

"APROBAT"  
Directorul ISAP „Riscani-SC”  
*Ina SANDLER*  
"20" decembrie 2021



**M E N I U - M O D E L**  
**PENTRU ALIMENTAREA PERSOANELOR SOCIAL VULNERABILE**  
**DIN MUNICIPIUL CHIȘINĂU PENTRU ANUL 2022**

**Mun. Chișinău**

*07*

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

Nr. d/o	Denumirea bucatelor	Masa ,gr	Cantitatea de calorii,kcal
<b>LUNI</b>			
1	Salată de legume proaspete cu ulei	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 /fara grasimi polinesaturate/	50	154
7	Banane proaspete	120	74
8	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	<b>TOTAL-27, 00 lei/fara TVA</b>	<b>1220</b>	<b>1576,5 kcal</b>
<b>MARTI</b>			
1	Brânză cu zahăr	80/20	182
2	Ciorba verde ca-acasa cu smintina	300	167
3	Pește"merluciu"rumen.sos de marinadă	100/50	220,5
4	Cartofi fieti cu unt	150	165
5	Compot de fructe uscate	200	123
6	Placinta cu brinza /fara grasimi polinesaturate/	75	225,6
7	Mere proaspete	150	60
8	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	<b>TOTAL- 27, 00 lei/fara TVA</b>	<b>1275</b>	<b>1518,1kcal</b>
<b>MIERCURI</b>			
1	Salată de primavara	100	142
2	Supa de cartofi cu paste	300	195
3	Ruladă de gaină	100	293
4	Ghiveci de legume naturale	150	204
5	Băutură de lămâie	200	123
6	Invirtita cu mere/fara grasimi polinesaturate/	50	169
7	Fructe naturale /mandarine/	100	65
8	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	<b>TOTAL- 27, 00 lei/fara TVA</b>	<b>1150</b>	<b>1566 kcal</b>
<b>JOI</b>			
1	Salată de conopida cu ulei presat la rece	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/fara grasimi polinesaturate/	50	126
7	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
8	Portocale	100	36
	<b>TOTAL- 27, 00 lei/fara TVA</b>	<b>1300</b>	<b>1518 kcal</b>
<b>VINERI</b>			
1	Ghiveci de legume	100	168
2	Borș roșu	300	148,5
3	Gulaș de carne de bovina/porcina	75/50	242
4	Orez fiert	150	214
5	Bautura de fructe	250	172,3
6	Cornișor lactat/fara grasimi polinesaturate/	75	375
7	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	<b>TOTAL-27, 00 lei/fara TVA</b>	<b>1150</b>	<b>1500 kcal</b>

MENU - MODEL 5 zil



Nr.	Denumirea bucatelor	Norma de servire,gr.	Cantitatea calorii,kcal
<b>LUNI -</b>			
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/fara grasimi polinesaturate/	60	162
7	Fructe proaspete /kiwi/	120	55
8	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	TOTAL -27, 00 lei/fara TVA	<b>1155</b>	<b>1503,5 kcal</b>
<b>MARTI</b>			
1	Vinegretă de legume/ulei preset la rece/	100	130
2	Ciorbă de fasole	300	202,5
3	Pui înăbușit în sos alb	100/75	354
4	Cașă de hrișcă viscoasa	150	236
5	Ceai de mentă cu lămâie	250/5	69
6	Vatrușcă cu fructe/fara grasimi polinesaturate/	50	167
8	Portocale	100	36
7	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	TOTAL -27, 00 lei/fara TVA	<b>1280</b>	<b>1569,5 kcal</b>
<b>MIERCURI</b>			
1	Salată de sfeclă/ulei preset la rece/	100	132
2	Supă ca la țară	300	136,5
3	Pîrjoală de găină cu sos roșu	100/50	362
4	Orez inabușit în legume	150	214
5	Băutură de fructe	200	121
6	Cornișor cu magiun/fara grasimi polinesaturate/	50	167,5
7	Mere proaspete	150	60
7	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	TOTAL-27, 00 lei/fara TVA	<b>1250</b>	<b>1568 kcal</b>
<b>JOI</b>			
1	Salata de cartofi /ulei preset la rece/	100	142
2	Supă de cartofi cu orez	300	141,6
3	Peste "merluciu" înăbușit cu legume	100/50	220,5
4	Mămăliguță cu unt	150/10	271
5	Compot de fructe uscate	200	123
6	Plăcintă foitaj cu mere/fara grasimi polinesaturate/	75	236
7	Banane proaspete	120	74
8	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
	TOTAL -27, 00 lei/fara TVA	<b>1255</b>	<b>1584,1 kcal</b>
<b>VINERI</b>			
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	Jeleu de fructe naturale	200	175,5
6	Chifla cu seminte/fara grasimi polinesaturate/	50	178
7	Pâine feliată de faina integrala fortificata cu calciu	150	375
8	Fructe proaspete	100	69
	TOTAL- 27, 00 lei/fara TVA	<b>1180</b>	<b>1569 kcal</b>

