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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

Covasna

LUNI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70 g + Vinete 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**610**	**32**	**27**	**61**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g + Escalop de porc 250 g + Mămăligă 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**890**	**55**	**29**	**101**	Gluten; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Ceai + Pâine 100 g	**650**	**48**	**27**	**55**	Gluten

LUNI DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70 g + Vinete 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**610**	**32**	**27**	**61**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g + Escalop de porc 250 g + Mămăligă 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**890**	**55**	**29**	**101**	Gluten; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Ceai + Pâine 100 g	**650**	**48**	**27**	**55**	Gluten
Supliment	Șuncă 2×50 g + Iaurt 1 buc.	**250**	**21**	**16**	**7**	Lapte

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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

MARȚI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cremă de brânză 40 g + Ou 1 buc + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**620**	**29**	**29**	**60**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Șnițel înăbușit 150 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Napolitane	**880**	**43**	**28**	**113**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Sana 1 buc	**480**	**23**	**27**	**37**	Lapte

MARȚI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cremă de brânză 40 g + Ou 1 buc + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**620**	**29**	**29**	**60**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Șnițel înăbușit 150 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Napolitane dietetice	**850**	**43**	**27**	**105**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Sana 1 buc	**480**	**23**	**27**	**37**	Lapte
Supliment	Brânză de vacă 60 g + Mușchi file 1×70 g	**190**	**25**	**9**	**3**	Lapte

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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

MIERCURI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g + Brânză de vacă 60 g + Unt 1 buc + Dulceață + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**26**	**32**	**72**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Humus 100 g + Rasol de porc 150 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**890**	**47**	**31**	**105**	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai + Pâine 100 g	**670**	**51**	**19**	**72**	Gluten

MIERCURI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g + Brânză de vacă 60 g + Unt 1 buc + Dulceață + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**26**	**32**	**72**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Humus 100 g + Rasol de porc 150 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**890**	**47**	**31**	**105**	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai + Pâine 100 g	**670**	**51**	**19**	**72**	Gluten
Supliment	Șuncă 1×70 g + Iaurt 1 buc	**210**	**19**	**12**	**8**	Lapte

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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

JOI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Caș 50 g + Gogoșar + Ceai + Pâine 100 g	**650**	**29**	**33**	**59**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Cozonac + Pâine 100 g	**870**	**34**	**30**	**116**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	**390**	**16**	**13**	**52**	Gluten; Ou

JOI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Caș 50 g + Gogoșar + Ceai + Pâine 100 g	**650**	**29**	**33**	**59**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Cozonac + Pâine 100 g	**870**	**34**	**30**	**116**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	**390**	**16**	**13**	**52**	Gluten; Ou
Supliment	Salam 1×70 g + Unt 1 buc	**330**	**14**	**29**	**2**	Lapte

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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

VINERI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g + Brânză de vaci 60 g + Ou 1 buc + Gogoșari + Ceai + Pâine 100 g	**640**	**31**	**30**	**61**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Ciolan la cuptor 120 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Prune + Pâine 100 g	**890**	**47**	**29**	**111**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Iaurt 1 buc	**520**	**48**	**26**	**20**	Lapte

VINERI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g + Brânză de vaci 60 g + Ou 1 buc + Gogoșari + Ceai + Pâine 100 g	**640**	**31**	**30**	**61**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Ciolan la cuptor 120 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Prune + Pâine 100 g	**890**	**47**	**29**	**111**	Gluten; Ou; Țelină

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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Iaurt 1 buc	**520**	**48**	**26**	**20**	Lapte
Supliment	Șuncă 1×70 g + Unt 1 buc	**250**	**15**	**20**	**2**	Lapte

SÂMBĂTĂ COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 120 g + Brânză de vacă 60 g + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**630**	**35**	**29**	**59**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Musaca de cartofi 250 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	**780**	**32**	**27**	**101**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	**680**	**42**	**23**	**72**	Gluten

SÂMBĂTĂ DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 120 g + Brânză de vacă 60 g + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**630**	**35**	**29**	**59**	Gluten; Lapte; 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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Musaca de cartofi 250 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	**780**	**32**	**27**	**101**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	**680**	**42**	**23**	**72**	Gluten
Supliment	Caș 1×50 g + Șuncă 1×70 g	**220**	**21**	**14**	**3**	Lapte

DUMINICĂ COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Ou 1 buc + Castraveți + Pâine 100 g + Ceai	**620**	**29**	**30**	**59**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Mere	**820**	**32**	**34**	**96**	Gluten; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vacă 100 g + Chefir 1 buc	**450**	**24**	**22**	**38**	Lapte

DUMINICĂ DIABET

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

Notă: Meniul afișat poate suferi modificări în funcție de disponibilitatea produselor și de calitatea materiilor prime recepționate. În situația în care produsele nu corespund standardelor de calitate sau nu sunt disponibile, unitatea își rezervă dreptul de a înlocui preparatele cu alternative similare din punct de vedere nutrițional, respectând principiile regimului alimentar stabilit.

7- 13 septembrie

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Ou 1 buc + Castraveți + Pâine 100 g + Ceai	**620**	**29**	**30**	**59**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Mere	**820**	**32**	**34**	**96**	Gluten; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vacă 100 g + Chefir 1 buc	**450**	**24**	**22**	**38**	Lapte
Supliment	Șuncă 1×70 g + Unt 1 buc	**250**	**15**	**20**	**2**	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372