole verde cu iaurt-30g.	120,80
	Friptura carne porc-200g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+castraveti acri	750,30
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel branza	342,80
Seara	Tocanita de pui-150g.cu mamaliguta-200g. laurt-200g. Paine-70g.-3felii	326,57 170,60
Total calorii		3023,47

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		3023,47

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.topita-2buc.,gem-40g.,unt-20g.,crenvursti polonezi-150g. Paine-70g.	800,60 170,60
Prânz	Ciorba fasole verde cu iaurt-30g.	120,80
	Rasol carne pui-120g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)	662,50
	Paine140g.-36felii	341,20
	Strudel branza	342,80
Seara	Sote fasole verde-200g.cu piept pui-150g. laurt-200g. Paine-70g.-3 felii	326,57 170,60
Total calorii		2625,67

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.topita-2buc.,unt-20g.,crenvursti polonezi-150g. Paine-60g.	796,60 146,40
Ora 10:00	Sunca praga-100g.+br.dulce-100g.+mix legume-250g.	268,40
Prânz	Ciorba fasole verde cu iaurt-30g.	120,80
	Friptura carne porc-200g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+castraveti acri	750,30
	Paine-30g.-1felie	73,00
	laurt-200g.	86,80
Ora 16:00	Salata fasole rosie-200g+br.telemea-100g.+napolitane dietetice	561,75
Seara	Tocanita de pui-150g.cu mamaliguta-200g. laurt-200g. Paine-30g.-1felie	326,57 73,00
Total calorii		3203,62

MIERCURI 08.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,unt-20g.,gem-20g.,cascaval-100g.,salam-40g.	705,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba perisoare	462,50
	Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.salata varza	441,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel fructe	323,80
Seara	Mamaliguta cu branza-100g.,smantana-100g.si ochi romanesc-1buc.	507,60
	Iaurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		3122,23

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		3122,23

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,unt-20g.,gem-20g.,cascaval-100g.,pateu-50g.	671,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba din carne pui-100g.	304,00
	Pilaf-200g.cu carne pui-120g.	365,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel fructe	323,80
Seara	Cartofi-200g.cu branza-100g.si ochi romanesc-1buc.	507,60
	Iaurt-200g.	170,60
	Paine -70g.-3 felii	
Total calorii		2854,30

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,unt-20g.,cascaval-100g.,salam-40g.	457,17
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Br.topita-2buc.+sunca praga-100g.+Iaurt-1buc.	306,40
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Prânz	Ciorba perisoare	462,50
	Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.salata varza	441,00
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Napolitane dietetice	90,20
Ora 16:00	Snitel porc-150g.+sote fasole verde-200g.	296,25
Seara	Mamaliguta cu branza-100g.,smantana-100g.si ochi romanesc-1buc.	507,60
	Iaurt-200g.	73,00
	Paine-30g.-1 felie	
Total calorii		2926,52

JOI 09.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvurști polonezi-150g.,br.dulce-100g.,unt-20g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	788,20 170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.radauteana	275,43
	Iahnie fasole cu carne porc-150g.+gogosari acri	443,20
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Compot piersici	153,20
Seara	Spaghete milaneze(sunca praga-50g.,cascaval-50g.) Iuart-200g. Paine-70g.-3 felii	536,90 170,60
Total calorii		2879,33

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2879,33

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvurști polonezi-150g.,br.dulce-100g.,unt-20g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	788,20 170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.radauteana	275,43
	Sote fasole verde-200g.cu carne pui-120g.	248,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Compot piersici	153,20
Seara	Spaghete milaneze(sunca praga-50g.,cascaval-50g.) Iaurt-200g. Paine-70g.3felii	536,90 170,60
Total calorii		2671773

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvurști polonezi-150g.,br.dulce-100g.,unt-20g. Paine-60g.-2 felii	672,20 146,40
Ora 10:00	Pate pui-100g.+br.telemea-100g.	325,30
Pranz	Ciorba de pui-100g.radauteana	275,43
	Mancare de fasole verde-200g.cu carne porc-150g.	222,60
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Compot mere	90,80
Ora 16:00	Carne pui-120g.+mix legume-250g. Paine-30g.-1felie	241,25 73,00
Seara	Spaghete milaneze(sunca praga-50g.,cascaval-50g.) Iaurt-200g. Paine-30g.-1 felie	536,90 73,00
Total calorii		2729,88

VINERI 10.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,ou fiert-1buc.,cascaval-100g.,unt-20g.,gem-20g. Paine-70g.-3felii	655,00 170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.si rosii	355,60
	Musaca de cartofi-200g.cu carne-150g.+gogosari acri	354,50
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Eugenia	133,20
Seara	Budinca de spaghetti-200g.cu branza-70g. Cacao cu lapte-250ml. Paine-70g.-3felii	638,05 170,60
Total calorii		2818,75

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2818,75

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,ou fiert-1buc.,cascaval-100g.,unt-20g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	655,00 170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.si rosii	355,60
	Rasol carne pui-120g.cu cartofi natur-200g.	407,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Eugenia	133,20
Seara	Budinca de spaghetti-200g.cu branza-70g. Cacao cu lapte-250ml. Paine-70g.-3felii	638,05 170,60
Total calorii		2711,25

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,ou fiert-1buc.,cascaval-100g.,unt-20g. Paine-60g.-2 felii	539,00 146,40
Ora 10:00	Br.topita-2buc.+salam-80g.	445,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.si rosii	355,60
	Musaca de cartofi-200g.cu carne-150g.+gogosari acri	354,50
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Napolitane dietetice	90,20
Ora 16:00	Br.telemea-100g.+unt-20g. Paine-30g.-1 felie	370,80 73,00
Seara	Budinca de spaghetti-200g.cu branza-70g. Lapte-250ml. Paine-30g.-1felie	577,50 73,00
Total calorii		3098,60

SAMBATA 11.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-100g.,unt-20g.,gem-20g.	523,20
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba cu carne porc-100g.a la greque	338,70
	Friptura carne pui-120g.cu piure de cartofi+salata varza	434,50
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Napolitane cacao	151,00
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,iaurt-200g.,pateu-100g.,eugenia-1buc.	584,60
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2714,08

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2714,08

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,pate pui-50g.,br.dulce-100g.,unt-20g.,gem-20g.	451,70
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba cu carne pui-100g.a la greque	327,20
	Rasol carne pui-120g.cu piure de cartofi	356,50
	Paine-140g.-6 felii	170,60
	Napolitane cacao	151,00
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,iaurt-200g.,pateu-100g.,eugenia-1buc.	604,60
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2402,80

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-100g.,unt-20g.	407,20
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Snitel porc-150g.+sote fasole verde-200g.	286,50
Prânz	Ciorba cu carne porc-100g.a la greque	338,70
	Friptura carne pui-120g.cu piure de cartofi+salata varza	434,50
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	laurt-200g.	86,80
Ora 16:00	Br.topita-2buc.+napolitane dietetice	195,80
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,iaurt-200g.,pateu-100g.,napolitane dietetice	541,60
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Total calorii		2583,50

DUMINICA 12.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvurști polonezi-150g.,cascaval-50g.,unt-20g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	832,05 170,60
Prânz	Ciorba de cartofi cu smantana-20g. Tochitura carne porc-200g.cu mamaliguta+castraveti acri Paine-70g.-3 felii Mere	195,18 780,20 170,60 88,50
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,napolitane cacaco-1buc. Paine-70g.-3 felii	497,68 170,60
Total calorii		2905,41

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2905,41

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,cascaval-50g.,unt-20g.,gem-20g.,crenvurști polonezi-150g. Paine-70g.-3 felii	832,05 170,60
Prânz	Ciorba legume Pilaf-200g.cu carne pui-120g. Paine-70g.-3 felii Mere	169,90 393,00 170,60 88,50
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,napolitane cacaco-1buc. Paine-70g.-3 felii	497,68 170,60
Total calorii		2492,93

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvurști polonezi-150g.,cascaval-50g.,unt-20g. Paine-60g.-2 felii	716,50 146,40
Ora 10:00	Crenvurști polonezi-150g.+br.dulce-100g. Paine-30g.-1 felie	528,20 73,00
Prânz	Ciorba legume Tochitura carne porc-200g.cu mamaliguta+castraveti acri Paine-30g.-1 felie Mere	169,90 780,20 73,00 88,50
Ora 16:00	Br.topita-2buc.+iaurt-200g.	192,40
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,br.fagaras-1buc.,napolitane dietetice Paine-30g.-1 felie	436,88 73,00
Total calorii		3277,98

VERIFICAT:

DR. SOLOMON IONEL



INTOCMIT

AS.DIETETICIAN

DANIELA LUCA

