

"APROBAT"
Directorul ISAP „Rîșcani-SC”
Ina SANDLER
"28" octombrie 2019

M Ê N I U - M O D E L
PENTRU ALIMENTAREA PERSOANELOR SOCIAL VULNERABILE
ANUL 2020

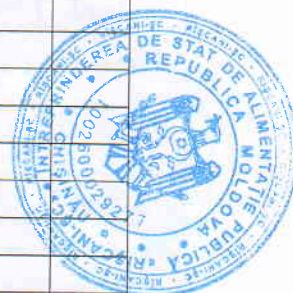
Mun. Chișinău



M E N I U- MODEL

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

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Masa în grame	Cantitatea de calorii	
LUNI				
1	Salată de legume proaspete	100	131	
2	Ciorbă de varză proaspătă cu cartofi	300	134	
3	Pulpe de găină în sos alb	100/50	370	
4	Paste făinoase cu unt	150	230	
5	Compot de fructe proaspete	200	108,5	
6	Cornișor cu mere	50	154	
7	Pîine	150	375	
	TOTAL		1502,5	
MARTI				
1	Brînză cu zahăr	80/20	182	
2	Ciorba verde ca-acasa cu smintina	300	167	
3	Pește"merluciu"rumen.sos de marinadă	70/50	220,5	
4	Cartofi fieti cu unt	150	165	
5	Compot de fructe uscate	200	123	
6	Urechiușe de foitaj	75	225,6	
	Mere proaspete	100	46	
7	Pîine	150	375	
	TOTAL		1504,1	
MIERCURI				
1	Salată de primavara	100	142	
2	Supa de cartofi cu paste	300	195	
3	Ruladă de gaină	80	293	
4	Ghiveci de legume naturale	150	204	
5	Băutură de lămîie	200	123	
6	Plăcintă cu mere	50	169	
7	Pîine	150	375	
	TOTAL		1501	
JOI				
1	Salată de conopida	100	112	
2	Supă de cartofi cu mazăre	300	205,5	
3	Chifteluțe de carne tocate	100/50	319	
4	Cașă de hrișcă cu sos roșu	150	236	
5	Compot de fructe naturale	200	108,5	
6	Chiflă vanilată	50	126	
7	Pîine	150	375	
8	Portocale	100	36	
	TOTAL		1518	
VINERI				
1	Ghiveci de legume	100	168	
2	Borș roșu	300	148,5	
3	Gulaș de carne	50/50	242	
4	Orez fiert	150	214	
5	Jeleu de fructe	200	175,8	
6	Cornisor lactat	50	177	
7	Pîine	150	375	
	TOTAL		1500,3	



Intreprinderea de Stat alimentatie publica "RISCANI-SC"

M E N I U- MODEL

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

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Norma de servire gr.	Cantitatea de calorii,kcal
LUNI			
1	Fasolită cu ceapă rumenită	100	124
2	Zamă cu tăiței de casă	300	159
3	Bitoc natural de fileu de găină rumenit	75	286
4	Terci de mei viscos	150	234
5	Compot de fructe naturale	200	108,5
6	Plăcintă cu dovleac	60	162
7	Fructe proaspete	120	55
8	Pâine feliată	150	375
	TOTAL		1503,5 kcal
MARTI			
1	Vinegretă de legume	100	130
2	Ciorbă de fasole	300	202,5
3	Pui înăbușit în sos de legume	100/75	354
4	Cașă de hrișcă viscoasă	150	236
5	Ceai de mentă cu lămâie	250/5	69
6	Vatrușcă cu fructe	50	167
7	Pâine feliată	150	375
	TOTAL		1533,5 kcal
1	Salată de sfeclă	100	132
2	Supă ca la țară	300	136,5
3	Pîrjoală de găină cu sos roșu	(2/50)/50	362
4	Orez înăbușit în legume	150	214
5	Băutură de fructe	200	121
6	Cornișor cu magiun	50	167,5
7	Pâine feliată	150	375
	TOTAL		1508 kcal
JOI			
1	Salată de cartofi	100	142
2	Supă de cartofi cu orez	300	141,6
3	Peste "merluciu" înăbușit cu legume	70/50	220,5
4	Mămăliguță cu unt	150/10	271
5	Compot de fructe uscate	200	123
6	Plăcintă foitaj cu mere	75	236
7	Pâine feliată	150	375
	TOTAL		1509,1 kcal
VINERI			
1	Salată de morcov	100	144
2	Borș de varză proaspătă cu cartofi	300	163,5
3	Piept de găină înăbușită cu sos alb	80/50	306
4	Puire de cartofi	150	158
5	Jeau de fructe naturale	200	175,8
6	Inelus nisipos cu nuci	50	178
7	Pâine feliată	150	375
	TOTAL		1500,3 kcal

