

Meniu pentru vârsta până la 7 ani

Meniu 1

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	200	160
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	45	210
Chefir	100	57
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2176

Meniu 2

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Borș roșu	200	150
Paste fierte	100	148
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	45	210
Lapte	100	70
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2102

Meniu 3

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Cacao	150	80
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	200	156
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	50	210
Ceai	150	12
Cina		
Ou	45	78
Cartofi la cuptor	100	95
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2113

Meniu 4

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	150	210
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă țărănească	200	143
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	50	211
Salată din varză și morcovi	50	12
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	75	166
Ceai	150	12
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	100	96
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		1960

Meniu 5

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	200	249
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de varză	200	153
Orez cu legume	100	160
Tocăniță de pui	50	174
Salată din varză	50	12
Pâine	50	100
Compot	100	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	50	170
Cacao	100	80
Cina		
Ou fiert	45	60
Hrișcă fiartă	70	112
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2102

Meniu 6

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei și bostan cu lapte	200	206
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	200	157
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	50	170
Lapte	100	70
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	150	235
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2106

Meniu 7

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Zeamă	200	154
Orez cu legume	100	160
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	170
Ceai	150	12
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	50	12
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2096

Meniu 8

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	200	160
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	45	210
Chefir	100	57
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2176

Meniu 9

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Borș roșu	200	150
Paste fierte	100	148
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	45	210
Lapte	100	70
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2102

Meniu 10

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Cacao	150	80
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	200	156
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	50	210
Ceai	150	12
Cina		
Ou	45	78
Cartofi la cuptor	100	95
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2113

Meniu 11

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	150	210
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă țărănească	200	143
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	50	211
Salată din varză și morcovi	50	12
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	75	166
Ceai	150	12
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	100	96
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		1960

Meniu 12

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	200	249
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de varză	200	153
Orez cu legume	100	160
Tocăniță de pui	50	174
Salată din varză	50	12
Pâine	50	100
Compot	100	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	50	170
Cacao	100	80
Cina		
Ou fiert	45	60
Hrișcă fiartă	70	112
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2102

Meniu 13

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei și bostan cu lapte	200	206
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	200	157
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	50	170
Lapte	100	70
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	150	235
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2106

Meniu 14

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	150	12
Gustare I		
Biscuiți	30	160
Lapte	100	70
Prânz		
Zeamă	200	154
Orez cu legume	100	160
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	50	100
Compot	150	81
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	170
Ceai	150	12
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	50	12
Pâine	45	110
Ceai	150	12
Cina II		
Chefir	150	85
TOTAL		2096

Meniu pentru vârsta 8 – 17 ani

Meniu 1

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	7
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	50	267
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	50	110
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2356

Meniu 2

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	300	225
Smântână	10	16
Paste fierte	100	148
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	7
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	50	267
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	80	196
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2451

Meniu 3

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	100/10	290
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	300	234
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	220
Ceai	200	15
Cina		
Ou	45	78
Cartofi la cuptor	150	142
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2398

Meniu 4

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	200	280
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	300	215
Smântână	10	16
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	75	312
Salată din varză și morcovi	75	18
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	100	220
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Cartofi cu dovlecei înăbușiți	100	136
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2443

Meniu 5

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	300	230
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	190
Tocăniță de pui	75	161
Salată din varză	50	12
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	150
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	50	60
Hrișcă fiartă	100	160
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2503

Meniu 6

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	200	206
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	300	285
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proasp	50	7
Pâine	100	186
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	190
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2406

Meniu 7

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	300	231
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	100	200
Compot	100	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită cu zahăr	100	240
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	100	24
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2361

Meniu 8

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	50/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	50	7
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	50	267
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Pâine	50	110
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2356

Meniu 9

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	300	225
Smântână	10	16
Paste fierte	100	148
Chifteluțe în sos de legume	75	169
Roșii proaspete	50	7
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	50	267
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Pâine	80	196
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2451

Meniu 10

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	200	211
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	100/10	290
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	300	234
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	100	158
Tocăniță de pui	75	186
Castraveți proaspeți	50	7
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	220
Ceai	200	15
Cina		
Ou	45	78
Cartofi la cuptor	150	142
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2398

Meniu 11

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	200	280
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	300	215
Smântână	10	16
Terci de grâu	100	160
Bătută de pui	75	312
Salată din varză și morcovi	75	18
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	100	220
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Cartofi cu dovlecei înăbușiți	100	136
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2443

Meniu 12

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/10	290
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	300	230
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	190
Tocăniță de pui	75	161
Salată din varză	50	12
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	150
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	50	60
Hrișcă fiartă	100	160
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2503

Meniu 13

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	200	206
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	300	285
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	100	160
Chifteluțe în sos cu legume	75	169
Castraveți proasp	50	7
Pâine	100	186
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	190
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2406

Meniu 14

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	200	253
Cașcaval	15	42
Pâine cu unt	100/10	190
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	300	231
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	70	180
Salată din castraveți și roșii	50	12
Pâine	100	200
Compot	100	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită cu zahăr	100	240
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	50	211
Salată din varză	100	24
Pâine	80	186
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2361

Meniu pentru adulți cu vârsta de la 18 ani

Meniu 1

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	100	14
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	100	458
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Salată din morcov cu răd	100	24
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3038

Meniu 2

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	350	263
Smântână	10	16
Paste fierte	150	222
Chifteluțe în sos de legume	100	225
Salată din varză cu mazăre cons	100	24
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	100	458
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Salată de legume	100	38
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3122

Meniu 3

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	250	284
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	380
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	350	273
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	150	237
Tocăniță de pui	100	248
Castraveți proasp	100	14
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Ou	90	160
Cartofi la cuptor	200	190
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3024

Meniu 4

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	250	350
Pâine cu unt	100/10	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	350	250
Smântână	10	16
Terci de grâu	150	240
Bătută de pui	100	422
Salată din varză și morcovi	100	24
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	100	221
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	200	192
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2991

Meniu 5

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	350	268
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Tocăniță de pui	100	348
Salată din varză	100	24
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	100	60
Hrișcă fiartă	150	240
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3062

Meniu 6

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	250	258
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	350	275
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Chifteluțe în sos cu legume	100	225
Castraveți proaspeți	100	14
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Bătută de pui	100	422
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3393

Meniu 7

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	280
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	350	270
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	100	257
Salată din castraveți și roșii	100	32
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	100	422
Salată din varză	100	24
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2987

Meniu 8

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de orez	200	250
Ou fiert	45	60
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu fasole	350	280
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Pârjoală de pui	75	202
Roșii proaspete	100	14
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	100	458
Chefir	200	113
Cina		
Pârjoale de pește	70	180
Salată din morcov cu răd	100	24
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3038

Meniu 9

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	20	56
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Borș roșu	350	263
Smântână	10	16
Paste fierte	150	222
Chifteluțe în sos de legume	100	225
Salată din varză cu mazăre cons	100	24
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Biscuiți	100	458
Lapte	200	140
Cina		
Omletă	100	163
Salată de legume	100	38
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3122

Meniu 10

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci de griș	250	284
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	380
Cacao	200	107
Prânz		
Ciorbă cu cartofi și orez	350	273
Smântână	10	16
Mămăligă cu unt	150	237
Tocăniță de pui	100	248
Castraveți proasp	100	14
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Ou	90	160
Cartofi la cuptor	200	190
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3024

Meniu 11

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Budincă din crupe de orez și stafide	250	350
Pâine cu unt	100/10	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă țărănească	350	250
Smântână	10	16
Terci de grâu	150	240
Bătută de pui	100	422
Salată din varză și morcovi	100	24
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă cu mere	100	221
Ceai	200	15
Cina		
Ou fiert	45	60
Dovlecei înăbușiți	200	192
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2991

Meniu 12

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din crupe de porumb cu lapte	250	311
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de varză	350	268
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Tocăniță de pui	100	348
Salată din varză	100	24
Pâine	100	200
Compot	200	108
Gustare II		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Cacao	200	160
Cina		
Ou fiert	100	60
Hrișcă fiartă	150	240
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3062

Meniu 13

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci din mei cu lapte	250	258
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	380
Ceai	200	15
Prânz		
Supă de cartofi cu mazăre uscată	350	275
Smântână	10	16
Hrișcă cu legume	150	240
Chifteluțe în sos cu legume	100	225
Castraveți proaspeți	100	14
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Lapte	200	140
Cina		
Paste coapte cu brânză tare	165	308
Bătută de pui	100	422
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		3393

Meniu 14

Dejun		
Poziție	Gramaj, gr	Energie (kcal)
Terci cu ovăz	250	316
Cașcaval	30	84
Pâine cu unt	100/20	280
Ceai	200	15
Prânz		
Zeamă	350	270
Smântână	10	16
Orez cu legume	150	240
Pârjoală de pește	100	257
Salată din castraveți și roșii	100	32
Pâine	150	300
Compot	200	108
Gustare I		
Mere proaspete	100	70
Chiflă împletită	100	210
Ceai	200	15
Cina		
Bătută de pui	100	422
Salată din varză	100	24
Pâine	100	200
Ceai	200	15
Cina II		
Chefir	200	113
TOTAL		2987