

**Regim comun 3 - 18 ani săptămâna 2**

ZIUA	DIMINEAȚA	PRÂNZ	GUSTARE ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, pâine* (1) unt, (7) 20g gem 35g	Supă de pui cu tăiței, (1,3,9) 300ml Piure de cartofi 200g Carne pui**150g	Prăjitură Souffle (1, 3, 5) 55g	Mâncare de fasole verde și carne pui (1,9) 250g, 150g Biscuiți digestivi (1,8) 55g
MARȚI	Ceai 250ml, pâine*(1) Unt (7) 20g, gem 35g brânză topita (7) 17g	Ciorbă cu perișoare din carne tocată (1,3,9) 300ml/50g** Ciulama de pui** cu mămăligă (1,7) 200g, 150g, 100g	Biscuiți cremă (1.3.5) 55g	Cartofi la cuptor și carne pui 250g, 150g Iaurt natural (7) 125g
MIERCURI	Ceai 250ml, pâine*(1) , Unt (7) 20g, gem 35g Pate de ficat (6) 50g	Ciorbă de cartofi cu orez (3,9) 300ml Ghiveci de legume 250g Pulpe de pui la cuptor 150g**	Banana	Spaghete bologneze (1,9) 250g, 150g** Iaurt natural (7) 125g
JOI	Ceai 250ml, pâine*(1) Unt (7) 20g, Gem 35g, brânză topită (7) 17g	Ciorbă de legume (1,9) 300ml Ardei umpluți cu orez și carne tocată 250g (1,3,9)	Eugenia (1) 36g	Pilaf cu legume și carne de pui (9) 250g, 150g** (1,3,7) 250g 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 Varză cu carne de porc**si mămăligă 250g/120g/200g	Banana	Cuș cuș cu legume (1,7) 250g și carne pui 150g Biscuiți digestivi (1,8) 55g
SÂMBĂȚĂ	Ceai 250ml pâine* (1) Unt (7)20g, Gem 35g brânză topita (7) 17 g	Ciorbă de zarzavat cu fidea (1,3,9) 300ml Mâncare de mazare (1) 250g Pulpe de pui la cuptor **150g	Prajitură (1,3,7) 40g	Paste cu unt și brânză telemea (1,7) 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 Pilaf cu pulpe de pui la cuptor** 250g, 150g	Napolitane (1.3.7)30g	Mămăligă 200g Brânză telemea cu smântână (7) 150g Baton cereale (1.8) 23g

*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	Supă de pui cu tăitei, (1,3,9) 300ml Piure de cartofi 200g Carne pui**150g	Mâncare de fasole verde și carne pui (1,9) 250g, 150g Biscuiți digestivi (1,8) 55g
MARȚI	Ceai 250ml pâine*(1) Unt (7) 20g, Gem 35g Brânză topita (7) 17g	Ciorbă cu perișoare din carne tocată (1,3,9) 300ml/50g** Ciulama de pui** cu mămăligă (1,7) 200g, 150g, 100g	Cartofi la cuptor și carne pui 250g, 150g Iaurt natural (7) 125g
MIERCURI	Ceai 250ml pâine*(1), Unt (7)20g, Gem 35g Pate de ficat (6) 50g	Ciorbă de cartofi cu orez (3,9) 300ml Ghiveci de legume 250g Pulpe de pui la cuptor 150g**	Spaghete bologneze (1,9) 250g, Iaurt natural (7) 125g
JOI	Ceai 250ml pâine*(1) Unt (7) 20g, Gem 35g, brânză topită (7) 17 g	Ciorbă de legume (1,9) 300ml Ardei umpluți cu orez și carne tocată 250g (1,3,9)	Pilaf cu legume și carne de pui (9) 250g, 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 Varză cu carne de porc**si mămăligă 250g/120g/200g	Cuș cuș cu legume (1,7) 250g și carne pui 150g Biscuiți digestivi (1,8) 55g
SAMBATA	Ceai 250ml pâine* (1) Unt (7) 20g, Gem 35g brânză topita (7) 17 g	Ciorbă de zarzavat cu fidea (1,3,9) 300ml Mâncare de mazare (1) 250g Pulpe de pui la cuptor **150g	Paste cu unt și brânză telemea (1,7) 150g Iaurt natural (7) 125g
DUMINICA	Ceai 2 50ml pâine*(7) Unt (7)20g, Gem 35g	Ciorbă de dovlecei cu smântână (3,7,9) 300ml Pilaf cu pulpe de pui la cuptor** 250g, 150g	Mămăligă 200g Brânză telemea cu smântână (7) 150g Baton cereale (1.8) 23g

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 acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză 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 Mar	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu brânză de vacii(3,7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
MARȚI	Ceai 250ml, Paine acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Piure cartofi (7)250g Pulpe pui 150g** Mar	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte (1.7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7)
MIERCURI	Ceai 250ml, Paine acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galusti (1,3,9)300ml Pilaf 250g Pulpe de pui 150g** Mar	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de paste cu brânză de vaci (1,3,7)250g Biscuiți digestivi 50g(1,7)
JOI	Ceai 250ml, Paine acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Cartofi natur250g Pulpe de pui 150g** Mar	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu brânză de vaci (3.7) 250g Biscuiți digestivi 50g(1,7)
VINERI	Ceai 250ml, Paine acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galuști ,(1,3,9)300ml Paste cu sos alb(1,3, 7)250g Pulpe de pui 150g** Mar	Iaurt natural(7) 125g	Fidea cu lapte(3.7)250g Biscuiți digestivi 50g(1,7)
SÂMBĂȚA	Ceai 250ml, Paine acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galuști(1,3,9)300ml Pilaf (9)250g Pulpe de pui 150g** Mar	Iaurt natural(7) 125g	Paste cu brânză de vacii (3,7)250g Biscuiți digestivi 50g(1,7)
DUMINICA	Ceai 250ml, Paine acloridă* (1) unt,(7)20g gem 35g, brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galuști(3,9)300ml Piure cartofi (7,9)250g Pulpe de pui 150g** Mar	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu brânză de vaci (1.3.7)250g Biscuiți digestivi 50g(1,7)

*Pâine ACLORIDĂ 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 brânză 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 brânză de vaci(3,7)250g Biscuiti digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
MARȚI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g brânză 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 Biscuiți digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
MIERCURI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g brânză 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 brânză de vaci (1,3,7)250g Biscuiți digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
JOI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu tăiței (1,3,9)300ml Cartofi natur250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu brânză de vaci (3.7) 250g Biscuiți digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
VINERI	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galuști ,(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 Biscuiți digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
SÂMBĂȚA	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galuști(1,3,9)300ml Pilaf (9)250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Paste cu brânză de vaci (,3,7)250g Biscuiți digestivi 50g(1,7) Compot de mere 250ml
DUMINICA	Ceai 250ml, Paine * (1) unt,(7)20g brânză vaci (7)50g	Biscuiti petit (1) 100g	Supă cu galuști(3,9)300ml Piure cartofi (7,9)250g Pulpe de pui 150g**	Iaurt natural(7) 125g	Budincă de orez cu brânză de vaci (1.3.7)250g Biscuiți 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	GUSTA RE ORA 10	PRÂNZ	GUSTARE ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g cașcaval (7)50g	Măr ras cu biscuiți (1)100g	Ciorbă de legume (1,3,9)200ml Piure cartofi (7)150g Carne pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiți digestivi 50g(1,7)	Budincă de paste cu branză de vacă(3,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g
MARȚI	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g branză Făgăraș (7)	Banană	Supă cu galuși (1,3,9)200ml Friptură de pui cu paste(1) 100g,150 g	Iaurt natural (7) 125g Biscuiți 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 branză de vacă (1,7)100g	Ciorbă de legume (1,3,9)200ml Pilaf sarbesc (7)150g Friptură de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiți 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	Banană	Supă cu tăiței (1,3,9)200ml Piure de legume (1)150g Pulpe de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiți 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 biscuiți (1)100g	Supă cremă de legume(1,9)200ml Piure de mazăre(1,7)150g Pulpe de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiți digestivi 50g(1,7)	Paste cu branză de vacă(1,7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g
SÂMBĂȚA	Ceai 250ml, Paine (1)100g unt,(7)20g ou fiert	Banană	Ciorbă de legume (1,3,9)200ml Friptură de pui cu paste(1) 100g**,150g	Iaurt natural(7) 125g Biscuiți 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 branză de vacă (1,7) 100g	Supă cu galuși(3,9)200ml Piure cartofi (7,9)150g Pulpe de pui 100g**	Iaurt natural(7) 125g Biscuiți digestivi 50g(1,7)	Budincă de orez cu branză de vacă (1.3.7)200g/ Cereale cu lapte (7)200g

**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