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

20-26 aprilie 2026

# Orasenesc

**LUNI**

**R6 COMUN**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot (g) | Lip (g) | Gluc (g) | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt 15g + Gem 20g + Salam 70g + Brânză de vaci 70g + Ridichi 100g + Ceai | 780 | 32 | 42 | 65 | Gluten; Lactoză; Soia (urme); Muștar (urme) |
| Prânz | Ciorbă de legume 400ml + Varză à la Cluj + Pâine 100g + Măr | 1150 | 45 | 35 | 150 | Gluten; Țelină |
| Cină | Friptură porc + Mix mexican 100g + Ceai | 650 | 40 | 40 | 30 | — |

**ENTEROCOLITĂ**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot (g) | Lip (g) | Gluc (g) | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt 15g + Brânză de vaci 100g + Caș 70g + Șuncă 70g + Ceai | 835 | 49 | 48 | 49 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Pilaf orez 100g + Pâine 100g + Biscuiți | 1246 | 74 | 28 | 169 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Pâine 100g + Ceai | 1028 | 66 | 50 | 80 | Gluten; Soia (urme) |

**R4 GASTRIC**

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

20-26 aprilie 2026

| Masă | Preparat | Kcal | Prot (g) | Lip (g) | Gluc (g) | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt 15g + Brânză de vaci 100g + Caș 70g + Șuncă 70g + Ceai | 835 | 49 | 48 | 49 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Pilaf orez 100g + Pâine 100g + Biscuiți | 1240 | 74 | 28 | 168 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Pâine 100g + Ceai | 1030 | 66 | 50 | 80 | Gluten |

**HIPOSODAT**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot (g) | Lip (g) | Gluc (g) | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Gem + Brânză vaci 70g + Șuncă 70g + Ridichi + Ceai | 760 | 30 | 35 | 70 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Ciorbă legume + Varză à la Cluj + Pâine 100g + Măr | 1100 | 45 | 30 | 150 | Gluten; Țelină |
| Cină | Friptură porc + Mix mexican + Ceai | 650 | 40 | 40 | 30 | — |

**R2 DIABET**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot (g) | Lip (g) | Gluc (g) | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Brânză vaci 100g + Unt + Salam 70g + Șuncă 70g + Caș 70g + Ridichi + Ceai fără zahăr | 850 | 50 | 50 | 55 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă legume + Varză à la Cluj + Măr | 1050 | 45 | 30 | 140 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine integrală 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai fără zahăr | 1000 | 65 | 45 | 85 | Gluten |

**MARTI**

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

20-26 aprilie 2026

**R6 COMUN**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot (g) | Lip (g) | Gluc (g) | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Salam 70g + Ou 1 buc + Ardei 70g + Lapte 250ml | 720 | 35 | 45 | 45 | Gluten; Lactoză; Ou; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă gulaș 400ml + Friptură porc cu piure + Salată + Măr | 1250 | 55 | 45 | 150 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Caș 100g + Mămăligă 100g + Iaurt | 700 | 30 | 30 | 80 | Gluten; Lactoză |

**ENTEROCOLITĂ**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot | Lip | Gluc | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Caș 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de tăiței 400ml + Piept pui + Mix mexican | 1100 | 70 | 25 | 140 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Sote morcov + Rasol porc 150–200g + Ceai | 950 | 60 | 35 | 90 | Gluten |

**R4 GASTRIC**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot | Lip | Gluc | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Caș 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de tăiței 400ml + Piept pui + Mix mexican | 1100 | 70 | 25 | 140 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Sote morcov + Rasol porc 150–200g + Ceai | 950 | 60 | 35 | 90 | 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

20-26 aprilie 2026

**HIPOSODAT**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot | Lip | Gluc | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Lapte 250ml + Ou 1 buc + Salam 70g + Ardei | 700 | 35 | 40 | 45 | Gluten; Lactoză; Ou |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă gulaș + Friptură porc cu piure + Salată + Măr | 1200 | 55 | 40 | 150 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Caș 100g + Mămăligă 100g + Iaurt | 700 | 30 | 30 | 80 | Lactoză |

**R2 DIABET**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot | Lip | Gluc | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Unt + Salam 70g + Șuncă 70g + Ardei + Lapte 250ml + Caș 70g + Ou | 900 | 55 | 55 | 50 | Gluten; Lactoză; Ou; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă gulaș 400ml + Friptură porc cu piure + Salată + Măr 200g | 1200 | 55 | 40 | 140 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine integrală 100g + Caș 100g + Mămăligă 100g + Iaurt | 720 | 35 | 30 | 85 | Gluten; Lactoză |

**MIERCURI**

**R6 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

20-26 aprilie 2026

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot (g)** | **Lip (g)** | **Gluc (g)** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Crenvurști cu muștar + Măsline 70g + Cremă de brânză 70g + Roșii + Ceai | 800 | 30 | 55 | 45 | Gluten; Lactoză; Muștar; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de fasole verde 400ml + Escalop de porc cu ciuperci + Macaroane + Măr | 1300 | 55 | 45 | 170 | Gluten; Țelină; Ou |
| Cină | Pâine 100g + Friptură de pui cu legume + Ceai | 700 | 45 | 35 | 50 | Gluten |

**ENTEROCOLITĂ**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Crenvurști cu muștar + Cremă de brânză 70g + Caș 70g | 780 | 35 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză; Muștar |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de legume 400ml + Rasol pui 250g + Legume fierte 100g | 950 | 65 | 25 | 110 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai | 1030 | 65 | 50 | 80 | Gluten |

**R4 GASTRIC**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Cremă de brânză 70g + Crenvurști + Caș 70g | 780 | 35 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de legume 400ml + Rasol pui 250g + Legume fierte | 950 | 65 | 25 | 110 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai | 1030 | 65 | 50 | 80 | Gluten |

**HIPOSODAT**

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

20-26 aprilie 2026

| Masă | Preparat | Kcal | Prot | Lip | Gluc | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Crenvurști + Cremă de brânză 70g + Roșii + Ceai | 780 | 30 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de fasole verde + Escalop porc cu ciuperci + Macaroane + Măr | 1250 | 55 | 40 | 170 | Gluten; Țelină; Ou |
| Cină | Pâine 100g + Friptură pui cu legume + Ceai | 700 | 45 | 35 | 50 | Gluten |

**R2 DIABET**

| Masă | Preparat | Kcal | Prot | Lip | Gluc | Alergeni |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Unt + Mușchi file 70g + Crenvurști + Cremă de brânză 70g + Caș 70g + Măsline + Roșii + Ceai fără zahăr | 950 | 55 | 65 | 45 | Gluten; Lactoză; Muștar |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă de fasole verde 400ml + Escalop porc cu ciuperci + Macaroane + Măr | 1250 | 55 | 40 | 160 | Gluten; Țelină; Ou |
| Cină | Pâine integrală 100g + Friptură pui cu legume + Ceai fără zahăr | 700 | 45 | 35 | 50 | Gluten |

**JOI**

**COMUN**

| 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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Salam de vară 70g + Ou + Ardei 70g + Salată de icre 70g + Lapte 250ml | 900 | 40 | 60 | 45 | Gluten; Lactoză; Ou; Pește |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de cartofi 400ml + Iahnie de fasole 150g + Cârnați la cuptor 110g + Salată + Cocktail de fructe | 1350 | 55 | 45 | 180 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol de pui 200g + Varză călită 150g + Ceai | 750 | 50 | 35 | 60 | Gluten |

**ENTEROCOLITĂ**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Caşcaval 70g + Parizer 70g + Brânză de vaci 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de pui 400ml + Rasol porc + Amestec legume + Biscuiți | 1150 | 65 | 35 | 140 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Piept de pui cu orez + Ceai | 800 | 55 | 20 | 100 | Gluten |

**R4 GASTRIC**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Caşcaval 70g + Șuncă 70g + Brânză de vaci 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de pui 400ml + Rasol porc + Amestec legume + Biscuiți | 1150 | 65 | 35 | 140 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Piept de pui cu orez + Ceai | 800 | 55 | 20 | 100 | Gluten |

**HIPOSODAT**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Lapte 250ml + Ou + Salam de vară 70g + Ardei | 780 | 35 | 45 | 45 | Gluten; Lactoză; Ou |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de cartofi 400ml + Rasol porc + Amestec legume + Salată + Cocktail fructe | 1250 | 55 | 40 | 170 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol pui 200g + Varză călită 150g + Ceai | 750 | 50 | 35 | 60 | Gluten |

**R2 DIABET**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Unt + Salam de vară 70g + Șuncă 70g + Ardei + Lapte 250ml + Salată de icre + Ou | 950 | 55 | 65 | 45 | Gluten; Lactoză; Ou; Pește |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă de cartofi 400ml + Iahnie de fasole 150g + Cârnați la cuptor 110g + Salată + Măr | 1300 | 55 | 45 | 170 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine integrală 100g + Rasol pui 200g + Varză călită 150g + Ceai fără zahăr | 750 | 50 | 35 | 60 | Gluten |

**VINERI**

**R6 COMUN**

| **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Gem + Salam 70g + Brânză de vaci 70g + Roșii 100g + Ceai | 780 | 32 | 42 | 65 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de fasole boabe 400ml + Papricaș de pui cu mămăligă + Măr | 1250 | 55 | 40 | 160 | Gluten; Țelină |
| Cină | Griș cu lapte + Șuncă presată | 600 | 30 | 20 | 80 | Gluten; Lactoză |

**ENTEROCOLITĂ**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Brânză de vaci 100g + Caș 70g + Șuncă 70g | 830 | 49 | 48 | 49 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Pilaf orez 100g + Biscuiți | 1246 | 74 | 28 | 169 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai | 1030 | 66 | 50 | 80 | Gluten |

**R4 GASTRIC**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Brânză de vaci 100g + Caș 70g + Șuncă 70g + Unt | 830 | 49 | 48 | 49 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Pilaf orez 100g + Biscuiți | 1240 | 74 | 28 | 168 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai | 1030 | 66 | 50 | 80 | Gluten |

**HIPOSODAT**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Gem + Brânză vaci 70g + Șuncă 70g + Roșii + Ceai | 760 | 30 | 35 | 70 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de fasole boabe 400ml + Papricaș de pui cu mămăligă + Măr | 1200 | 55 | 40 | 160 | Gluten; Țelină |
| Cină | Griș cu lapte + Șuncă presată | 600 | 30 | 20 | 80 | Gluten; Lactoză |

**R2 DIABET**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Brânză de vaci 100g + Unt + Salam 70g + Șuncă 70g + Caș 70g + Roșii + Ceai fără zahăr | 900 | 55 | 55 | 50 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă de fasole boabe 400ml + Papricaș de pui cu mămăligă + Măr | 1250 | 55 | 40 | 150 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine integrală 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai fără zahăr | 1000 | 65 | 45 | 85 | Gluten |

**SÂMBĂTĂ**

**R6 COMUN**

| **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Gem + Mușchi file 70g + Ardei 70g + Iaurt | 750 | 35 | 35 | 70 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de varză 400ml + Tocăniță de cartofi cu carne de porc + Salată + Măr 200g | 1250 | 50 | 40 | 170 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol de pui cu sote fasole verde + Ceai | 700 | 45 | 25 | 60 | Gluten |

**ENTEROCOLITĂ**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Caşcaval 70g + Șuncă 70g + Caș 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Supă zarzavat cu fideă și pui 400ml + Rasol porc cu legume fierte | 1000 | 65 | 30 | 120 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Piept de pui cu orez și morcov + Ceai | 850 | 55 | 20 | 110 | Gluten |

**R4 GASTRIC**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Caşcaval 70g + Șuncă 70g + Caș 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Supă zarzavat cu fideă și pui 400ml + Rasol porc cu legume fierte | 1000 | 65 | 30 | 120 | Gluten; Ou; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Piept de pui cu orez și morcov + Ceai | 850 | 55 | 20 | 110 | Gluten |

**HIPOSODAT**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Gem + Mușchi file 70g + Iaurt + Ardei | 750 | 35 | 35 | 70 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă de varză + Tocăniță cartofi cu porc + Salată + Măr | 1200 | 50 | 35 | 170 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Rasol pui cu sote fasole verde + Ceai | 700 | 45 | 25 | 60 | Gluten |

**R2 DIABET**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Unt + Salam + Mușchi file 70g + Ardei + Iaurt + Caș + Cremă de brânză | 950 | 55 | 60 | 55 | Gluten; Lactoză; Soia (urme) |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă de varză 400ml + Tocăniță de cartofi cu porc + Salată + Măr | 1250 | 50 | 40 | 160 | Gluten; Țelină |
| Cină | Pâine integrală 100g + Rasol pui cu sote fasole verde + Ceai fără zahăr | 700 | 45 | 25 | 60 | Gluten |

**DUMINICĂ**

**R6 COMUN**

| **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Ceai + Crenvurști cu muștar + Roșii 120g + Salată de icre 70g | 820 | 30 | 55 | 45 | Gluten; Pește; Muștar; Lactoză (urme) |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă ardelenească + Friptură de porc + Salată de cartofi + Cozonac | 1400 | 55 | 55 | 170 | Gluten; Ou; Lactoză; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Salam + Salată de vinete 70g + Ridichi + Cașcaval 70g + Ceai | 800 | 35 | 55 | 50 | Gluten; Lactoză; Ou |

**ENTEROCOLITĂ**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Crenvurști + Brânză de vaci 70g + Caș 70g | 800 | 35 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză; Muștar |
| Prânz | Pâine 100g + Supă de zarzavat cu orez 400ml + Rasol porc + Sote morcov + Cozonac | 1200 | 55 | 40 | 150 | Gluten; Țelină; Ou |
| Cină | Pâine 100g + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Salam 70g + Ceai | 950 | 55 | 60 | 50 | Gluten; Lactoză |

**R4 GASTRI**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Ceai + Unt + Cașcaval 70g + Brânză de vaci 70g + Caș 70g | 820 | 45 | 50 | 45 | Gluten; Lactoză |
| Prânz | Pâine 100g + Supă zarzavat cu orez + Rasol porc + Sote morcov + Cozonac | 1200 | 55 | 40 | 150 | Gluten; Țelină; Ou |
| Cină | Pâine 100g + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Salam 70g + Ceai | 950 | 55 | 60 | 50 | Gluten; Lactoză |

**HIPOSODAT**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **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

20-26 aprilie 2026

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine 100g + Unt + Ceai + Ou + Crenvurști + Roșii | 750 | 35 | 45 | 45 | Gluten; Ou |
| Prânz | Pâine 100g + Ciorbă ardelenească + Friptură porc + Salată de cartofi + Cozonac | 1350 | 55 | 50 | 170 | Gluten; Ou; Lactoză; Țelină |
| Cină | Pâine 100g + Șuncă + Salată de vinete + Caș + Ridichi + Ceai | 750 | 35 | 45 | 50 | Gluten; Lactoză; Ou |

**R2 DIABET**

| **Masă** | **Preparat** | **Kcal** | **Prot** | **Lip** | **Gluc** | **Alergeni** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mic dejun | Pâine integrală 100g + Unt + Salam + Crenvurști + Salată de icre + Roșii + Ou + Ceai fără zahăr | 950 | 55 | 65 | 45 | Gluten; Pește; Ou; Lactoză; Muștar |
| Prânz | Pâine integrală 100g + Ciorbă ardelenească + Friptură porc + Salată de cartofi + Măr 200g | 1300 | 55 | 45 | 150 | Gluten; Ou; Lactoză; Țelină |
| Cină | Pâine integrală 100g + Salată de vinete + Șuncă + Pateu + Cașcaval + Ridichi + Ceai fără zahăr | 900 | 50 | 55 | 50 | Gluten; Lactoză; Ou |

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372