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.

4-10 mai 2026

Covasna

Luni

COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70g + Caș 50g + Ou 1buc + Pâine 100g + Ceai	660	40.3	38.5	51.5	Gluten; Lactoză; Ou; Soia (urme)
Prânz	Supă de legume 400g + Paste bolognese 250g + Pâine 100g + Măr	890	58.0	27.0	120.0	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Sote fasole verde 150g + Rasol porc 150g + Pâine 100g + Ceai	700	48.0	28.0	65.0	Gluten; Țelină (urme); Muștar (urme); Susan (urme)

DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Salam 70g + Caș 50g + Ou 1buc + Pâine 100g + Ceai	660	40.3	38.5	51.5	Gluten; Lactoză; Ou; Soia (urme)
Prânz	Supă de legume 400g + Paste bolognese 250g + Pâine 100g + Măr	890	58.0	27.0	120.0	Gluten; Lactoză; Țelină

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.

4-10 mai 2026

Cină	Sote fasole verde 150g + Rasol porc 150g + Pâine 100g + Ceai	700	48.0	28.0	65.0	Gluten; Țelină (urme); Muștar (urme); Susan (urme)
Supliment	Șuncă 100g + Iaurt 1 buc	220	20.0	8.0	8.0	Lactoză; Soia (urme)

MARȚI

Regim comun

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70g + Brânză de vaci 40g + Cașcaval 50g + Măsline + Pâine 100g + Ceai	520	34.0	24.0	52.0	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Supă de zarzavat 400g + Șnițel înăbușit 200g + Orez 100g + Salată + Pâine 100g + Măr	950	60.0	30.0	125.0	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100g + Caș 100g + Iaurt 1 buc	650	30.0	25.0	70.0	Lactoză

Diabet

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70g + Brânză de vaci 40g + Cașcaval 50g + Măsline + Pâine 100g + Ceai	520	34.0	24.0	52.0	Gluten; 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.

4-10 mai 2026

Prânz	Supă de zarzavat 400g + Șnițel înăbușit 200g + Orez 100g + Salată + Pâine 100g + Măr	950	60.0	30.0	125.0	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Mămăligă 100g + Caș 100g + Iaurt 1 buc	650	30.0	25.0	70.0	Lactoză
Supliment	Pate 100g + Caș 50g	320	18.0	23.0	5.0	Gluten; Lactoză; Soia

MIERCURI – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 140g + Muștar + Caș 50g + Pâine 100g + Ceai	780	38.0	45.0	52.0	Gluten; Lactoză; Muștar; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă de fasole verde 400g + Varză a la Cluj 250g + Pâine 100g + Măr	820	45.0	32.0	95.0	Gluten; Țelină
Cină	Rasol de pui 200g + Legume 150g + Orez 50g + Ceai	550	50.0	12.0	35.0	Țelină (urme)

MIERCURI – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Crenvurști 140g + Muștar + Caș 50g + Pâine integrală 100g + Ceai	750	38.0	45.0	45.0	Gluten; Lactoză; Muștar; 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.

4-10 mai 2026

Prânz	Ciorbă de fasole verde 400g + Varză a la Cluj 250g + Pâine integrală 100g	760	45.0	32.0	80.0	Gluten; Țelină
Cină	Rasol de pui 200g + Legume 150g + Orez 50g	550	50.0	12.0	35.0	Țelină (urme)
Supliment	Salam 50g + Caș 100g	400	25.0	32.0	2.0	Lactoză; Soia (urme); Gluten (urme)

JOI – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Șuncă 70g + Caș 50g + Unt 10g + Ridichi + Pâine 100g + Ceai	520	24.0	28.0	45.0	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă țărănească 400g + Escalop de porc 200g + Mămăligă 100g + Salată 100g + Măr + Pâine 100g	980	55.0	32.0	120.0	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Spanac 150g + Ochiuri 1 buc + Pâine 100g + Ceai	520	22.0	22.0	50.0	Gluten; Ou; Lactoză

JOI – 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.

4-10 mai 2026

Mic dejun	Șuncă 70g + Caș 50g + Unt 10g + Ridichi + Pâine integrală 100g + Ceai	500	24.0	28.0	38.0	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă țărănească 400g + Escalop de porc 200g + Mămăligă 100g + Salată 100g + Pâine integrală 100g	920	55.0	32.0	100.0	Gluten; Lactoză; Țelină
Cină	Spanac 150g + Ochiuri 1 buc + Pâine integrală 100g	500	22.0	22.0	42.0	Gluten; Ou; Lactoză
Supliment	Șuncă 140g + Caș 100g	500	35.0	38.0	2.0	Lactoză; Soia (urme)

VINERI – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 100g + Unt 10g + Castraveți + Pâine 100g + Ceai	600	32.0	38.0	45.0	Gluten; Ou; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Supă de tăiței 400g + Cârnați la cuptor 120g + Iahnie de fasole 150g + Salată + Banană + Pâine 100g	1100	45.0	45.0	130.0	Gluten; Țelină; Soia (urme)
Cină	Rasol de pui 200g + Varză călită 150g + Ceai	450	45.0	12.0	20.0	Țelină (urme)

VINERI – 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.

4-10 mai 2026

Mic dejun	Omletă cu șuncă și caș 100g + Unt 10g + Castraveți + Pâine integrală 100g + Ceai	580	32.0	38.0	38.0	Gluten; Ou; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Supă de tăiței 400g + Cârnați la cuptor 120g + Iahnie de fasole 150g + Salată + Pâine integrală 100g	1000	45.0	45.0	105.0	Gluten; Țelină; Soia (urme)
Cină	Rasol de pui 200g + Varză călită 150g	450	45.0	12.0	20.0	Țelină (urme)
Supliment	Salam 70g + Unt 20g	350	12.0	32.0	1.0	Lactoză; Soia (urme); Gluten (urme)

SÂMBĂTĂ – COMUN

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Mușchi file 70g + Zacuscă 100g + Caș 50g + Măsline + Pâine 100g + Ceai	520	28.0	26.0	48.0	Gluten; Lactoză; Țelină (urme); Ou (urme)
Prânz	Ciorbă de varză 400g + Papricaș de pui 180g + Piure 100g + Salată 100g + Pâine 100g	900	55.0	28.0	110.0	Gluten; Lactoză; Ou; Țelină
Cină	Rasol de porc 150g + Rizi-bizi 150g + Pâine 100g + Ceai	800	45.0	28.0	85.0	Gluten

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.

4-10 mai 2026

SÂMBĂTĂ – DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Mușchi file 70g + Zacuscă 100g + Caș 50g + Măsline + Pâine integrală 100g + Ceai	500	28.0	26.0	40.0	Gluten; Lactoză; Țelină (urme); Ou (urme)
Prânz	Ciorbă de varză 400g + Papricaș de pui 180g + Piure 100g + Salată 100g + Pâine integrală 100g	850	55.0	28.0	90.0	Gluten; Lactoză; Ou; Țelină
Cină	Rasol de porc 150g + Rizi-bizi 150g + Pâine integrală 100g	780	45.0	28.0	70.0	Gluten
Supliment	Unt 20g + Șuncă 70g	250	10.0	22.0	1.0	Lactoză; Soia (urme); Gluten (urme)

DUMINICĂ – COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Tobă 70g + Icre 40g + Caș 50g + Roșii + Pâine 100g + Ceai	600	30.0	35.0	45.0	Gluten; Lactoză; Pește; Ou (urme)
Prânz	Ciorbă țărănească 400g + Rasol de porc 150g + Hummus 100g + Salată + Pâine 100g + Chec	1050	55.0	40.0	120.0	Gluten; Țelină; Susan
Cină	Mămăligă 100g + Brânză de vaci 100g + Iaurt 1 buc	650	30.0	22.0	70.0	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.

4-10 mai 2026

DUMINICĂ – DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot (g)**	**Lip (g)**	**Gluc (g)**	**Alergeni**
Mic dejun	Tobă 70g + Icre 40g + Caș 50g + Roșii + Pâine integrală 100g + Ceai	580	30.0	35.0	38.0	Gluten; Lactoză; Pește; Ou (urme)
Prânz	Ciorbă țărănească 400g + Rasol de porc 150g + Hummus 100g + Salată + Pâine integrală 100g	950	55.0	40.0	95.0	Gluten; Țelină; Susan
Cină	Mămăligă 100g + Brânză de vaci 100g + Iaurt 1 buc	650	30.0	22.0	70.0	Lactoză
Supliment	Caşcaval feliat 100g + Unt 20g	450	25.0	35.0	2.0	Lactoză

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372