Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

23 februarie - 1 martie 2026

Intorsura

LUNI

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Crenvurști 140g + Cremă brânză 70g + Iaurt 130g + Măsline 50g	980	48	66	62	Gluten; Lactoză; Muștar
Prânz	Ciorbă legume 400ml + Cartofi natur 200g + Șnițel pui 180g + Murături + Mere 200g + Pâine 100g	1250	70	38	168	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Ceai + Friptură pui 200g + Orez 100g + Pâine 100g	890	68	18	110	Gluten

MARȚI

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Salam 70g + Cașcaval 70g + Ou	820	42	48	52	Gluten; Lactoză; Ou; Soia
Prânz	Ciorbă varză 400ml + Ciulama pui 200g + Mămăligă 150g + Murături + Napolitană + Pâine 100g	1320	72	44	170	Gluten; Lactoză
Cină	Ceai + Cartofi țărănești 250g + Chiftele porc 180g + Pâine 100g	1180	60	46	128	Gluten; Ou

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

23 februarie - 1 martie 2026

MIERCURI

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Șuncă 70g + Salată vinete 70g + Unt 10g + Miere 20g	850	34	46	70	Gluten; Ou
Prânz	Ciorbă fasole 400ml + Legume mexicane 200g + Pulpă pui 200g + Biscuiți + Pâine 100g	1300	76	40	170	Gluten
Cină	Ceai + Macaroane cu carne porc 300g	980	48	30	140	Gluten; Ou

JOI

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Salam 70g + Caș 70g + Iaurt 130g + Măsline 50g	900	48	52	58	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă pui 400ml + Cartofi țărănești 250g + Friptură porc 180g + Murături + Napolitană + Pâine 100g	1350	72	48	180	Gluten; Ou
Cină	Ceai + Legume 4 anotimpuri 200g + Pulpă pui 200g + Pâine 100g	860	70	18	90	Gluten

VINERI

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

23 februarie - 1 martie 2026

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Tobă 70g + Salată vinete 70g + Cremă brânză 70g	920	40	62	54	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă legume 400ml + Iahnie fasole 200g + Cârnați porc 150g + Murături + Biscuiți + Pâine 100g	1380	70	54	170	Gluten; Soia
Cină	Ceai + Iaurt 130g + Mămăligă 150g + Brânză vaci 100g	720	36	20	94	Lactoză

SÂMBĂTĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Salam 70g + Icre 70g + Caș 70g	940	44	64	52	Gluten; Pește; Lactoză
Prânz	Ciorbă cartofi 400ml + Pește 200g + Mămăligă 150g + Mere 200g + Pâine 100g	1220	70	32	170	Gluten; Pește
Cină	Ceai + Varză scăzută 250g + Cârnați 150g + Pâine 100g	1100	58	46	118	Gluten

DUMINICĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Ceai + Pateu 100g + Unt 10g + Miere 20g	880	28	60	68	Gluten; Soia
Prânz	Supă fideă 400ml + Piure 200g + Pulpă pui 200g + Murături + Napolitană + Pâine 100g	1350	76	44	180	Gluten; Ou; Lactoză

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372

Notă: vă informăm că aveți acces la dieta personalizată în funcție de practicile religioase, precum și patologii (dietă hiposodată, dietă în patologii gastrice, intoleranțe, alergii, condiții medicale speciale ș.a.m.d

23 februarie - 1 martie 2026

Cină	Ceai + Năut cu carne porc 250g + Pâine 100g	980	60	32	120	Gluten

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372