

"APROBAT"
Directorul ÎSAP „Rîșcani-SC”
Ina SANDLER



"04"februarie 2021

M E N I U - M O D E L
PENTRU ALIMENTAREA PERSOANELOR CU PRÎNZURI

ANUL 2021

Mun.Chișinău

101

M E N I U - M O D E L

Pentru alimentarea persoanelor social vulnerabile conform necesitatilor DG
Asistentă Socială a Consiliului mun. Chisinau

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Masa în grame	Cantitatea de calorii
LUNI			
1	Salată de legume proaspete	100	110
2	Ciorbă de varză proaspătă cu cartofi	300	134
3	Pulpe de găină în sos alb	80/30	270
4	Paste făinoase cu unt	150	209
5	Compot de fructe proaspete	200	108
6	Cornișor cu mere	50	154
7	Pâine feliată(făina integrală)	150	405
	TOTAL - 28,00 lei md		1391 kcal
MARTI			
1	Salata vitaminică	100	112
2	Ciorba verde ca-acasa	300	167
3	Pește"merluciu"rumen.sos de marinadă	60/50	120
4	Terci de griu viscoasa	150	165
5	Compot de fructe uscate	200	123
6	Chifla de casă	50	225
7	Pâine feliată(făina integrală)	150	405
	TOTAL – 28,00 lei md.		1317 kcal
MIERCURI			
1	Salată de primavara	100	142
2	Supa de cartofi cu paste	300	195
3	Ruladă de gaină	80	193
4	Ghiveci de legume	150	174
5	Compot de fructe naturale	200	108
6	Plăcintă cu mere	50	169
7	Pâine feliată(făina integrală)	150	405
	TOTAL -28,00 lei md		1386 kcal
JOI			
1	Salată de legume naturale	100	112
2	Supă de cartofi cu mazăre	300	205,5
3	Chifteluțe de carne tocate	80/50	199
4	Cașă de hrișcă cu sos roșu	150	236
5	Compot de fructe naturale	200	108
6	Chiflă vanilată	50	126
7	Pâine feliată (făina integrală)	150	405
	TOTAL- 28,00 lei md		1391,5kcal
VINERI			
1	Ghiveci de legume	100	168
2	Borș roșu	300	148,5
3	Gulaș de carne	40/50	142
4	Orez fiert	150	214
5	Ceai cu menta	200	69
6	Cornisor lactat	50	177
7	Pâine feliată(făina integrală)	150	405
	TOTAL -28,00 lei md		1323,5 kcal



[Handwritten signature]

