

**MENIUL ZILNIC**

pentru perioada 08-14.12.2025

LUNI 08.12.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., pateu-100g., br. dulce-100g., gem-20g.	751,86
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu fidea	297,65
	Mancare de mazare-200g. cu carne pui-120g.	304,80
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Eugenia	133,20
Seara	Salata orientala(masline-20g., cartofi-200g., morcovi-20g., ceapa-20g., telina-10g., ulei-10ml., ou fiert 1/4buc.)+crenworsti polonezi-150g.	857,90
	Compot piersici	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2842,41

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2842,41

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., pateu-100g., br. dulce-100g., gem-20g.	751,86
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu fidea	297,65
	Sote fasole verde-200g. cu carne pui-120g.	299,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Eugenia	133,20
Seara	Salata orientala(masline-20g., cartofi-200g., morcovi-20g., ceapa-20g., telina-10g., ulei-10ml., ou fiert 1/4buc.)+crenworsti polonezi-150g.	791,50
	Compot piersici	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		3023,01

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g., pateu-100g., br. dulce-100g.	624,46
	Pine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Br. telemea-100g.+salata fasole rosie	470,95
Prânz	Ciorba taraneasca cu fidea	297,65
	Mancare de fasole verde-200g. cu carne pui-120g.	304,60
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Napolitana dietetica	90,20
Ora 16:00	Snitel pui-150g.+mix legume-250g.	320,25
Seara	Salata orientala(masline-20g., cartofi-200g., morcovi-20g., ceapa-20g., telina-10g., ulei-10ml., ou fiert 1/4buc.)+crenvursti polonezi-150g.	824,20
	Lapte-250ml., paine-70g.-1 felie	73,00
Total calorii		2956,71

MARTI 09.12.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-20g.,ou fiert-1buc.	384,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba fasole boabe	173,85
	Friptura carne porc-200g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+gogosari acri	415,30
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Napolitane cu cacao	151,00
Seara	Piept pui-150g.la cuptor cu mix legume-250g.	486,95
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2292,90

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem c omun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2292,90

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-10g.,ou fiert-1buc.	384,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba legume	169,90
	Rasol carne pui-200g.cu piure de acrtofi(c.fulgi-30g.)	662,50
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Napolitane cu cacao	151,00
Seara	Piept pui-150g.la cuptor cu mix legume-250g.	486,95
	laurt-200g.	170,60
	Paine -70g.-3 felii	
Total calorii		2536,75

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,unt-10g.,ou fiert-1buc.	268,00
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Cascaval-100g.+carne pui-120g.	493,00
	Paine-30g.-1felie	73,00
Prânz	Ciorba legume	169,90
	Friptura carne porc-200g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+gogosari acri	415,30
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Napolitane dietetice	90,20
Ora 16:00	Pateu pui-100g.+br.dulce-100g.	290,20
Seara	Piept pui-150g.la cuptor cu mix legume-250g.	486,95
	laurt-200g.	73,00
	Paine-30g.-1 felie	
Total calorii		2578,95

MIERCURI 10.12.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,crenvursti polonezi-150g.,br.topita-2buc.,unt-10g.,gem-20g.	788,10
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.radauteana	275,43
	Varza-300g.cu carne porc-150g.si mamaliguta-200g.	410,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
	Strudel mere	323,80
Seara	Budinca de macaroane-200g.cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2894,83

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2894,83

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,pate pui-100g.,br.topita-2buc.,unt-10g.,gem-20g.	788,10
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.radauteana	275,43
	Sote fasole verde-200g.cu carne pui-200g.	428,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
	Strudel mere	323,80
Seara	Budinca de macaroane-200g.cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g-3 felii	
Total calorii		2912,83

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,salam-80g.,br.topita-2buc.,unt-10g.	732,10
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Salam-40g.+mar copt-120g.+cascaval-100g.	415,00
Pranz	Ciorba de pui-100g.radauteana	275,43
	Varza-300g.cu carne porc-150g.si mamaliguta-200g.	410,00
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	laurt-200g.	161,40
Ora 16:00	Snitel pui-150g.+mix legume-250g.	375,25
	Paine-30g.-1felie	73,00
Seara	Budinca de macaroane-200g.cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Total calorii		3320,28

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,cascaval-50g.,unt-10g.,gem-20g.	439,50
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba din carne porc-100g.ardeleneasca	295,70
	Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.+castraveti acri	385,80
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel branza	342,80
Seara	Mamaliguta-200g,cu branza-100g.,smantana-100g.+ochi romanesc-1buc.	374,20
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2520,40

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2520,90

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,cascaval-50g.,unt-10g.,gem-20g.	439,50
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba din carne pui-100g.ardeleneasca	269,63
	Pilaf-200g.cu carne pui-120g.	363,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel branza	342,80
Seara	Cartofi-200g.cu branza-100g.si ochi romanesc-1buc.	276,60
	luart-200g.	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2378,43

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,cascaval-50g.,unt-10g.	323,50
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Salam-40g.+br.telemea-100g.	396,80
	Paine-30g.-1felie	73,00
Prânz	Ciorba din carne porc-100g.ardeleneasca	295,70
	Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.+castraveti acri	385,80
	Paine-30g.-1felie	73,00
	laurt-200g.	86,80
Ora 16:00	Salata fasole rosie+Napolitane dietetice	334,95
Seara	Mamaliguta-200g,cu branza-100g.,smantana-100g.+ochi romanesc-1buc.	374,00
	laurt-200g.-1felie	73,00
	Paine-30g.-1felie	
Total calorii		2562,95

VINERI 12.12.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-10g.,salam-40g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	584,80 170,60
Prânz	Ciorba din carne pui-100g.	304,00
	Mancare de fasole verde-200g.cu carne porc-150g. Paine-140g.-6 felii	410,35 341,20
	Mere	88,50
Seara	Cartofi -200g.gratinati cu cascaval-50g. Orez-200g.cu lapte-250ml. Paine-70g.-3 felii	698,00 170,60
Total calorii		2634,85

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.dulce-100g.,unt-10g.,salam-40g.,gem-40g. Paine-70g.-3felii	411,20 170,60
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2461,25

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-10g.,pate pui-50g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	611,80 170,60
Prânz	Ciorba din carne pui-100g.	304,00
	Sote fasole verde-200g.cu carne pui-120g. Paine-70g.-3 felii	248,00 170,60
	Mere	88,50
Seara	Cartofi -200g.gratinati cu cascaval-50g. Orez-200g.cu lapte-250ml. Paine-70g.-3 felii	698,00 170,60
Total calorii		2329,53

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-10g.,salam-40g. Paine-60g.-2 felii	468,80 146,40
Ora 10:00	Br.dulce-100g.+sunca praga-50g.,cascaval-50g..	230,70
	Ciorba din carne pui-100g.	304,00
	Mancare de fasole verde-200g.cu carne porc-150g. Paine-30g.-1 felie	410,35 73,00
	Mere	88,50
	Ora 16:00	Ou fiert-1buc.+br.topita-2buc. Paine-30g.-1 felie
Seara	Cartofi -200g.gratinati cu cascaval-50g. Lapte-250ml. Paine-30g.-1felie	526,00 73,00
Total calorii		2605,55

SAMBATA 13.12.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-100g.,unt-10g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	451,20 170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.a la greque	349,00
	Chiftele marinate(c.porc-200g.)cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+gogosari acri	797,90
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Naplitane cacaco	151,00
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,eugenia-1buc.	571,64
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2354,14

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2354,14

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.dulce-100g., gem-20g.,unt-10g.,pateu-50g. Paine-70g.-3 felii	379,70 170,60
Prânz	Ciorba de pui-100g.a la greque	349,00
	Rasol carne pui-240g.cu piure de cartofi(c.fulgi.)	587,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
	Napolitane cacaco	151,00
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,eugenia-1buc.	571,64
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2550,14

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-100g.,unt-10g.	335,20
	Paine-60g.-3 felii	146,40
Ora 10:00	Carne pui-150g.+sote fasole verde-200g.	251,50
Prânz	Supa de pui-100g.a la greque	349,00
	Chiftele marinate(c.porc-200g.)cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+gogosari acri	797,90
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Napolitane dietetice	90,20
Ora 16:00	laurt-200g..+cascaval-100g.	361,80
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,napolitane dietetice-1buc.	528,64
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Total calorii		3006,64

DUMINICA 14.12.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvursti polonezi-150g.,cascaval-50g.,unt-10g.,gem-20g.	760,50
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne porc-100g.	332,30
	Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.+castraveti acri	418,80
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel branza	342,80
Seara	Br.topita-2buc.,ou fiert-1buc.,iaurt-200g.,napolitane cacaco	500,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		3036,80

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		3036,80

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,cascaval-50g.,unt-10g.,crenvursti polonezi-150g.,gem-20g.	760,50
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne pui-100g.	324,80
	Pilaf-200g.cu carne pui-120g.	393,00
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Strudel branza	342,80
Seara	Br.topita-2buc.,ou fiert-1buc.,iaurt-200g.,napolitane cacaco	482,20
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2985,70

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,cascaval-50g.,crenvursti polonezi-150g.,unt-10g.	644,50
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Snitel porc-150g.+salata varza.	328,05
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne porc-100g.	332,30
	Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.+castraveti acri	418,80
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	iaurt-200g.	161,40
Ora 16:00	Pate porc-100g.+br.fagaras-185g.	506,24
Seara	Br.topita-2buc.,ou fiert-1buc.,iaurt-200g.,napolitane dietetice	439,20
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Total calorii		3122,89

VERIFICAT:

DR. IONEL SOLOMON



INTOCMIT:

AS.DIETETIC,

DANIELA LUCA

