

MENIUL ZILNIC
pentru perioada 06-12.07.2026

LUNI 06.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., pateu-100g., br. dulce-80g. Paine-70g.-3 felii	438,20 170,60
Prânz	Supa de pui-80(piept pui) radauteana Tochitura carne porc-120g.cu mamaliguta-200g.+gogosari acri Paine-70g.-3 felii	236,28 616,20 170,60
Seara	Spaghete-200g.milaneze(cascaval-50g., sunca praga-50g.) Compot mere Paine-70g.-3 felii	540,90 170,60
Total calorii		2343,38

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2343,38

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., pateu-100g., br. dulce-80g. Paine-70g.-3 felii	518,20 170,60
Prânz	Supa de pui-80(piept pui) radauteana Rasol carne pui-100g.cu cartofi natur-200g. Paine-70g.-3 felii Spaghete-200g.milaneze(cascaval-50g., sunca praga-50g.) Compot mere Paine-70g.-3 felii	236,28 419,48 170,60 540,90 170,60
Seara		
Total calorii		2226,66

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g. pateu-100g., br. dulce-80g. Paine-60g.-2 felii	323,40 146,40
Ora 10:00	Salam-40g.+sote fasole verde-200g.	259,20
Prânz	Supa de pui-80(piept pui) radauteana Tochitura carne porc-120g.cu mamaliguta-200g.+gogosari acri Paine-30g.-1 felie	236,28 616,20 73,00
Ora 16:00	Br.telemea-100g.+unt-20g. Paine-30g.-1 felie	405,20 73,00
Seara	Spaghete-200g.milaneze(cascaval-50g., sunca praga-50g.) Compot mere Paine-30g.-1 felie	480,90 73,00
Total calorii		2686,58

MARTI 07.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.topita-2buc.,gem-20g.,unt-10g.,sunca praga-80g.	328,80
	Paine-70g.	170,60
Prânz		120,80
	Ciorba fasole verde cu iaurt-30g.	379,90
	Chiftele marinate(c.porc-100g.)cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+castraveti acri	341,20
	Paine-140g.-6 felii	342,80
Seara	Strudel branza	
	Piept pui-120g.la cuptor cu mix legume-200g.	433,20
	Iaurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2287,90

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2287,90

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.topita-2buc.,gem-20g.,unt-10g.,sunca praga-80g.	328,80
	Paine-70g.	170,60
Prânz		120,80
	Ciorba fasole verde cu iaurt-30g.	511,02
	Rasol carne pui-100g.cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)	341,20
	Paine140g.-6 felii	342,80
Seara	Strudel branza	
	Piept pui-120g.la cuptor cu mix legume-200g.	433,20
	Iaurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2419,02

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,br.topita-2buc.,unt-10g.,sunca praga-80g.	268,80
	Paine-60g.	146,40
Ora 10:00	Crenvursti polonezi-100g.+br.dulce-100g.	217,60
Prânz		120,80
	Ciorba fasole verde cu iaurt-30g.	379,90
	Chiftele marinate(c.porc-100g.)cu piure de cartofi(c.fulgi-30g.)+castraveti acri	73,00
	Paine-30g.-1felie	86,80
Seara	Iaurt-200g.	302,75
	Salata fasole rosie-100g+napolitane dietetice	
	Piept pui-120g.la cuptor cu mix legume-200g.	433,20
	Iaurt-200g.	73,00
	Paine-30g.-1felie	
Total calorii		2102,25

MIERCURI 08.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., crenvursti-100g., br. dulce-80g.	366,80
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz		402,42
	Supa de pui-80g. cu taitei	
	lăhnie fasole cu carne porc-100g.+gogosari acri	340,90
	Paine-140g.-6 felii	341,20
Seara		323,80
	Strudel mere	
	Budinca de spaghetti-200g. cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2702,02

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Prânz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2702,02

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., crenvursti-100g., br. dulce-80g.	366,80
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz		402,42
	Supa de pui-80g. cu taitei	
	Sote fasole verde-200g. cu carne pui-100g.	209,48
	Paine-140g.-6 felii	341,20
Seara		323,80
	Strudel mere	
	Budinca de spaghetti-200g. cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2570,60

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., crenvursti-100g., br. dulce-80g.	270,80
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Br. topita-2 buc.+pate pui-100g.	202,60
Prânz		402,42
	Supa de pui-80g. cu taitei	
	Mancare de fasole verde-200g. cu carne porc-100g.	120,35
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Ora 16:00		90,20
	Napolitane dietetice	
	Carne pui-100g.+mix legume-200g.	212,25
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Seara	Budinca de spaghetti-200g. cu branza-70g.	585,70
	laurt-200g.	73,00
	Paine-30g.-1 felie	
Total calorii		2249,72

JOI 09.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., ou fiert-1buc., cascaval-80g.	470,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba perisoare(carne porc-100g.)	260,98
	Friptura carne pui-100g.cu pilaf-200g.+salata varza	365,02
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Prajitura Magura	436,20
Seara	Conopida gratinata-200g.+crenvursti-100g.	468,50
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.-3 felii	
Total calorii		2683,10

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2683,10

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., ou fiert-1buc., cascaval-80g.	470,00
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz	Ciorba din carne pui-100g.	258,22
	Pilaf-200g.cu carne pui-120g.	330,48
	Paine-140g.-6 felii	341,20
	Prajitura Magura	436,20
Seara	Conopida gratinata-200g.+crenvursti-100g.	468,50
	laurt-200g.	170,60
	Paine-70g.3felii	
Total calorii		2645,80

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., ou fiert-1buc., cascaval-80g.	374,00
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Sunca praga-50g.+br.telemea-80g.	265,80
	Paine-30g.	73,00
Pranz	Ciorba perisoare(carne porc-100g.)	260,98
	Friptura carne pui-100g.cu pilaf-200g.+salata varza	365,02
	Paine-30g.-1 felie	73,00
	laurt-200g.	86,80
Ora 16:00	Snitel porc-100g.+sote fasole verde-200g.	194,00
Seara	Conopida gratinata-200g.+crenvursti-100g.	468,50
	laurt-200g.	73,00
	Paine-30g.-1 felie	
Total calorii		2380,50

VINERI 10.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., br.topita-2buc., sunca praga-50g.	330,60
	Paine-70g.-3felii	170,60
Prânz		92,20
	Supa de rosii cu orez	527,10
	Friptura carne porc-120g.cu cartofi natur-200g.+castraveti acri	341,20
	Paine-140g.-6 felii	88,50
Seara	Mere	
	Tocanita de pui-100g.cu mamaliguta-200g.	636,70
	Budinca de gris	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2357,50

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2357,50

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., gem-20g., br.topita-2buc., sunca praga-50g.	350,60
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz		92,20
	Supa de rosii cu orez	368,48
	Rasol carne pui-100g.cu cartofi natur-200g.	341,20
	Paine-140g.-6 felii	88,50
Seara	Mere	
	Sote fasole verde-200g.cu carne pui-100g.	440,40
	Budinca de gris	170,60
	Paine-70g.-3felii	
Total calorii		2022,58

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai, unt-10g., br.topita-2buc., sunca praga-50g.	234,60
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Br.dulce-100g.+salam-40g.+mar	351,70
Prânz		92,20
	Supa de rosii cu orez	527,10
	Friptura carne porc-120g.cu cartofi natur-200g.+castraveti acri	73,00
	Paine-30g.-1 felie	88,50
Ora 16:00	Mere	
	Cascaval-100g.+unt-20g.	419,00
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Seara	Tocanita de pui-100g.cu mamaliguta-200g.	451,70
	Lapte-250ml.	73,00
	Paine-30g.-1felie	
Total calorii		3026,60

SAMBATA 11.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-80g.,unt-10g.,gem-20g.	412,40
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz		321,67
	Ciorba cu carne porc-80g.a la greque	331,00
	Pilaf sarbesc cu carne pui-100g.	341,20
Seara	Paine-140g.-6 felii	
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,pate porc-100g.,Magura-1buc.	800,80
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2548,27

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2548,27

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,pate pui-50g.,br.dulce-80g.,unt-10g.,gem-20g.	340,90
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Prânz		309,77
	Ciorba cu carne pui-80g.a la greque	330,48
	Pilaf-200g.cu carne pui-100g.	341,20
Seara	Paine-140g.-6 felii	
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,pate porc-100g.,Magura-1buc.	800,80
	Paine-70g.-3 felii	170,60
Total calorii		2484,35

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,br.dulce-80g.,unt-10g.	316,40
	Paine-60g.-2 felii	146,40
Ora 10:00	Snitel pui-100g.+sote fasole verde-200g.	234,87
Prânz		321,67
	Ciorba cu carne porc-80g.a la greque	331,00
	Pilaf sarbesc cu carne pui-100g.	73,00
Seara	Paine-30g.-1 felie	
Ora 16:00	Br.topita-2buc.+iaurt-200g.	192,40
Seara	Ou fiert-1buc.,br.topita-2buc.,pate porc-100g.,napolitane dietetice	454,80
	Paine-30g.-1 felie	73,00
Total calorii		2143,54

DUMINICA 12.07.2026

COMUN	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,cascaval-80g.,unt-10g.,gem-20g. Paine-70g.-3 felii	475,50 170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne pui-80g. Varza-100g.cu carne porc-100g.si mamaliguta-200g. Paine-70g.-3 felii	324,80 307,75 170,60
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,Magura-1buc. Paine-70g.-3 felii	782,88 170,60
Total calorii		2402,13

DESODAT	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Idem comun	
Pranz	Idem comun Idem comun	
Seara	Idem comun	
Total calorii		2402,13

ULCER	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,cascaval-80g.,unt-10g.,gem-20g.,pate pui-50g. Paine-70g.-3 felii	404,00 170,60
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne pui-80g. Sote fasole verde-200g.cu carne pui-100g. Paine-70g.-3 felii	324,80 216,28 170,60
Seara	Ou fiert-1buc.br.topita-2buc.,br.fagaras-185g.,Magura-1buc. Paine-70g.-3 felii	782,88 170,60
Total calorii		2239,76

DIABET	Alimente - cantitate - u.m.	Nr. calorii
Dimineața	Ceai,salam-40g.,cascaval-80g.,unt-10g. Paine-60g.-2 felii	379,50 146,40
Ora 10:00	Crenvursti polonezi-100g.+br.dulce-80g. Paine-30g.-1felie	198,80 73,00
Prânz	Ciorba taraneasca cu carne pui-80g. Varza-100g.cu carne porc-100g.si mamaliguta-200g. Paine-30g.-1 felie	324,80 307,75 73,00
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		2205,53

VERIFICAT:

DR. SOLOMON IONEL

INTOCMIT

AS.DIETETICIAN

DANIELA LUCA