

**Regim comun 3 - 18 ani săptămâna 1**

ZIUA	DIMINEAȚA	PRÂNZ	GUSTARE ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, pâine* (1) unt, (7) 20g gem 35g	Ciorbă de fasole boabe (1,3,9) 300ml Pilaf 200g Bucățele pui**100g	Biscuiți bicolori (1, 3, 5) 55g	Fidea cu lapte (7,) 250g Sandvici șuncă presată 40g Iaurt natural (7) 125g
MARȚI	Ceai 250ml, pâine*(1) Unt (7) 20g, gem 35g Ou fiert (3)	Ciorbă de pui(1,3,9) 300ml/50g** Ghiveci de legume 250g Pulpe de pui la cuptor 150g**	eugenia (1) 36g	Paste cu unt si brânză telemea (1,,7,9) 300g Iaurt natural (7) 125g
MIERCURI	Ceai 250ml, pâine*(1) , Unt (7) 20g, gem 35g Pate de ficat (6) 50g	Ciorbă de legume (3,9) 300ml Piure de cartofi(7) 250g Pulpe de pui la cuptor 150g**	Prajitură (1,3,7) 40g	Orez cu lapte și scorțișoară (8,9) 250g, Iaurt natural (7) 125g Sandvici cascaval (7)40g
JOI	Ceai 250ml, pâine*(1) Unt (7) 20g, Gem 35g, br topită (7) 17g	Supă de roșii (1,9) 300ml Brocoli și conopidă cu morcovi **200g Chifteluțe la cuptor(3,9)	Banana	Mămăligă 200g Brânză telemea cu smântână (7) 150g Baton cereale (1.8) 23g
VINERI	Ceai 250ml, pâine*(1) unt, (7)20g, gem 35g, cașcaval (7) 50g	Supă de legume cu fidea (1,3,9) 300ml Tocanita carne porc si mămăligă(1,9) 120g/200g	Banana	Budincă de dovlecei cu branza de vaci (1,3,7) 250g Iaurt natural (7) 125g
SÂMBĂȚĂ	Ceai 250ml pâine* (1) Unt (7)20g, Gem 35g Pate de ficat (6) 50g	Ciorbă de pui (1,3,9) 300ml Mâncare de mazare (1) 250g Pulpe de pui la cuptor **150g	Napolitane (1,3,7) 30g	Cușcuș cu legume și carne de pui (1,9)250g,150g** Iaurt natural (7) 125g
DUMINICĂ	Ceai 250 ml pâine*(7) Unt (7) 20g, Gem 35g	Ciorbă de dovlecei cu smântână (3,7,9) 300ml Piure de spanac cu omleta la cuptor(1,3,7) 250g, 100g	Biscuiți cremă (1.3.7)55g	Spaghete cu sos de roșii și carne de pui(1,7) 250g, 150g** Biscuiți digestivi (1,8) 55g

*Pâine 300g/zi

**Gramaj pentru produs congelat

CIFRE LISTĂ ALERGENI:

- 1- Cereale care conțin gluten,
- 3 - Ouă,
- 6 - Soia,
- 7- Lapte, inclusiv lactoză,
- 8 - Fructe cu coajă (migdale, alune etc),
- 9 -Țelină

**Regim însoțitori**

ZIUA	DIMINEAȚA	PRÂNZ	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, pâine* (1) unt, (7) 20g gem 35g	Ciorbă de fasole boabe (1,3,9) 300ml Pilaf 200g Bucățele pui**100g	Fidea cu lapte (7,) 250g Sandvici șuncă presată 40g Iaurt natural (7) 125g
MARȚI	Ceai 250ml, pâine*(1) Unt (7) 20g, gem 35g Ou fiert (3)	Ciorbă de pui(1,3,9) 300ml/50g** Ghiveci de legume 250g Pulpe de pui la cuptor 150g**	Paste cu unt si brânză telemea (1,,7,9) 300g Iaurt natural (7) 125g
MIERCURI	Ceai 250ml, pâine*(1) , Unt (7) 20g, gem 35g Pate de ficat (6) 50g	Ciorbă de legume (3,9) 300ml Piure de cartofi(7) 250g Pulpe de pui la cuptor 150g**	Orez cu lapte și scorțișoară (8,9) 250g, Iaurt natural (7) 125g Sandvici cascaval (7)40g
JOI	Ceai 250ml, pâine*(1) Unt (7) 20g, Gem 35g, br topită (7) 17g	Supă de roșii (1,9) 300ml Brocoli și conopidă cu morcovi **200g Chifteluțe la cuptor(3,9)	Mămăligă 200g Brânză telemea cu smântână (7) 150g Baton cereale (1.8) 23g
VINERI	Ceai 250ml, pâine*(1) unt, (7)20g, gem 35g, cașcaval (7) 50g	Supă de legume cu fidea (1,3,9) 300ml Tocanita carne porc si mămăligă(1,9) 120g/200g	Budincă de dovlecei cu branza de vaci (1,3,7) 250g Iaurt natural (7) 125g
SÂMBĂȚĂ	Ceai 250ml pâine* (1) Unt (7)20g, Gem 35g Pate de ficat (6) 50g	Ciorbă de pui (1,3,9) 300ml Mâncare de mazare (1) 250g Pulpe de pui la cuptor **150g	Cușcuș cu legume și carne de pui (1,9)250g,150g** Iaurt natural (7) 125g
DUMINICĂ	Ceai 250 ml pâine*(7) Unt (7) 20g, Gem 35g	Ciorbă de dovlecei cu smântână (3,7,9) 300ml Piure de spanac cu omleta la cuptor(1,3,7) 250g, 100g	Spaghete cu sos de roșii și carne de pui(1,7) 250g, 150g** Biscuiți digestivi (1,8) 55g

DIETE PENTRU RESPECTAREA PRACTICILOR RELIGIOASE, LA CERERE

*Pâine 300g/zi

**Gramaj pentru produs congelat

CIFRE LISTĂ ALERGENI:

- 1- Cereale care conțin gluten,
- 3 - Ouă,
- 6 - Soia,
- 7- Lapte, inclusiv lactoză,
- 8 - Fructe cu coajă (migdale, alune etc),
- 9 -Țelină



Regim fără sare: hepatic, cardiac și cortizon

ZIUA	DIMINEAȚA	GUSTARE ORA 10	PRÂNZ	GUSTARE ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței, (1,3,9)300ml Paste cu sos alb(1,3,7) 250g Pulpe de pui**150g Măr	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu branză de vaci(3,7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
MARTI	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Piure cartofi (7)250g Pulpe pui 150g** Măr	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte (1.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
MIERCURI	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galusti (1,3,9)300ml Pilaf 250g Pulpe de pui 150g** Măr	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de paste cu branză de vaci (1,3,7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
JOI	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Cartofi natur 250g Pulpe de pui 150g** Măr	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu branză de vaci (3.7) 250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
VINERI	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galusti ,(1,3,9)300ml Paste cu sos alb(1,3, 7)250g Pulpe de pui 150g** Măr	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte(3.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
SAMBATA	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu taiței (1,3,9)300ml Piure cartofi (7)250g Pulpe de pui 150g** Măr	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de paste cu branză de vaci (1.3.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
DUMINICA	Ceai 250ml, Paine aclorida* (1) unt,(7)20g gem 35g, branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu taiței(3,9)300ml Pilaf (9)250g Pulpe de pui 150g** Măr	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte (1.3.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)

*Pâine ACLORIDA 300g/zi; **Gramaj pentru produs congelat

CIFRE LISTĂ ALERGENI:

- 1- Cereale care conțin gluten,
- 3 - Ouă,
- 6 - Soia,
- 7- Lapte, inclusiv lactoză,
- 8 - Fructe cu coajă (migdale, alune etc),
- 9 -Țelină

**Regim post-operator: ulcer 2 și gastric**

ZIUA	DIMINEAȚA	GUSTARE ORA 10	PRÂNZ	GUSTARE ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței , (1,3,9)300ml Paste cu sos alb(1,3,7) 250g Pulpe de pui**150g	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu branză de vaci(3,7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
MARTI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Piure cartofi (7)250g Pulpe pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte (1.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
MIERCURI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galusti (1,3,9)300ml Pilaf 250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de paste cu branză de vaci (1,3,7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
JOI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Cartofi natur 250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu branză de vaci (3.7) 250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
VINERI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galusti (1,3,9)300ml Paste cu sos alb(1,3, 7)250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte(3.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
SAMBATA	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței(1,3,9)300ml Piure cartofi (7)250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de paste cu branză de vaci (1.3.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
DUMINICA	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g branza vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței(3,9)300ml Pilaf (9)250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte (1.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml

*Pâine 300g/zi; **Gramaj pentru produs congelat

CIFRE LISTĂ ALERGENI:

- 1- Cereale care conțin gluten,
- 3 - Ouă,
- 6 - Soia,
- 7- Lapte, inclusiv lactoză,
- 8 - Fructe cu coajă (migdale, alune etc),
- 9 -Țelină

**Regim comun copii 1-3 ani bucătăria dietetică**

ZIUA	DIMINEAȚA	GUSTARE ORA 10	PRÂNZ	GUSTARE ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g cașcaval (7)50g	Măr ras cu biscuiti (1)100g	Ciorbă de legume (1,3,9)200ml Piure cartofi (7)150g Carne pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Budincă de paste cu branză de vacă(3,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g
MARTI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g branză Făgăraș (7)	Banana	Supă cu galusti (1,3,9)200ml Friptură de pui cu paste(1) 100g,150 g	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Griș cu lapte (1,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g
MIERCURI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g gem 35g,	Măr ras cu branza de vacă (1,7)100g	Ciorbă de legume (1,3,9)200ml Pilaf sarbesc (7)150g Friptura de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Mămăliguță cu branză de vacă (1,3,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g
JOI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g ou fiert	Banana	Supă cu tăiței (1,3,9)200ml Piure de legume (1)150g Pulpe de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Orez cu lapte (7) 200g/ Cereale cu lapte (7)200g
VINERI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g gem 35g,	Măr ras cu biscuiti (1)100g	Supă cremă de legume(1,9)200ml Piure de mazare(1,7)150g Pulpe de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Paste cu brânză de vacă(1,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g
SAMBATA	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g ou fiert	Banana	Ciorbă de legume (1,3,9)200ml Friptura de pui cu paste(1) 100g**,150g	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Griș cu lapte (1,7)200g/ Cereale cu lapte(7)200g
DUMINICA	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g cașcaval (7)50g	Măr ras cu branza de vacă (1,7) 100g	Supă cu galusti(3,9)200ml Piure cartofi (7,9)150g Pulpe de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiti digestivi 50g(1,7)	Budincă de orez cu branză de vacă (1,3,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g

*Pâine 100g/zi; **Gramaj pentru produs congelat

CIFRE LISTĂ ALERGENI:

- 1- Cereale care conțin gluten,
- 3 - Ouă,
- 6 - Soia,
- 7- Lapte, inclusiv lactoză,
- 8 - Fructe cu coajă (migdale, alune etc),
- 9 -Țelină