



MENIUL ZILNIC

pentru perioada 13-19.10.2025

LUNI 13.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g., pateu-100g., br. dulce-100g., gem-20g.	823,86
	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
	Mere	88,50
Seara	Salata orientala (masline-20g., cartofi-200g., morcovi-20g., ceapa-20g., telina-10g., ulei-10ml., ou fiert 1/2 buc.) + crenwursti polonezi-150g.	857,90
	Compot piersici	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
	Total calorii	2869,71

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
	Total calorii	2869,71

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g., pateu-100g., br. dulce-100g., gem-20g.	823,86
	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
	Mere	88,50
Seara	Salata orientala (masline-20g., cartofi-200g., morcovi-20g., ceapa-20g., telina-10g., ulei-10ml., ou fiert 1/2 buc.) + crenwursti polonezi-150g.	791,50
	Compot piersici	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
	Total calorii	3050,31

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-20g., pateu-100g., br. dulce-100g.	696,46
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Mar copt-300g. + salam-40g. + mix legume-250g.	333,25
Prânz	Ciorba taraneasca cu fidea	297,65
	Mancare de fasole verde-200g. cu carne pui-120g.	304,60
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Mere	88,50
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 1/2 buc.) + crenwursti polonezi-150g.	824,20
	Lapte-250ml., paine-70g.-1 felie	73,00
	Total calorii	3168,20

MARTI 14.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-50g.,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-20g.,ou fiert-1buc.	569,40
	Paine-70g.-3 felii	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.	486,95
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2542,10

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.dulce-50g.,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-20g.,ou fiert-1buc.	594,05
	Paine-70g.-3felii	170,60
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2566,75

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-50g.,sunca praga-100g.,gem-20g.,unt-20g.,ou fiert-1buc.	569,40
	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		2792,15

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-50g.,sunca praga-100g.,unt-20g.,ou fiert-1buc.	453,40
	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.)+salata varza	478,50
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	Napolitane dietetice	90,20
Ora 16:00	Pateu pui-100g.+br.fagaras-185g.	376,08
Seara	Piept pui-150g.la cuptor cu mix legume-250g.	486,90
	laurt-200g.	73,00
	Paine-30g.-1 felie	
Total calorii		2922,38

MIERCURI 15.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,crenvursti polonezi-150g.,br.topita-2buc.,unt-20g.,gem-20g.	860,10
	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 fructe	323,80
Seara	Budinca de macaroane-200g.cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2966,83

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2966,83

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,pate pui-100g.,br.topita-2buc.,unt-20g.,gem-20g.	860,10
	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 fructe	323,80
Seara	Budinca de macaroane-200g.cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g-3 felii	
Total calorii		2984,83

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Lapte-250ml.,salam-80g.,br.topita-2buc.,unt-20g.	804,10
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Salam-800g.+mere coapte-300g.+cascaval-100g.	673,50
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
	luart-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		3650,78

JOI 16.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,cascaval-100g.,unt-20g.,gem-20g.	687,00
	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		2767,90

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2767,90

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,cascaval-100g.,unt-20g.,gem-20g.	687,00
	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		2621,43

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,sunca praga-100g.,cascaval-100g.,unt-20g.	742,40
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Salam-80g.+br.telemea-100g.	566,80
	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		3175,85

VINERI 17.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-20g.,salam-40g.,gem-20g.	656,80
	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	221,70
Seara	Cartofi -200g.gratinati cu cascaval-50g.	698,00
	Orez-200g.cu lapte-250ml.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2840,05

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.dulce-100g.,unt-20g.,salam-40g.,gem-40g.	483,20
	Paine-70g.-3felii	170,60
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2666,45

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-20g.,pate pui-50g.,gem-20g.	683,80
	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	221,70
Seara	Cartofi -200g.gratinati cu cascaval-50g.	698,00
	Orez-200g.cu lapte-250ml.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2534,73

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.telemea-100g.,unt-20g.,salam-40g.	540,80
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Iaurt-200g.+sunca praga-100g.,cascaval-100g..	475,80
	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	178,70
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	
Total calorii		2898,45

SAMBATA 18.10.2025

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 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.,pateu-100g.,eugenia-1buc.	609,56
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2564,06

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2564,06

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.dulce-100g., gem-20g.,unt-20g.,pateu-50g.	451,70
	Paine-70g.-3 felii	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.,pateu-100g.,eugenia-1buc.	609,56
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2660,06

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-100g.,unt-20g.	407,20
	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.,pateu-100g.,napolitane dietetice-1buc.	566,56
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Total calorii		3116,56

DUMINICA 19.10.2025

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,crenvurști polonezi-150g.,cascaval-50g.,unt-20g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	832,50 170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne porc-100g. Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.+castraveti acri Paine-140g.-6 felii Strudel branza	332,30 418,80 341,20 342,80
Seara	Br.topita-2buc.,ou fiert-1buc.,iaurt-200g.,napolitane cacaco Paine-70g.-3 felii	500,00 170,60
Total calorii		3108,80

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		3108,80

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,cascaval-50g.,unt-20g.,crenvurști polonezi-150g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	832,50 170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne pui-100g. Pilaf-200g.cu carne pui-120g. Paine-140g.-6 felii Strudel branza	324,80 393,00 341,20 342,80
Seara	Br.topita-2buc.,ou fiert-1buc.,iaurt-200g.,napolitane cacaco Paine-70g.-3 felii	482,20 170,60
Total calorii		3057,70

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,cascaval-50g.,crenvurști polonezi-150g.,unt-20g. Paine-60g.-2 felii	716,50 146,40
Ora 10:00	Snitel porc-150g.+salata varza.	328,05
Prânz	Ciorba din carne de porc-100g. Friptura carne pui-120g.cu pilaf-200g.+castraveti acri Paine-30g.-1 felie Iaurt-200g.	332,30 418,80 73,00 161,40
Ora 16:00	Pate porc-100g.+br.fagaras-185g.	506,24
Seara	Br.topita-2buc.,ou fiert-1buc.,iaurt-200g.,napolitane dietetice Paine-30g.-1 felie	439,20 73,00
Total calorii		3194,89

VERIFICAT:

DR. IONEL SOLOMON



INTOCMIT:

AS.DIETETIC,

DANIELA LUCA

