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.

24-30 august

Covasna

LUNI – COMUN (R8)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70 g + Vinete 70 g + Caşcaval feliat 50 g + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**650**	**35**	**28**	**62**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g + Paste bolognese 250 g + Pâine 100 g + Mere	**960**	**35**	**25**	**145**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**55**	**25**	**59**	Gluten

LUNI – DIABET (R2)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70 g + Vinete 70 g + Caşcaval feliat 50 g + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	**650**	**35**	**28**	**62**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g + Paste bolognese 250 g + Pâine 100 g + Mere	**960**	**35**	**25**	**145**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**55**	**25**	**59**	Gluten
Supliment	Șuncă 2 × 50 g + Iaurt 1 buc	**260**	**23**	**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.

24-30 august

MARȚI – COMUN (R8)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cremă de brânză 40 g + Ou 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**610**	**30**	**27**	**61**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**930**	**47**	**27**	**123**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte

MARȚI – DIABET (R2)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cremă de brânză 40 g + Ou 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**610**	**30**	**27**	**61**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**930**	**47**	**27**	**123**	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte
Supliment	Brânză de vaci 60 g + Parizer 70 g	**245**	**19**	**17**	**4**	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.

24-30 august

MIERCURI – COMUN (R8)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Unt 1 buc + Dulceață + Pâine 100 g + Ceai	**710**	**30**	**36**	**67**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Humus 100 g + Rasol de porc 150 g + Salată + Pâine 100 g + Prune	**1050**	**50**	**42**	**118**	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai	**545**	**52**	**17**	**42**	—

MIERCURI – DIABET (R2)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Unt 1 buc + Ou 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	**750**	**37**	**41**	**53**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Humus 100 g + Rasol de porc 150 g + Salată + Pâine 100 g + Prune	**1050**	**50**	**42**	**118**	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai	**545**	**52**	**17**	**42**	—
Supliment	Salam 70 g + Iaurt 1 buc	**300**	**18**	**22**	**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.

24-30 august

JOI – COMUN (R8)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Caș 50 g + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**31**	**37**	**57**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Caise + Pâine 100 g	**850**	**35**	**27**	**116**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	**430**	**18**	**14**	**56**	Gluten; Ou

JOI – DIABET (R2)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Caș 50 g + Pâine 100 g + Ceai	**690**	**31**	**37**	**57**	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Caise + Pâine 100 g	**850**	**35**	**27**	**116**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	**430**	**18**	**14**	**56**	Gluten; Ou
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.

24-30 august

VINERI – COMUN (R8)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70 g + Caşcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Brânză topită 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**790**	**36**	**46**	**57**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Escalop de porc 150 g + Piure 100 g + Salată + Mere + Pâine 100 g	**930**	**46**	**28**	**122**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Chefir 1 buc	**570**	**54**	**25**	**25**	Lapte

VINERI – DIABET (R2)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70 g + Caşcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**720**	**33**	**40**	**55**	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Escalop de porc 150 g + Piure 100 g + Salată + Mere + Pâine 100 g	**930**	**46**	**28**	**122**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Chefir 1 buc	**570**	**54**	**25**	**25**	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Unt 1 buc	**210**	**14**	**17**	**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.

24-30 august

SÂMBĂTĂ – COMUN (R8)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Parizer 70 g + Brânză de vaci 60 g + Dulceață + Unt 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**700**	**25**	**34**	**72**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă de varză 400 g + Papricaș de pui 200 g + Mămăligă 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	**850**	**43**	**27**	**104**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**47**	**24**	**87**	Gluten

SÂMBĂTĂ – DIABET (R2)

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Parizer 70 g + Brânză de vaci 60 g + Caș 50 g + Unt 1 buc + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**760**	**34**	**43**	**58**	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă de varză 400 g + Papricaș de pui 200 g + Mămăligă 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	**850**	**43**	**27**	**104**	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.

24-30 august

DUMINICĂ – COMUN (R8)

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	**650**	**29**	**34**	**56**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Cozonac	**1040**	**36**	**47**	**119**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte

DUMINICĂ – DIABET (R2)

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	**650**	**29**	**34**	**56**	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Cozonac	**1040**	**36**	**47**	**119**	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	**455**	**24**	**15**	**51**	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Pateu 200 g	**650**	**34**	**54**	**8**	Gluten; Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372