



## MENIUL ZILNIC

pentru perioada 10-16.11.2025

LUNI 10.11.2025

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.)+crenwursti polonezi-150g.	857,90
	Compot piersici	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
<b>Total calorii</b>		<b>2842,41</b>

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

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.)+crenwursti polonezi-150g.	791,50
	Compot piersici	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
<b>Total calorii</b>		<b>3023,01</b>

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.fagaras-185g.+mix legume-250g.	45,33
Prânz	Ciorba taraneasca cu fidea	297,65
	Mancare de fasole verde-200g.cu carne pui-120g.	304,60
	Paine-30g.-1felie	73,00
	Napolitana dietetica	90,20
Ora 16:00	Snitel porc-150g.+salata varza	318,30
Seara	Salata orientala(masline-20g.,cartofi-200g.,morcovi-20g.,ceapa-20g.,telina-10g.,ulei-10ml.,ou fiert 1/4buc.)+crenwursti polonezi-150g.	824,20
	Lapte-250ml.,paine-70g.-1 felie	73,00
<b>Total calorii</b>		<b>2809,98</b>

MARTI 11.11.2025

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

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

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

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,salam-80g.,br.topita-2buc.,unt-10g. Paine-60g.-2 felii	732,10 146,40
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. Paine-30g.-1 felie	410,00 73,00
	luart-200g.	161,40
Ora 16:00	Snitel pui-150g.+mix legume-250g. Paine-30g.-1felie	375,25 73,00
Seara	Budinca de macaroane-200g.cu branza-70g. laurt-200g. Paine-30g.-1 felie	585,70 73,00
<b>Total calorii</b>		<b>3320,28</b>

MIERCURI 12.11.2025

<b>COMUN</b>	<b>Alimente - cantitate - u.m.</b>	<b>Nr. calorii</b>
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-20g.,ou fiert-1buc. Paine-70g.-3 felii	384,00 170,60
Prânz	Ciorba fasole boabe	173,85
	Friptura carne porc-200g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+salata varza	478,50
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Napolitane cu cacao	151,00
Seara	Piept pui-150g.la cuptor cu mix legume-250g. laurt-200g. Paine-70g.-3 felii	486,95 170,60
<b>Total calorii</b>		<b>2356,70</b>

<b>DESODAT</b>	<b>Alimente - cantitate - u.m.</b>	<b>Nr. calorii</b>
Dimineața	Idem c omun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
<b>Total calorii</b>		<b>2356,70</b>

<b>ULCER</b>	<b>Alimente - cantitate - u.m.</b>	<b>Nr. calorii</b>
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-10g.,ou fiert-1buc. Paine-70g.-3 felii	384,00 170,60
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. laurt-200g. Paine -70g.-3 felii	486,95 170,60
<b>Total calorii</b>		<b>2536,75</b>

<b>DIABET</b>	<b>Alimente - cantitate - u.m.</b>	<b>Nr. calorii</b>
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,unt-10g.,ou fiert-1buc. Paine-60g.-2 felii	268,00 146,40
Ora 10:00	Cascaval-100g.+carne pui-120g. Paine-30g.-1 felie	493,00 73,00
Prânz	Ciorba legume	169,90
	Friptura carne porc-200g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+salata varza	478,50
	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. laurt-200g. Paine-30g.-1 felie	486,90 73,00
<b>Total calorii</b>		<b>2642,10</b>

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	
<b>Total calorii</b>		<b>2520,40</b>

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

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	
<b>Total calorii</b>		<b>2378,43</b>

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	
<b>Total calorii</b>		<b>2562,95</b>

VINERI 14.11.2025

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

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

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

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-10g.,salam-40g.	468,80
	Paine-60g.-2 felii	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.	410,35
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Mere	88,50
Ora 16:00	Ou fiert-1buc.+br.topita-2buc.	187,60
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Seara	Cartofi -200g.gratinati cu cascaval-50g.	526,00
	Lapte-250ml.	73,00
	Paine-30g.-1felie	
<b>Total calorii</b>		<b>2605,55</b>

SAMBATA 15.11.2025

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 Chiftele marinate(c.porc-200g.)cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+gogosari acri Paine-140g.-6 felii Naplitane cacaco	349,00 797,90 341,20 151,00
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,pateu-100g.,eugenia-1buc. Paine-70g.-3 felii	609,56 170,60
<b>Total calorii</b>		<b>2492,06</b>

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
<b>Total calorii</b>		<b>2492,06</b>

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 Rasol carne pui-240g.cu piure de cartofi(c.fulgi.) Paine-70g.-3 felii Napolitane cacaco	349,00 587,00 170,60 151,00
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,pateu-100g.,eugenia-1buc. Paine-70g.-3 felii	609,56 170,60
<b>Total calorii</b>		<b>2588,06</b>

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-100g.,unt-10g. Paine-60g.-3 felii	335,20 146,40
Ora 10:00	Carne pui-150g.+sote fasole verde-200g.	251,50
Prânz	Supa de pui-100g.a la greque Chiftele marinate(c.porc-200g.)cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+gogosari acri Paine-30g.-1 felie Napolitane dietetice	349,00 797,90 73,00 90,20
Ora 16:00	laurt-200g.,+cascaval-100g.	361,80
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,pateu-100g.,napolitane dietetice-1buc. Paine-30g.-1 felie	566,56 73,00
<b>Total calorii</b>		<b>3044,56</b>

DUMINICA 16.11.2025

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
<b>Total calorii</b>		<b>3036,80</b>

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

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
<b>Total calorii</b>		<b>2985,70</b>

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
<b>Total calorii</b>		<b>3122,89</b>

VERIFICAT:

DR. IONEL SOLOMON



INTOCMIT:

AS.DIETETIC,

DANIELA LUCA

