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.

31 august – 6 septembrie 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**	**33**	**27**	**59**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g + Escalop de porc 250 g + Piure 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**960**	**55**	**35**	**105**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Ceai + Pâine 100 g	**670**	**52**	**27**	**61**	Gluten

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**	**33**	**27**	**59**	Gluten; Lapte
Prânz	Supă de legume 400 g + Escalop de porc 250 g + Piure 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	**960**	**55**	**35**	**105**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Sote de fasole verde 150 g + Rasol de porc 200 g + Ceai + Pâine 100 g	**670**	**52**	**27**	**61**	Gluten
Supliment	Șuncă 2 × 50 g + Iaurt 1 buc.	**260**	**24**	**15**	**10**	**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.

31 august – 6 septembrie 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 + Ardei + Pâine 100 g + Ceai	600	31	27	58	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	910	48	29	111	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Iaurt 1 buc	480	24	24	40	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	600	31	27	58	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Ciorbă de perișoare 400 g + Papricaș de pui 200 g + Garnitură de orez 100 g + Salată + Pâine 100 g + Mere	910	48	29	111	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Caș 100 g + Iaurt 1 buc	480	24	24	40	Lapte
Supliment	Brânză de vaci 60 g + Parizer 70 g	**250**	**18**	**19**	**3**	**Lapte**

MIERCURI – COMUN

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.

31 august – 6 septembrie 2026

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	680	29	32	71	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Humus 100 g + Rasol de porc 150 g + Salată + Pâine 100 g + Cozonac	1030	49	39	119	Gluten; Ou; Lapte; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai	510	45	18	41	Țelină

MIERCURI – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Șuncă 70 g + Cașcaval feliat 50 g + Unt 1 buc + Brânză topită 1 buc + Pâine 100 g + Ceai	700	35	37	55	Gluten; Lapte
Prânz	Ciorbă gulaș 400 g + Humus 100 g + Rasol de porc 150 g + Salată + Pâine 100 g + Caise	890	48	34	91	Gluten; Susan; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Legume 150 g + Orez 50 g + Ceai	510	45	18	41	Țelină
Supliment	Salam 70 g + Iaurt 1 buc	300	20	22	9	Lapte

JOI – COMUN

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.

31 august – 6 septembrie 2026

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Caș 50 g + Ceai 2,5 g + Pâine 100 g	650	31	36	51	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Prune + Pâine 100 g	750	29	28	94	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai 2,5 g	400	16	14	51	Gluten; Ou

JOI – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Crenvurști 120 g + Muștar + Caș 50 g + Ceai 2,5 g + Pâine 100 g	650	31	36	51	Gluten; Lapte; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească 400 g + Ardei umpluți 200 g + Prune + Pâine 100 g	750	29	28	94	Gluten; Ou; Lapte; Țelină
Cină	Spanac 100 g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100 g + Ceai 2,5 g	400	16	14	51	Gluten; Ou
Supliment	Salam 70 g + Brânză de vaci 60 g	290	22	21	4	Lapte

VINERI – COMUN

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.

31 august – 6 septembrie 2026

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 + Roşii + Ceai + Pâine 100 g	720	36	41	51	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Rasol de porc 150 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Prune + Pâine 100 g	820	43	27	99	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Chefir 1 buc	480	47	25	17	Lapte

VINERI – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70 g + Caşcaval feliat 50 g + Ou 1 buc + Roşii + Ceai + Pâine 100 g	660	33	36	50	Gluten; Lapte; Ou
Prânz	Supă de tăiței 400 g + Rasol de porc 150 g + Iahnie de fasole 150 g + Salată + Prune + Pâine 100 g	820	43	27	99	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol de pui 200 g + Varză călită 150 g + Chefir 1 buc	480	47	25	17	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Unt 1 buc	230	14	19	1	Lapte

SÂMBĂTĂ

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.

31 august – 6 septembrie 2026

Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 120 g + Brânză de vaci 60 g + Roșii + Pâine 100 g + Ceai	**650**	**38**	**29**	**58**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Papricaș de pui 200 g + Mămăligă 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	**790**	**42**	**25**	**98**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	**700**	**40**	**25**	**77**	Gluten

SÂMBĂTĂ

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	**650**	**38**	**29**	**58**	Gluten; Ou; Lapte
Prânz	Supă de zarzavat 400 g + Papricaș de pui 200 g + Mămăligă 100 g + Salată 100 g + Pâine 100 g	**790**	**42**	**25**	**98**	Gluten; Lapte; Țelină
Cină	Rasol de porc 150 g + Rizi-bizi 150 g + Ceai + Pâine 100 g	**700**	**40**	**25**	**77**	Gluten
Supliment	Caș 50 g + Salam 70 g	**310**	**20**	**25**	**2**	**Lapte**

DUMINICĂ – COMUN

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.

31 august – 6 septembrie 2026

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	55	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Mere	820	30	42	81	Gluten; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	350	21	16	31	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	650	29	34	55	Gluten; Ou; Pește
Prânz	Ciorbă țărănească 400 g + Cârnați la cuptor 120 g + Varză călită 150 g + Pâine 100 g + Mere	820	30	42	81	Gluten; Țelină
Cină	Mămăligă 100 g + Brânză de vaci 100 g + Iaurt 1 buc	350	21	16	31	Lapte
Supliment	Șuncă 70 g + Iaurt 1 buc	180	18	9	7	Lapte

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372