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

9-15 martie 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 + Roșii 100g + Ceai	792.40	39.80	43.50	63.20	Gluten; Lactoză; Soia (urme); Muștar (urme)
Prânz	Ciorbă de fasole boabe 400ml + Papricaș pui 150g + Orez 100g + Salată 100g + Pâine 100g + Măr	1218.60	63.70	32.10	176.40	Gluten; Țelină; Ou (urme)
Cină	Griș cu lapte 300g + Iaurt 130g	512.80	20.40	14.80	78.30	Gluten; Lactoză

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Brânză de vaci 100g + Caș 70g + Șuncă 70g + Ceai	835.60	49.10	48.70	48.90	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Pilaf 100g + Pâine 100g + Biscuiți	1246.20	74.30	28.50	168.70	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Pâine 100g + Ceai	1028.50	66.20	49.80	79.60	Gluten; Soia (urme)

R4 GASTRIC

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

9-15 martie 2026

Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Brânză de vaci 100g + Caș 70g + Șuncă 70g + Ceai	835.60	49.10	48.70	48.90	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Pilaf 100g + Pâine 100g + Biscuiți	1246.20	74.30	28.50	168.70	Gluten; Țelină
Cină	Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Pâine 100g + Ceai	1028.50	66.20	49.80	79.60	Gluten

HIPOSODAT

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Gem 20g + Brânză de vaci 70g + Șuncă 70g + Roșii 100g + Ceai	758.30	37.60	38.40	67.90	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă fasole 400ml + Papricaș pui 150g + Orez 100g + Salată 200g + Pâine 100g + Măr	1238.20	64.80	30.70	180.10	Gluten; Țelină
Cină	Griș cu lapte 300g + Iaurt 130g	512.80	20.40	14.80	78.30	Gluten; Lactoză

R2 DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Brânză de vaci 100g + Unt 15g + Salam 70g + Șuncă 70g + Caș 70g + Roșii 100g + Ceai fără zahăr	903.70	60.40	55.10	41.60	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă fasole 400ml + Papricaș pui 200g + Orez 100g + Salată 100g + Pâine integrală 100g + Măr	1276.40	73.90	33.80	164.20	Gluten; Țelină
Cină	Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Pâine integrală 100g + Ceai fără zahăr	986.10	71.80	47.60	67.40	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

9-15 martie 2026

MARȚI 03.03.2026

R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Salam 70g + Ou 120g + Ardei 70g + Lapte 250ml	824.60	46.20	49.10	52.40	Gluten; Ou; Lactoză; Soia (urme); Muștar (urme)
Prânz	Ciorbă gulaș 400ml + Șnițel înăbușit 200g + Piure 100g + Salată + Pâine 100g + Măr	1326.40	71.80	44.30	165.90	Gluten; Ou; Țelină; Lactoză (urme)
Cină	Pâine 100g + Caș 100g + Mămăligă 100g + Iaurt 130g	681.30	34.60	27.80	77.40	Gluten; Lactoză

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Parizer 70g + Caș 70g + Ceai	914.80	48.30	60.40	47.20	Gluten; Lactoză; Soia (urme); Muștar (urme)
Prânz	Supă de tăiței 400ml + Piept pui 200g + Mix mexican 100g + Pâine 100g	1084.50	79.60	27.30	122.40	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Pâine 100g + Sote morcov + Rasol porc 200g + Ceai	1012.20	65.10	48.90	76.30	Gluten

R4 GASTRIC

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

9-15 martie 2026

Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Parizer 70g + Caș 70g + Ceai	914.80	48.30	60.40	47.20	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă tăiței 400ml + Piept pui 200g + Mix mexican 100g + Pâine 100g	1084.50	79.60	27.30	122.40	Gluten; Ou
Cină	Pâine 100g + Sote morcov + Rasol porc 200g + Ceai	1012.20	65.10	48.90	76.30	Gluten

HIPOSODAT

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Lapte 250ml + Ou 120g + Salam 70g + Ardei 70g	824.60	46.20	49.10	52.40	Gluten; Ou; Lactoză
Prânz	Ciorbă gulaș 400ml + Șnițel înăbușit 200g + Piure 100g + Salată + Pâine 100g + Măr 200g	1374.80	72.90	44.10	178.30	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Pâine 100g + Caș 100g + Mămăligă 100g + Iaurt 130g	681.30	34.60	27.80	77.40	Gluten; Lactoză

R2 DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Unt 15g + Salam 70g + Parizer 70g + Caș 70g + Ou 120g + Ardei 70g + Lapte 250ml	1042.90	67.40	66.20	46.80	Gluten; Ou; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă gulaș 400ml + Șnițel 200g + Piure 100g + Salată + Pâine integrală 100g + Măr 200g	1352.10	78.60	45.70	164.90	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Pâine integrală 100g + Caș 100g + Mămăligă 100g + Iaurt 130g	639.80	39.80	26.40	63.10	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

9-15 martie 2026

ORĂȘENESC – MIERCURI 04.03.2026

R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Șuncă 70g + Zacuscă 70g + Pateu 100g + Roșii 120g + Ceai	892.40	32.80	55.60	63.70	Gluten; Soia (urme); Muștar (urme)
Prânz	Ciorbă perișoare 400ml + Sote mazăre cu rasol porc 150/200g + Napolitane + Pâine 100g	1486.70	68.40	66.20	159.80	Gluten; Ou; Țelină; Lactoză
Cină	Spanac 150g + Ochiuri (2 ouă) + Pâine 100g + Ceai	742.60	32.90	39.40	61.50	Gluten; Ou

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Caș 100g + Brânză de vaci 100g + Șuncă 70g + Unt 15g + Ceai	902.30	57.60	53.80	48.40	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă legume cu orez 400ml + Rasol porc cu legume 200/150g + Biscuiți + Pâine 100g	1364.80	72.10	51.40	158.30	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol pui cu orez 250/150g + Pâine 100g + Ceai	1016.40	79.50	24.80	118.60	Gluten

R4 GASTRIC

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

9-15 martie 2026

Mic dejun	Pâine 100g + Caș 100g + Brânză de vaci 100g + Șuncă 70g + Unt 15g + Ceai	902.30	57.60	53.80	48.40	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă legume cu orez 400ml + Rasol porc cu legume 200/150g + Biscuiți + Pâine 100g	1364.80	72.10	51.40	158.30	Gluten; Țelină
Cină	Rasol pui cu orez 250/150g + Pâine 100g + Ceai	1016.40	79.50	24.80	118.60	Gluten

HIPOSODAT

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine 100g + Șuncă 70g + Caș 100g + Roșii 70g + Brânză de vaci 100g + Ceai	821.60	56.40	42.30	50.20	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă perișoare 400ml + Sote mazăre cu rasol porc 150/200g + Napolitane + Pâine 100g	1486.70	68.40	66.20	159.80	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Spanac 150g + Ochiuri + Pâine 100g + Ceai	742.60	32.90	39.40	61.50	Gluten; Ou

R2 DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Șuncă 70g + Pateu 100g + Zacuscă 70g + Roșii 120g + Caș 100g + Ceai fără zahăr	1014.20	48.70	63.10	47.80	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă perișoare 400ml + Rasol porc cu legume 200/150g + Măr 200g + Pâine integrală 100g	1312.50	76.40	52.80	138.40	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Spanac 150g + Ochiuri + Pâine integrală 100g + Ceai fără zahăr	701.30	38.10	37.20	48.70	Gluten; Ou

ORĂȘENESC – JOI 05.03.2026

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

9-15 martie 2026

R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Crenvuști 140g + Muștar 10g + Măsline 70g + Cremă de brânză 70g + Ceai	981.40	39.60	73.80	49.20	Gluten; Lactoză; Soia; Muștar
Prânz	Ciorbă fasole verde 400ml + Escalop porc 200g + Orez 100g + Salată 100g + Pâine 100g + Măr	1338.60	72.40	48.30	165.70	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol pui 250g + Sote morcov 150g + Ceai	1006.20	82.10	21.40	109.80	Gluten

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Crenvuști 140g + Muștar 10g + Cremă de brânză 70g + Caș 70g + Ceai	1004.30	45.80	76.10	48.60	Gluten; Lactoză; Soia; Muștar
Prânz	Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Legume fierte 100g + Pâine 100g	1096.40	86.20	23.70	120.40	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai	1012.20	65.10	48.90	76.30	Gluten

R4 GASTRIC

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Cremă de brânză 70g + Crenvuști 140g + Muștar 10g + Caș 70g + Ceai	1004.30	45.80	76.10	48.60	Gluten; Lactoză; Muștar

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

9-15 martie 2026

Prânz	Supă zarzavat 400ml + Rasol pui 250g + Legume fierte 100g + Pâine 100g	1096.40	86.20	23.70	120.40	Gluten
Cină	Pâine 100g + Rasol porc 200g + Mix mexican 100g + Ceai	1012.20	65.10	48.90	76.30	Gluten

HIPOSODAT

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Crenvuști 140g + Cremă brânză 70g + Ceai	962.10	38.40	72.60	47.30	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă fasole verde 400ml + Escalop porc 200g + Orez 100g + Salată 100g + Pâine 100g + Măr 200g	1384.90	73.50	47.90	178.40	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol pui 250g + Sote morcov 150g + Ceai	1006.20	82.10	21.40	109.80	Gluten

R2 DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Unt 15g + Mușchi file 70g + Crenvuști 140g + Cremă brânză 70g + Caș 70g + Măsline 100g + Ceai fără zahăr	1248.30	63.20	98.10	41.70	Gluten; Lactoză; Soia; Muștar
Prânz	Ciorbă fasole verde 400ml + Escalop porc 200g + Orez 100g + Salată + Pâine integrală 100g + Măr	1342.60	79.10	46.80	149.20	Gluten; Țelină
Cină	Pâine integrală 100g + Rasol pui 250g + Mix mexican 100g + Ceai fără zahăr	964.70	88.60	20.90	96.40	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

9-15 martie 2026

ORĂȘENESC – VINERI 06.03.2026

R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Salam de vară 70g + Ou 120g + Ardei 70g + Salată de icre 70g + Lapte 250ml	1,012.40	49.80	70.60	53.40	Gluten; Ou; Lactoză; Pește; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă de cartofi 400ml + Iahnie fasole 150g + Cârnați la cuptor 110g + Salată + Pâine 100g + Portocală	1,458.70	63.20	63.50	166.40	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol pui 200g + Varză călită 150g + Ceai	894.60	73.40	20.60	98.30	Gluten

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Parizer 70g + Brânză de vaci 70g + Ceai	910.20	47.90	60.30	48.60	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Supă pui 400ml + Rasol porc cu amestec 4 anotimpuri 200/150g + Biscuiți + Pâine 100g	1,326.50	78.40	49.70	151.20	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Pâine 100g + Piept pui cu orez 200/150g + Ceai	1,018.30	82.10	22.40	119.60	Gluten

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

9-15 martie 2026

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Parizer 70g + Brânză de vaci 70g + Ceai	910.20	47.90	60.30	48.60	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă pui 400ml + Rasol porc cu amestec 4 anotimpuri 200/150g + Biscuiți + Pâine 100g	1,326.50	78.40	49.70	151.20	Gluten
Cină	Pâine 100g + Piept pui cu orez 200/150g + Ceai	1,018.30	82.10	22.40	119.60	Gluten

HIPOSODAT

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Lapte 250ml + Ou 120g + Salam de vară 70g + Ardei 70g	846.20	47.10	51.40	51.80	Gluten; Ou; Lactoză
Prânz	Ciorbă cartofi 400ml + Rasol porc cu amestec 4 anotimpuri 200/150g + Salată + Pâine 100g + Portocală	1,374.30	69.80	50.60	162.40	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol pui 200g + Varză călită 150g + Ceai	894.60	73.40	20.60	98.30	Gluten

R2 DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Unt 15g + Salam de vară 70g + Parizer 70g + Ardei 70g + Lapte 250ml + Salată de icre 70g + Ou	1,148.90	61.30	82.40	46.90	Gluten; Ou; Lactoză; Pește; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă cartofi 400ml + Iahnie fasole 150g + Cârnați 110g + Salată + Pâine integrală 100g	1,420.10	71.50	59.30	144.20	Gluten; Țelină
Cină	Pâine integrală 100g + Rasol pui 200g + Varză călită 150g + Ceai fără zahăr	853.20	79.80	19.70	84.60	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

9-15 martie 2026

ORĂȘENESC – SÂMBĂTĂ 07.03.2026

R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Gem 20g + Mușchi file 70g + Ardei 70g + Iaurt 130g	781.30	38.60	35.20	74.80	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă de varză 400ml + Tocăniță cartofi cu carne porc 250/100g + Ardei copți 100g + Pâine 100g + Măr 200g	1,482.40	69.30	52.10	186.50	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol pui 150g + Legume 130g + Orez 30g + Ceai	792.60	62.80	14.90	101.40	Gluten

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Caș 70g + Ceai	921.40	48.10	62.80	47.60	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă zarzavat cu fideă și pui 400ml + Rasol porc cu legume 200/200g + Pâine 100g	1,268.30	82.70	39.40	129.60	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Rasol pui cu orez și morcov 250/200g + Pâine 100g + Ceai	1,048.70	83.40	23.60	124.50	Gluten

R4 GASTRIC

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

9-15 martie 2026

Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Caș 70g + Ceai	921.40	48.10	62.80	47.60	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă zarzavat cu fideă și pui 400ml + Rasol porc cu legume 200/200g + Pâine 100g	1,268.30	82.70	39.40	129.60	Gluten
Cină	Rasol pui cu orez și morcov 250/200g + Pâine 100g + Ceai	1,048.70	83.40	23.60	124.50	Gluten

HIPOSODAT

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Gem 20g + Mușchi file 70g + Iaurt 130g + Ardei 70g	781.30	38.60	35.20	74.80	Gluten; Lactoză
Prânz	Ciorbă varză 400ml + Tocăniță cartofi porc 250/100g + Ardei copți 100g + Pâine 100g + Măr 200g	1,482.40	69.30	52.10	186.50	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Rasol pui 150g + Legume 130g + Orez 30g + Ceai	792.60	62.80	14.90	101.40	Gluten

R2 DIABET

Masă	**Preparat**	**Kcal**	**Prot**	**Lip**	**Gluc**	**Alergeni**
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Unt 15g + Salam de vară 70g + Mușchi file 70g + Iaurt 130g + Caș 70g + Cremă brânză 70g + Ardei 70g	1,102.60	66.80	76.30	48.40	Gluten; Lactoză; Soia (urme)
Prânz	Ciorbă varză 400ml + Tocăniță cartofi porc 250/150g + Ardei copți 100g + Pâine integrală 100g + Măr 200g	1,508.90	77.40	54.80	172.60	Gluten; Țelină
Cină	Pâine integrală 100g + Rasol pui 150g + Legume 130g + Orez 30g + Ceai fără zahăr	751.10	69.20	13.80	86.30	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

9-15 martie 2026

ORĂȘENESC – DUMINICĂ 08.03.2026

R6 COMUN

Masă	Preparat	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	Gluc (g)	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Crenvuști 140g + Muștar 10g + Ou 120g + Roșii 120g + Salată de icre 70g + Ceai	1,056.40	48.30	77.90	55.60	Gluten; Ou; Pește; Lactoză; Soia; Muștar
Prânz	Ciorbă ardelenească porc 400ml + Varză călită 150g + Rasol porc 110g + Pâine 100g + Cozonac	1,512.70	66.40	67.20	170.30	Gluten; Ou; Lactoză; Țelină
Cină	Pâine 100g + Salam de vară 70g + Salată de vinete 70g + Măsline 50g + Cașcaval 70g + Ceai	1,024.60	38.20	71.40	58.70	Gluten; Lactoză; Soia (urme)

ENTEROCOLITĂ

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Crenvuști 140g + Muștar 10g + Parizer 70g + Caș 70g + Ceai	1,083.20	49.10	81.60	47.40	Gluten; Lactoză; Soia; Muștar
Prânz	Supă zarzavat cu orez 400ml + Rasol porc cu sote morcov 200/200g + Cozonac + Pâine 100g	1,486.90	74.60	58.80	162.50	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Pâine 100g + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Bacon 70g + Ceai	1,178.40	60.30	86.20	47.80	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

9-15 martie 2026

R4 GASTRIC

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Cașcaval 70g + Parizer 70g + Caș 70g + Ceai	910.20	47.90	60.30	48.60	Gluten; Lactoză
Prânz	Supă zarzavat cu orez 400ml + Rasol porc cu sote morcov 200/200g + Cozonac + Pâine 100g	1,486.90	74.60	58.80	162.50	Gluten; Țelină
Cină	Pâine 100g + Cașcaval 70g + Șuncă 70g + Bacon 70g + Ceai	1,178.40	60.30	86.20	47.80	Gluten; Lactoză

HIPOSODAT

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine 100g + Unt 15g + Ou 120g + Crenvuști 140g + Roșii 120g + Ceai	874.30	44.70	59.80	49.20	Gluten; Ou; Lactoză
Prânz	Ciorbă ardelenească porc 400ml + Varză călită 150g + Rasol porc 110g + Pâine 100g + Cozonac	1,512.70	66.40	67.20	170.30	Gluten; Ou; Țelină
Cină	Pâine 100g + Șuncă 70g + Salată vinete 70g + Caș 70g + Ardei 100g + Ceai	912.40	41.60	55.70	57.10	Gluten; Lactoză

R2 DIABET

Masă	Preparat	Kcal	Prot	Lip	Gluc	Alergeni
Mic dejun	Pâine integrală 100g + Unt 15g + Salam vară 70g + Crenvuști 140g + Salată icre 70g + Roșii 120g + Ou + Iaurt 130g	1,268.90	63.80	92.40	52.30	Gluten; Ou; Pește; Lactoză; Soia; Muștar

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

9-15 martie 2026

Prânz	Ciorbă ardelenească 400ml + Varză călită 150g + Rasol porc 110g + Măr 200g + Pâine integrală 100g	1,384.60	74.10	54.90	146.20	Gluten; Țelină
Cină	Pâine integrală 100g + Salată vinete 70g + Șuncă 70g + Pateu 100g + Măsline 50g + Cașcaval 70g + Ceai fără zahăr	1,146.20	52.60	79.80	52.40	Gluten; Lactoză; Soia

Avizat dietetician :

Minea Andreea Maria
Nutriționist Dietetician
Cod Unic: 100372