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.

2-8.11.2026

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 + Paste Bolognese 250 g + Pâine 100 g + Mere	820	35	23	118	Gluten; Țelină; Lapte
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 + Paste Bolognese 250 g + Pâine 100 g + Mere	820	35	23	118	Gluten; Țelină; Lapte
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.

2-8.11.2026

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 + Hrean + Pâine 100 g + Ceai	620	29	29	60	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	830	43	27	105	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Kefir 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 + Hrean + Pâine 100 g + Ceai	620	29	29	60	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	830	43	27	105	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Kefir 1 buc	480	23	27	37	Lapte
Supliment	Unt 2 buc + Parizer 70 g	310	10	29	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.

2-8.11.2026

MIERCURI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70 g + Caș 50 g + Unt 1 buc + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	680	27	39	55	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Sote de mazăre 120 g + Rasol de porc 150 g + Pâine 100 g + Mere	850	49	29	98	Gluten; 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 + Caș 50 g + Unt 1 buc + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	680	27	39	55	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Humus 120 g + Rasol de porc 150 g + Pâine 100 g + Mere	900	48	35	100	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 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.

2-8.11.2026

JOI COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Cașcaval feliat 50 g + Unt 1 buc + Ceai + Pâine 100 g	730	30	41	59	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Escalop de porc cu ciuperci 200 g + Piure 100 g + Salată + Mere + Pâine 100 g	850	46	29	101	Gluten; 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 + Cașcaval feliat 50 g + Unt 1 buc + Ceai + Pâine 100 g	730	30	41	59	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Escalop de porc cu ciuperci 200 g + Piure 100 g + Salată + Mere + Pâine 100 g	850	46	29	101	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	390	16	13	52	Gluten; Ou
Supliment	Salam 70 g + Caș 50 g	330	19	27	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.

2-8.11.2026

VINERI COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Gogoșar + Ceai + Pâine 100 g	650	31	33	59	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăieței 400 g + Ciolan la cuptor 120 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Mere + Pâine 100 g	890	45	30	111	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Iaurt 1 buc	530	48	24	29	Lapte

VINERI DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Salam 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Gogoșar + Ceai + Pâine 100 g	650	31	33	59	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăieței 400 g + Ciolan la cuptor 120 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Mere + Pâine 100 g	890	45	30	111	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Iaurt 1 buc	530	48	24	29	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Unt 2 buc	270	15	23	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.

2-8.11.2026

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
Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Papricaș de pui 200 g + Macaroane 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	850	43	27	108	Gluten; Lapte; Ou; 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 + Papricaș de pui 200 g + Macaroane 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	850	43	27	108	Gluten; Lapte; Ou; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	680	42	23	72	Gluten
Supliment	Unt 2 buc + Șuncă 70 g	270	15	23	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.

2-8.11.2026

DUMINICĂ COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Ou 1 buc + Gogoșar + Pâine 100 g + Ceai	650	29	34	58	Gluten; Pește; Ou
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Chec	950	35	42	109	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vacă 100 g + Sana 1 buc	460	25	19	45	Lapte

DUMINICĂ DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70 g + Icre 40 g + Ou 1 buc + Gogoșar + Pâine 100 g + Ceai	650	29	34	58	Gluten; Pește; Ou
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Chec	950	35	42	109	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vacă 100 g + Sana 1 buc	460	25	19	45	Lapte
Supliment	Salam 70 g + Caș 50 g	330	19	27	2	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372