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.

25-31 mai

Covasna

Luni

COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam + Salată de vinete + Ou + Ardei + Pâine + Ceai	~701	~31	~39	~55	Gluten; Ou; Muștar (urme); Soia (urme)
Prânz	Supă de legume + Paste bologneze + Pâine + Mere	~1135	~52	~32	~142	Gluten; Ou; Țelină; Lactoză
Cină	Sote de fasole verde + Rasol de porc + Pâine + Ceai	~612	~43	~19	~63	Gluten; Țelină

DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam + Salată de vinete + Ou + Ardei + Pâine integrală + Ceai	~658	~34	~37	~43	Gluten; Ou; Muștar (urme); Soia (urme)
Prânz	Supă de legume + Paste bolognese integrale + Pâine integrală + Mere	~1104	~63	~33	~123	Gluten; Lactoză; Țelină (urme); Muștar (urme); Susan (urme); Sulfiți
Cină	Sote de fasole verde + Rasol de porc + Pâine integrală + Ceai	~566	~46	~18	~49	Gluten; Țelină
Supliment	Șuncă 2×50 g + Iaurt 1 buc	~332	~27	~21	~8	Lactoză; 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.

25-31 mai

Marti

COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Mușchi file + Cremă de brânză + Gem + Măsline + Pâine + Ceai	~684	~29	~31	~72	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă de zarzavat + Papricaș de pui cu garnitură de orez + Salată + Pâine + Mere	~1096	~67	~27	~132	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Mămăligă + Caș + Iaurt	~896	~42	~31	~88	Lactoză

DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Mușchi file + Cremă de brânză + Ou + Măsline + Pâine integrală + Ceai	~701	~39	~36	~46	Gluten; Ou; Lactoză
Prânz	Supă de zarzavat + Papricaș de pui cu garnitură de orez + Salată + Pâine integrală + Mere	~1042	~71	~26	~116	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Mămăligă + Caș + Iaurt	~896	~42	~31	~88	Lactoză
Supliment	Brânză de vaci 40 g + Șuncă 70 g	~218	~21	~14	~3	Lactoză; 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.

25-31 mai

MIERCURI

COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști + Muștar + Cașcaval feliat + Roșii + Pâine + Ceai	~742	~34	~42	~56	Gluten; Lactoză; Muștar
Prânz	Ciorbă gulaș + Șnițel înăbușit + Cartofi natur + Salată + Pâine + Mere	~1186	~71	~36	~139	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui + Legume + Orez + Ceai	~512	~48	~11	~43	Țelină

DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști + Muștar + Cașcaval feliat + Roșii + Pâine integrală + Ceai	~698	~37	~40	~45	Gluten; Lactoză; Muștar
Prânz	Ciorbă gulaș + Șnițel înăbușit + Cartofi natur + Salată + Pâine integrală + Mere	~1132	~75	~35	~123	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui + Legume + Orez + Ceai	~512	~48	~11	~43	Țelină
Supliment	Iaurt 1 buc + Caș 2×50 g	~418	~27	~29	~10	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

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.

25-31 mai

JOI

COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă + Caș + Unt + Ardei + Pâine + Ceai	~694	~29	~39	~54	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă țărănească + Escalop de porc + Piure + Salată + Mere + Pâine	~1218	~73	~41	~132	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Spanac + Ochiuri + Pâine + Ceai	~648	~29	~27	~67	Gluten; Ou

DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă + Caș + Unt + Ardei + Pâine integrală + Ceai	~651	~32	~38	~43	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă țărănească + Escalop de porc + Piure + Salată + Mere + Pâine integrală	~1164	~77	~40	~116	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Spanac + Ochiuri + Pâine integrală + Ceai	~604	~32	~26	~55	Gluten; Ou
Supliment	Salam 70 g + Brânză de vaci 60 g	~286	~22	~21	~4	Lactoză; 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.

25-31 mai

VINERI

Comun

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g + Ou 1 buc + Caș 50 g + Unt + Castraveți + Pâine 100 g + Ceai	~720	~34	~34	~63	Gluten; Lactoză; Ou
Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Pește la cuptor 150 g + Mămăligă 100 g + Crudități + Pâine 100 g	~760	~46	~16	~78	Gluten; Pește
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Ceai	~430	~42	~20	~14	—

DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă 70 g + Ou 1 buc + Caș 50 g + Unt + Castraveți + Pâine integrală 100 g + Ceai	~690	~36	~33	~52	Gluten; Lactoză; Ou
Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Pește la cuptor 150 g + Mămăligă 100 g + Crudități + Pâine integrală 100 g	~730	~48	~16	~64	Gluten; Pește
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Ceai	~430	~42	~20	~14	—

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.

25-31 mai

Supliment	Salam 70 g + Iaurt 1 buc	~360	~20	~28	~10	Lactoză; Soia (urme)

SÂMBĂTĂ

Comun

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Parizer 70 g + Brânză de vaci 60 g + Gem 1 buc + Unt + Pâine 100 g + Ceai	~760	~28	~36	~72	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă de varză 400 g + Papricaș de pui 180 g + Piure 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	~980	~52	~38	~102	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizibizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	~820	~38	~29	~88	Gluten

SÂMBĂTĂ - Diabet

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Parizer 70 g + Brânză de vaci 60 g + Gem 1 buc + Unt + Pâine integrală 100 g + Ceai	~720	~30	~35	~60	Gluten; 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

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.

25-31 mai

Prânz	Ciorbă de varză 400 g + Papricaș de pui 180 g + Piure 100 g + Salată 100 g + Pâine integrală 100 g	~930	~54	~37	~88	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizibizi 150 g + Ceai + Pâine integrală 100 g	~770	~40	~28	~72	Gluten
Supliment	Pate 1 buc + Salam 70 g	~420	~16	~36	~8	Soia (urme); Muștar

DUMINICA

Comun

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Caș 50 g + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	~860	~36	~44	~67	Gluten; Pește; Lactoză
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 140 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Pâine 100 g + Cozonac	~1250	~48	~55	~138	Gluten; Ou; Lactoză
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	~360	~20	~12	~38	Lactoză

DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Caș 50 g + Roșii + Pâine integrală 100 g + Ceai	~820	~38	~42	~56	Gluten; Pește; 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

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.

25-31 mai

Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 140 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Pâine integrală 100 g	~1080	~50	~53	~98	Gluten
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	~360	~20	~12	~38	Lactoză
Gustare / Supliment	Șuncă 70 g + Iaurt 1 buc	~230	~16	~14	~8	Lactoză

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372