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.

17-23 august

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	**685**	**35**	**34**	**54**	Gluten; Lapte; Ou (maioneză în salata de vinete)
Prânz	Supă de legume 400 g + Paste bologneze 250 g + Pâine 100 g + Mere	**1085**	**46**	**26**	**159**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**49**	**20**	**70**	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	**685**	**35**	**34**	**54**	Gluten; Lapte; Ou (maioneză în salata de vinete)
Prânz	Supă de legume 400 g + Paste bologneze 250 g + Pâine 100 g + Mere	**1085**	**46**	**26**	**159**	Gluten; Lapte; 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.

17-23 august

Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**49**	**20**	**70**	Gluten
Supliment	Șuncă 2 × 50 g + Iaurt 1 buc	**320**	**29**	**17**	**9**	Lapte; Soia (urme)

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	**710**	**35**	**33**	**56**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**1090**	**49**	**27**	**161**	Gluten; Lapte; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	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	**710**	**35**	**33**	**56**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Cozonac	**1145**	**49**	**29**	**171**	Gluten; Lapte; 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.

17-23 august

Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte
Supliment	Brânză de vaci 60 g + Salam 70 g	**290**	**24**	**20**	**3**	Lapte; Soia (urme)

MIERCURI – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 140 g + Muștar + Cașcaval feliat 50 g + Pâine 100 g + Ceai	**875**	**38**	**54**	**62**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Șnițel înăbușit 250 g + Macaroane 100 g + Salată + Pâine 100 g + Caise	**1185**	**56**	**34**	**158**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai	**560**	**46**	**12**	**46**	Țelină

MIERCURI – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 140 g + Muștar + Cașcaval feliat 50 g + Pâine 100 g + Ceai	**875**	**38**	**54**	**62**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Șnițel înăbușit 250 g + Mămăligă 100 g + Salată + Pâine 100 g + Caise	**1145**	**55**	**33**	**148**	Gluten; Ou; Lapte; 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.

17-23 august

Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai	**560**	**46**	**12**	**46**	Țelină
Supliment	Salam 70 g + Iaurt 125 g	**355**	**18**	**28**	**6**	Lapte; Soia (urme)

JOI – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g + Caș 50 g + Unt 10 g + Castravete + Pâine 100 g + Ceai	**720**	**28**	**36**	**57**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Caise + Pâine 100 g	**980**	**41**	**26**	**145**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 150 g + Ochiuri 1 buc + Rasol de pui 100 g + Pâine 100 g + Ceai	**700**	**42**	**20**	**78**	Gluten; Ou

JOI – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g + Caș 50 g + Unt 10 g + Castravete + Pâine 100 g + Ceai	**720**	**28**	**36**	**57**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Caise + Pâine 100 g	**980**	**41**	**26**	**145**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 150 g + Ochiuri 1 buc + Rasol de pui 100 g + Pâine 100 g + Ceai	**700**	**42**	**20**	**78**	Gluten; Ou
Supliment	Salam 70 g + Brânză de vaci 60 g	**290**	**24**	**20**	**3**	Lapte; Soia (urme)

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.

17-23 august

VINERI – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 120 g + Unt 1 buc + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**34**	**37**	**55**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Ciolan afumat 120 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Nectarine + Pâine 100 g	**980**	**49**	**31**	**126**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Mămăligă 100 g + Salată + Chefir 1 buc	**570**	**55**	**21**	**38**	Lapte

VINERI – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 120 g + Unt 1 buc + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**34**	**37**	**55**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Ciolan afumat 120 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Nectarine + Pâine 100 g	**980**	**49**	**31**	**126**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Mămăligă 100 g + Salată + Chefir 1 buc	**570**	**55**	**21**	**38**	Lapte
Supliment	Salam 70 g + Brânză de vaci 60 g	**290**	**18**	**22**	**5**	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.

17-23 august

SÂMBĂTĂ – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Parizer 70 g + Brânză de vaci 60 g + Miere 1 buc + Unt 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**720**	**27**	**37**	**71**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă de varză 400 g + Papricaș de pui 180 g + Piure 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g + Mere	**890**	**43**	**27**	**119**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**47**	**24**	**87**	Gluten

SÂMBĂTĂ – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Parizer 70 g + Brânză de vaci 60 g + Brânză topită 1 buc + Unt 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**790**	**34**	**46**	**60**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă de varză 400 g + Papricaș de pui 180 g + Piure 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g + Mere	**890**	**43**	**27**	**119**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**47**	**24**	**87**	Gluten
Supliment	Caș 50 g + Salam 70 g	**300**	**19**	**24**	**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.

17-23 august

DUMINICĂ – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Ou 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**31**	**35**	**58**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Cartofi natur 150 g + Salată + Pâine 100 g + Cozonac	**1180**	**42**	**40**	**165**	Gluten; Lapte; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte

DUMINICĂ – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Ou 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**31**	**35**	**58**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Cartofi natur 150 g + Salată + Pâine 100 g + Cozonac	**1180**	**42**	**40**	**165**	Gluten; Lapte; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Caș 50 g	**305**	**24**	**23**	**2**	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372