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.

21-27 septembrie 2026

Covasna

LUNI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file + Vinete + Cașcaval feliat + Ardei + Pâine + Ceai	610	29	27	63	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume + Escalop de porc + Mămăligă + Salată + Pâine + Mere	890	48	29	108	Gluten; Țelină
Cină	Sote de fasole verde + Rasol de porc + Ceai + Pâine	690	50	28	59	Gluten

LUNI DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file + Vinete + Cașcaval feliat + Ardei + Pâine + Ceai	610	29	27	63	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume + Escalop de porc + Mămăligă + Salată + Pâine + Mere	890	48	29	108	Gluten; Țelină
Cină	Sote de fasole verde + Rasol de porc + Ceai + Pâine	690	50	28	59	Gluten
Supliment	Șuncă 2×50 g + Iaurt 1 buc	300	25	19	8	Lapte

MARȚI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă + Cremă de brânză + Ou + Ardei + Pâine + Ceai	600	29	27	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.

21-27 septembrie 2026

Prânz	Ciorbă de perișoare + Papricaș de pui + Garnitură de orez + Salată + Pâine + Napolitane	950	43	32	121	Gluten; Lapte; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă + Caș + Kefir	500	23	22	51	Lapte

MARȚI DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă + Cremă de brânză + Ou + Ardei + Pâine + Ceai	600	29	27	59	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare + Papricaș de pui + Garnitură de orez + Salată + Pâine + Napolitane dietetice	910	43	31	111	Gluten; Lapte; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă + Caș + Kefir	500	23	22	51	Lapte
Supliment	Brânză de vaci 60 g + Parizer 70 g	250	19	18	4	Lapte

MIERCURI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70 g + Caș + Zacuscă + Ou + Măsline + Pâine + Ceai	650	29	31	65	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă țărănească + Humus + Rasol de porc + Salată + Pâine + Mere	850	42	30	100	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui + Legume + Orez + Ceai + Pâine	720	49	19	82	Gluten

MIERCURI DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni

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.

21-27 septembrie 2026

Mic dejun	Salam 70 g + Caș + Zacuscă + Ou + Măsline + Pâine + Ceai	650	29	31	65	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă țărănească + Humus + Rasol de porc + Salată + Pâine + Mere	850	42	30	100	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui + Legume + Orez + Ceai + Pâine	720	49	19	82	Gluten
Supliment	Șuncă 70 g + Iaurt 1 buc	250	20	15	9	Lapte

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 Monteco 70 g + Unt 1 buc	220	12	19	1	Lapte

VINERI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**

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.

21-27 septembrie 2026

Mic dejun	Salam Monteco 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Roșii + Ceai + Pâine 100 g	600	31	27	55	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 Monteco 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Roșii + Ceai + Pâine 100 g	600	31	27	55	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
Supliment	Șuncă 70 g + Brânză topită 2 buc	270	21	20	5	Lapte

SÂMBĂTĂ COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 120 g + Brânză de vaci 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.

21-27 septembrie 2026

Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Musaca de cartofi 250 g + Salată 100 g + Pâine 100 g + Prune	830	32	27	113	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 vaci 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 + Prune	830	32	27	113	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	680	42	23	72	Gluten
Supliment	Unt 1 buc + Șuncă 70 g	250	15	20	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.

21-27 septembrie 2026

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 + Sana 1 buc	450	24	22	38	Lapte

DUMINICĂ DIABET

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 + Sana 1 buc	450	24	22	38	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Caș 50 g	220	21	14	3	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372