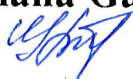


Aprobat

Coordonat

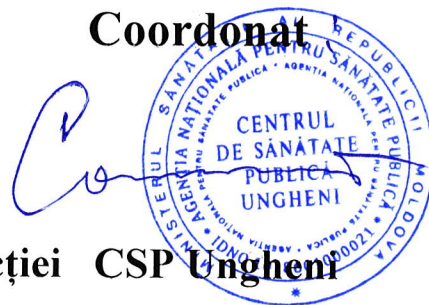
Şefa Taberei

Dna Tatiana Garpaniuc



Şef al Direcţiei CSP Ungheni

DI Cornei Alexandru



19 mai 2025

**Meniurile zilnice
Tabăra de odihnă cu sejur de zi
„ Viitorul”**

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua întâi

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Castaraveți proaspeți	110	100
2.	Ciorbă de varză cu smântână		
	Varză	150	300/10
	Cartofi	80	
	Ceapă	10	
	Morcov	20	
	Verdeață	10	
	Unt	5	
	Ulei	5	
	smântână	10	
3.	Pilaf cu piept de pui		200
	Piept de pui	100	
	Orez	35	
	Ceapă	10	
	Morcov	15	
	ulei	3	
4.	Compot din căpșune cu lămâie		200
	Căpșune	45	
	Lămâie	10	
	zahăr	10	
5.	Pâine cu fier și acid folic	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Biscuiți de ovăș, cireșe	60/100	60/100

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a doua

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Roșii proapete	110	100
2.	Supă din mazăre uscată Mazăre Cartofi Ceapă Morcov Ulei Unt verdeață	35 60 20 15 5 5 10	300
3.	Terci din hrișcă cu pârhoale din carne de vită Hrișcă Unt Carne Ceapă pâine	60 5 100 10 10	200/100
4.	Suc multifruct	200	200
5.	Pâine cu fier și acid folic	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Plăcintă cu brânză, chefir	100 200	100 200

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a treia

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Salată din sfeclă roșie cu semințe de floarea soarelui Sfeclă Ulei Semințe de floarea soarelui	170 10 10	100
2.	Supă din legume cu orez și smântână Orez Cartofi Morcov Tomate în suc propriu Ceapă Unt Ulei smântână	20 90 10 3 10 5 5 10	350/10
3.	Piure din cartofi cu chifteluțe în sos Cartofi Unt Lapte Piept de pui Ceapă pâine	250 7 30 100 10 10	200/70
4.	Compot din cireșe Cireșe zahăr	50 10	200
5.	Pâine cu fier și acid folic	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Căpșune Covrigei	100 100	100 100

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a patra

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Tomate/ardei gras dulce Tomate Ardei gras dulce	60 70	100
2.	Rasolnic Cartofi Castraveți murați Morcov Crupă de arpacaș Ceapă Ulei Unt Pastă de roșii verdeasă	100 50 30 25 10 5 5 5 5	350
3.	Gulaș cu varză înăbușită Carne de vită Paste de tomate Ceapă Unt Morcov Făină de grâu Varză Ulei	160 5 30 5 25 5 280 10	80/200
4.	Ceai din măceș Măceș zahăr	20 10	200
5.	Pâine cu fier și acid folic	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Chiflă Suc	100 200	100 200

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a cincea

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Roșii	110	100
2.	Supă din perișoare din carne de vită		300
	Cartofi	60	
	Orez	10	
	Morcov	10	
	Ceapă	5	
	Pastă de roșii	5	
	Ulei	5	
	Perișoare:		
	Carne de vită	80	
	Ceapă	10	
	Ouă de găină	20	
3.	Legume înăbușite cu pește		200/70
	Pește	140	
	Făină de grâu	8	
	Ulei	12	
	Cartofi	80	
	Varză	140	
	Morcov	10	
	Ceapă	10	
	roșii	20	
4.	Compot din mere		200
	Mere	50	
	zahăr	10	
5.	Pâine de secară	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Chiflă	100	100
	abricoase	200	200

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a șasea

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Castaraveți	100	100
2.	Zeamă cu carne de pui		300
	Carne	80	
	Tăței	20	
	Cartofi	50	
	Ceapă	10	
	Morcov	10	
	Ardei dulce	5	
	Borș acru	10	
	verdeață	5	
3.	Ragu din legume (ou fiert)		200
	Cartofi	150	
	Morcov	20	
	Dovlecei	100	
	Mazăre verde	30	
	Ceapă	10	
	Tomate	30	
	Ulei	5	
	Unt	5	
	ou	1	
4.	Ceai cu lămâie	200	200
	Ceai	5	
	Zahăr	10	
	lămâie	10	
5.	Pâine din secară	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Iaurt	150	150
	căpușune	100	100

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a șaptea

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Dovlecei copti	150	100
2.	Ciorbă cu fasole Fasole Cartofi Ceapă Morcov Verdeață Borș acru ulei	35 60 20 15 5 10 5	300
3.	Macaroane cu piept de pui în sos de smântână Macaroane Unt Piept de pui Smântână făină	70 7 120 25 8	200/ 90
4.	Compot din vișine Vișine zahăr	50 10	200
5.	Pâine din secară	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Biscuiți Chefir	60 200	60 200

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a opta

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Castraveți	110	100
2.	Ciorbă din sfeclă roșie cu smântână		300
	Cartofi	50	
	Sfeclă	80	
	Varză	80	
	Morcov	10	
	Ceapă	20	
	Verdețuri	10	
	Borș acru	5	
	Ulei	5	
	unt	5	
3.	Piure din mazăre cu pârjoale în sos		200/100
	Mazăre uscată	100	
	Unt	8	
	Carne	100	
	Ceapă	10	
	Pâine	10	
	ulei	3	
4.	Compot din caise		200
	Caise	50	
	zahăr	10	
5.	Pâine din secară	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Chiflă cu măr	100	100
	suc	200	200

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a noua

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Roșii/Ardei	60/70	100
2.	Supă de primăvară Cartofi Morcov Orez Ceapă Ulei Verdeață Mazăre verde Ouă unt	100 20 20 10 5 5 25 1/3 5	250
3.	Cartofi înăbușiți cu carne de pui Carne Cartofi Ceapă Ulei Morcov Pastă de roșii	120 300 20 10 15 5	250
4.	Compot din mere Mere zahăr	60 10	200
5.	Pâine din secară	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Plăcintă cu brânză Chefir	100 200	100 200

Tabăra cu sejur de zi „Viitorul”, mun.Ungheni

Meniu ziua a zecea

Prânzul

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Castraveți / roșii	60/60	100
2.	Supă cu arpacaș și smântână Crupă de arpacaș Cartofi Morcov Verdeață Ulei Unt Smântână 3 ceapă	30 100 20 10 5 5 10 10	300
3.	Sarmale lenoase cu piept de pui Piept de pui Orez Varză Morcov Ceapă Pastă de roșii ulei	120 35 120 25 8 5 8	200/90
4.	Ceai cu lămâie Ceai Zahăr lămâie	5 10 10	200
5.	Pâine din secară	100	100

Chindii

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Cantitatea de produse	Volumul bucatelor
1.	Abricoase	100	100
	Iaurt	100	125