

| MD                      |          | G1                                                                                                                               | PRANZ                   | G2                                                                                                                                                                                                    | CINA                                              |                                                                                                                                      |
|-------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| COMUN + MAME (3-18 ani) | luni     | Ceai 250ml, ou fiert, castravete 50 g, cascaval 50 gr, pâine alba 200g, unt 20g, gem 20g, iaurt 3.5%, masline 30 gr              | fruct                   | Supa de pui cu galusti (300 ml) + paine alba + Pui la cuptor cu sos de smantana si ciuperci + mamaliguta - 300g                                                                                       | Brioșe cu afine - 60 gr                           | Cartofi la cuptor cu rozmarin (140 g) cu pui cu sos de rosii (80 gr) si salata de varza (70 gr) - 290g                               |
|                         | marti    | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, telemea 50 g, castravete 50 g, pâine alba 200g, gem 20g, unt 20g, masline 30 g           | fruct                   | Ciorba de vacuta 250ml<br>Pilaf sarbesc cu pui si legume cu sos de rosii (250 gr) + paine alba                                                                                                        | Placinta cu mere - 60 g                           | Paste la cuptor in stil grecesc - cu pui si cascaval 300g                                                                            |
|                         | miercuri | Ceai 250ml, ardei gras 30 g, masline negre 20 g, ou fiert, cascaval 50 gr, iaurt 3.5%, pâine alba 200g, unt 20g, gem 20g         | fruct                   | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Chiftelute cu dovlecei (100 gr) piure de cartofi (100 gr) salata de varza (50 g) - 250g<br>Paine                                                                    | Budinca de paste cu brânză dulce și stafide - 60g | Placinta cu spanac si telemea - 250 g                                                                                                |
|                         | joi      | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, telemea - 50 gr., castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 10g, miere 20 g    | fruct                   | Ciorba de perisoare 250ml<br><b>Mancare de fasole galbena pastai (160 g) cu carne de pui (90 g) +</b><br>Salata de sfecla rosie (50 g) - 300g<br>Paine                                                | Placinta Dolongaci - 70 g                         | Salata rece de paste cu ton si legume proaspete - 250g                                                                               |
|                         | vineri   | Ceai 250ml, iaurt natural, ou fiert, castravete 30 gr, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 20g, miere 20 g                        | fruct                   | Supa crema de legume cu crutoane 240ml<br>Paste tip couscous cu legume si carne de pui (260g)                                                                                                         | Pandispan cu fructe - 60g                         | Cartofi frantuzesti cu cascaval - 250 g                                                                                              |
|                         | sambata  | Ceai 250ml, ou fiert, telemea 50 g, castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 10g, gem 20 g                            | fruct                   | Supa de pui cu galusti 250ml - 400g + Paine<br>Pizza cu legume si mozzarella - 250 gr                                                                                                                 | Gris cu lapte si gem - 150 g                      | Orez basmati cu legume (200g) si pui (90g) + salata de sfecla rosie (50 g) - 340g                                                    |
|                         | duminica | Ceai 250ml, ou fiert, iaurt natural, cascaval 50 g, castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 20g, miere               | fruct                   | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Pui mediteraneeen + cartof copt cu sos de iaurt si aromatice - 250g                                                                                                 | Budinca de orez cu lapte - 150 g                  | Penne cu sos rosu si carne de vita 250g                                                                                              |
| Hepatocortison/Desodat  | luni     | Ceai 250ml, ou fiert, castravete 50 g, branza de vaci 50 gr, pâine alba fara sare 200g, unt 20g, gem 20g, iaurt 3.5%             | fruct                   | Supa de pui cu galusti (300 ml) fara sare + paine alba fara sare + Pui la cuptor cu sos de smantana si ciuperci fara sare + mamaliguta fara sare - 300g                                               | Brioșe cu afine - 60 gr                           | Cartofi la cuptor cu rozmarin (140 g) fara sare cu pui cu sos de rosii (80 gr) fara sare si salata de varza (70 gr) fara sare - 290g |
|                         | marti    | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, branza de vaci 50 g, castravete 50 g, pâine alba fara sare 200g, gem 20g, unt 20g        | fruct                   | Ciorba de vacuta fara sare 250ml<br>Pilaf sarbesc cu pui si legume cu sos de rosii fara sare (250 gr) + paine alba fara sare                                                                          | Placinta cu mere - 60 g                           | Paste la cuptor in stil grecesc - cu pui si cascaval fara sare 300g                                                                  |
|                         | miercuri | Ceai 250ml, ardei gras 50 g, ou fiert, branza de vaci 50 gr, iaurt 3.5%, pâine alba fara sare 200g, unt 20g, gem 20g             | fruct                   | Ciorba de pui a la grec fara sare 250 ml<br>Chiftelute cu dovlecei fara sare (100 gr) piure de cartofi fara sare (100 gr) salata de varza fara sare (50 g) - 250g<br>Paine fara sare                  | Budinca de paste cu brânză dulce și stafide - 60g | Placinta cu spanac si branza de vaci fara sare - 250 g                                                                               |
|                         | joi      | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, branza de vaci - 50 gr., castravete 50 g, pâine alba fara sare 200g, unt 10g, miere 20 g | fruct                   | Ciorba de perisoare fara sare 250ml<br><b>Mancare de fasole galbena pastai (160 g) fara sare cu carne de pui fara sare (90 g) +</b> Salata de sfecla rosie fara sare (50 g) - 300g<br>Paine fara sare | Placinta Dolongaci - 70 g                         | Salata rece de paste cu ton si legume proaspete fara sare - 250g                                                                     |
|                         | vineri   | Ceai 250ml, iaurt natural, ou fiert, castravete 30 gr, pâine alba fara sare 200g, unt 20g, miere 20 g                            | fruct                   | Supa crema de legume cu crutoane fara sare 240ml<br>Paste tip couscous cu legume si carne de pui fara sare (260g)                                                                                     | Pandispan cu fructe - 60g                         | Cartofi frantuzesti cu cascaval fara sare - 250 g                                                                                    |
|                         | sambata  | Ceai 250ml, ou fiert, cascaval 50 g, castravete 50 g, pâine alba 200g, unt 10g, gem 20 g                                         | fruct                   | Supa de pui cu galusti fara sare 250ml - 400g + Paine fara sare<br>Pizza cu legume si mozzarella fara sare - 250 gr                                                                                   | Gris cu lapte si gem - 150 g                      | Orez basmati cu legume fara sare (200g) si pui fara sare (90g) + salata de sfecla rosie fara sare (50 g) - 340g                      |
|                         | duminica | Ceai 250ml, ou fiert, iaurt natural, cascaval 50 g, castravete 50 g, pâine alba 200g, unt 20g, miere                             | fruct                   | Ciorba de pui a la grec fara sare 250 ml<br>Pui mediteraneeen fara sare + cartof copt cu sos de iaurt si aromatice fara sare - 250g                                                                   | Budinca de orez cu lapte - 150 g                  | Penne cu sos rosu si carne de vita fara sare 250g                                                                                    |
|                         | luni     | 3 felii paine prajita + 80 gr branza de vaci + ceai de menta 250 ml                                                              | mar copt cu scortisoara | supa de zarzavat fara cartofi cu crutoane cu morcovi si radacinoase 250 ml + orez fiert cu ciuperci 250 gr<br>Paine prajita                                                                           | biscuiti populari 50 gr                           | paste cu branza de vaci - 250 gr                                                                                                     |

|                             |          |                                                                                                                                           |                         |                                                                                                                                                                    |                               |                                                                                                        |
|-----------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Enterocolita                | marti    | 3 felii de paine prajita + 80 gr branza de vaci cu marar + ceai de menta 250 ml                                                           | banana                  | supa crema fara cartofi cu crutoane cu morcovi si radacinoase 250 ml + paste simple cu dovlecei 250 gr<br>Paine prajita                                            | covrigei vanilati 50 gr       | orez cu legume cu pui la gratar - 250 gr                                                               |
|                             | miercuri | 3 felii de paine prajita + 80 gr branza de vaci cu marar + ceai de menta 250 ml                                                           | mar copt cu scortisoara | supa de zarzavat fara cartofi cu crutoane cu morcovi si radacinoase 250 ml + orez sarbesc cu legume si pui la gratar - 250 gr<br>paine prajita                     | biscuiti populari 50 gr       | Paste cu legume si pui - 250 gr                                                                        |
|                             | joi      | fulgi de ovaz cu lapte de cocos - 200 gr + ceai de menta 250 ml                                                                           | banana                  | supa crema fara cartofi cu crutoane cu morcovi si radacinoase 250 ml + paste cu legume - 250 gr + paine prajita                                                    | covrigei vanilati 50 gr       | orez sarbesc cu legume - 250g                                                                          |
|                             | vineri   | 3 felii paine prajita + 80 gr branza de vaci cu marar + ceai de menta 250 ml                                                              | banana                  | supa crema fara cartofi cu crutoane cu morcovi si radacinoase 250 ml + paste cu branza de vaci la cuptor - 250 gr                                                  | biscuiti populari 50 gr       | paste cu dovlecel si piept de pui la gratar - 250g                                                     |
|                             | sambata  | fulgi de ovaz cu lapte de cocos - 200 gr + ceai de menta 250 ml                                                                           | banana                  | supa crema fara cartofi cu crutoane cu multi morcovi si radacinoase 250 ml + piept de pui la gratar cu orez basmati 250 gr                                         | covrigei vanilati 50 gr       | Couscous fara legume cu carne de pui la cuptor - 250g                                                  |
|                             | duminica | 3 felii paine prajita + 80 gr branza de vaci + ceai de menta 250 ml                                                                       | mar copt cu scortisoara | supa de zarzavat fara cartofi cu crutoane cu morcovi si radacinoase 250 ml + orez cu legume - 250 gr                                                               | gris cu lapte de cocos 100 gr | Penne simple cu pui - 250g                                                                             |
| Regim fara gluten           | luni     | Ceai 250ml, ou fiert, castravete 50 g, cascaval 50 gr, pâine alba fara gluten 200g, unt 20g, gem 20g, iaurt 3.5%, masline 30 gr           | mar                     | Supa de pui cu galusti din gris fara gluten (300 ml) + paine alba fara gluten + Pui la cuptor cu sos de smantana si ciuperci + mamaliguta fara gluten - 300g       | biscuiti fara gluten          | Cartofi la cuptor cu rozmarin (140 g) cu pui cu sos de rosii (80 gr) si salata de varza (70 gr) - 290g |
|                             | marti    | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, telemea 50 g, castravete 50 g, pâine alba fara gluten 200g, gem 20g, unt 20g, masline 30 g        | banana                  | Ciorba de vacuta 250ml<br>Pilaf sarbesc cu pui si legume cu sos de rosii (250 gr) + paine alba fara gluten                                                         | napolitane fara gluten        | Paste fara gluten la cuptor in stil grecesc - cu pui si cascaval 300g                                  |
|                             | miercuri | Ceai 250ml, ardei gras 30 g, masline negre 20 g, ou fiert, cascaval 50 gr, iaurt 3.5%, pâine alba fara gluten 200g, unt 20g, gem 20g      | mar                     | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Chiftelute cu dovlecei (100 gr) piure de cartofi (100 gr) salata de varza (50 g) - 250g<br>Paine fara gluten                     | biscuiti fara gluten          | Pui la cuptor cu orez basmati si legume - 250 g                                                        |
|                             | joi      | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, telemea - 50 gr., castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba fara gluten 200g, unt 10g, miere 20 g | mar                     | Ciorba de perisoare 250ml<br><b>Mancare de fasole galbena pastai (160 g) cu carne de pui (90 g) +</b><br>Salata de sfecla rosie (50 g) - 300g<br>Paine fara gluten | napolitane fara gluten        | Salata rece de paste fara gluten cu ton si legume proaspete - 250g                                     |
|                             | vineri   | Ceai 250ml, iaurt natural, ou fiert, castravete 30 gr, masline 30 g, pâine alba fara gluten 200g, unt 20g, miere 20 g                     | banana                  | Supa crema de legume cu crutoane fara gluten 240ml<br>Paste tip couscous fara gluten cu legume si carne de pui (260g)                                              | biscuiti fara gluten          | Cartofi frantuzesti cu cascaval - 250 g                                                                |
|                             | sambata  | Ceai 250ml, ou fiert, telemea 50 g, castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba fara gluten 200g, unt 10g, gem 20 g                         | mar                     | Supa de pui cu galusti fara gluten 250ml - 400g + Paine fara gluten<br>pui la cuptor cu orez basmati si legume - 250 gr                                            | napolitane fara gluten        | Orez basmati cu legume (200g) si pui (90g) + salata de sfecla rosie (50 g) - 340g                      |
|                             | duminica | Ceai 250ml, ou fiert, iaurt natural, cascaval 50 g, castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba fara gluten 200g, unt 20g, miere            | banana                  | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Pui mediteraneeen + cartof copt cu sos de iaurt si aromatice - 250g + paine fara gluten                                          | biscuiti fara gluten          | Penne fara gluten cu sos rosu si carne de vita 250g                                                    |
| POST-OPERATOR (non gastric) | ziua 1   | ceai neindulcit                                                                                                                           | iaurt natural           | chefir                                                                                                                                                             | zeama de compot neindulcita   | supa clara                                                                                             |
|                             | ziua 2   | Ceai musetel 250ml,paine alba prajita 200g,branza de vaci 100g                                                                            | iaurt natural           | Supa de morcovi 250ml<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g                                                                                                        | biscuiti 50 gr                | Branza de vaci 100g<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g si compot de piersici /caise 250g            |
|                             | ziua 3   | Ceai musetel 250ml, paine alba prajita 200g, ou fiert, branza de vaci, unt, gem 100g                                                      | banana                  | Supa de legume 250ml<br>Piure de cartofi cu pulpa de pui la cuptor 250g                                                                                            | desert                        | Cartofi copti cu pulpa de pui la cuptor 250 gr + compot de piersici /caise 250g                        |

|                            |          |                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                        |
|----------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            | ziua 4   | Ceai musetel 250ml, paine alba prajita 200g, ou fiert, branza de vaci 100g, unt, gem                                             | banana                  | Supa de legume 250ml<br>Piure de cartofi cu pulpa de pui la cuptor 250g                                                                                          | desert                                            | Cartofi copti cu pulpa de pui la cuptor 250 gr + compot de piersici /caise 250g                        |
|                            | ziua 5   | Ceai musetel 250ml, paine alba prajita 200g, ou fiert, branza de vaci 100g, unt, gem                                             | banana                  | Supa de legume 250ml<br>Piure de cartofi cu pulpa de pui la cuptor 250g                                                                                          | desert                                            | Cartofi copti cu pulpa de pui la cuptor 250 gr + compot de piersici /caise 250g                        |
| POST-OPERATOR<br>(gastric) | ziua 1   | ceai neindulcit                                                                                                                  | iaurt natural           | chefir                                                                                                                                                           | zeama de compot neindulcita                       | supa clara                                                                                             |
|                            | ziua 2   | Ceai musetel 250ml,paine alba prajita 200g, branza de vaci 100g                                                                  |                         | Supa de morcovi 250ml<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g                                                                                                      | biscuiti 50 gr                                    | laurt natural<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g si compot de piersici /caise 250g                  |
|                            | ziua 3   | Ceai musetel 250ml, paine alba prajita 200g, ou fiert, branza de vaci 100g                                                       |                         | Supa de morcovi 250ml<br>Piure de cartofi cu pulpa de pui la cuptor 250g                                                                                         | biscuiti 50 gr                                    | laurt natural<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g si compot de piersici /caise 250g                  |
|                            | ziua 4   | Ceai musetel 250ml, paine alba prajita 200g, ou fiert, branza de vaci 100g                                                       |                         | Supa de morcovi 250ml<br>Piure de cartofi cu pulpa de pui la cuptor 250g                                                                                         | biscuiti 50 gr                                    | laurt natural<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g si compot de piersici /caise 250g                  |
|                            | ziua 5   | Ceai musetel 250ml, paine alba prajita 200g, ou fiert, branza de vaci 100g                                                       |                         | Supa de morcovi 250ml<br>Piure de cartofi cu pulpa de pui la cuptor 250g                                                                                         | biscuiti 50 gr                                    | laurt natural<br>Cartofi natur cu pulpa de pui 250g si compot de piersici /caise 250g                  |
|                            |          |                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                        |
| Meniu constipatie          | luni     | Ceai 250ml, ou fiert, castravete 50 g, branza de vaci 50 gr, pâine integrala 200g, unt 20g, gem 20g, masline 30 gr               | mar copt cu scortisoara | Supa de pui cu galusti (300 ml) + paine integrala + Pui la cuptor cu sos de smantana si ciuperci - 300g                                                          | Brioșe cu afine - 60 gr                           | Cartofi la cuptor cu rozmarin (140 g) cu pui cu sos de rosii (80 gr) si salata de varza (70 gr) - 290g |
|                            | marti    | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu ardei, telemea 50 g, castravete 30 g, pâine integrala 200g, gem 20g, unt 20g, prune uscate 30 gr | mar copt cu scortisoara | Ciorba de vacuta 250ml<br>Paste integrale cu pui si legume cu sos de rosii (250 gr) + paine integrala                                                            | Placinta cu mere - 60 g                           | Paste integrale la cuptor in stil grecesc - cu pui si cascaval 300g                                    |
|                            | miercuri | Ceai 250ml, ardei gras 30 g, masline negre 20 g, ou fiert, cascaval 50 gr, pâine integrala 200g, unt 20g, gem 20g                | mar copt cu scortisoara | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Chiftelute cu dovlecei (100 gr) piure de cartofi (100 gr) salata de varza (50 g) - 250g<br>Paine integrala                     | Budinca de paste cu brânză dulce și stafide - 60g | Placinta cu spanac si telemea - 250 g                                                                  |
|                            | joi      | Ceai 250ml, iaurt natural, ou fiert, prune uscate 30 gr, castravete 30 gr, pâine integrala 200g, unt 20g, miere 20 g             | mar copt cu scortisoara | Ciorba de perisoare 250ml<br><b>Mancare de fasole galbena pastai (160 g) cu carne de pui (90 g) +</b><br>Salata de sfecla rosie (50 g) - 300g<br>Paine integrala | Placinta Dolongaci - 70 g                         | Salata rece de paste cu ton si legume proaspete - 250g                                                 |
|                            | vineri   | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu ardei - 80g, telemea - 50 gr., castravete 30 g, pâine integrala 200g, unt 10g, miere 20 g        | mar copt cu scortisoara | Supa crema de legume cu crutoane 240ml<br>Paste tip couscous cu legume si carne de pui (260g)                                                                    | Pandispan cu fructe - 60g                         | Cartofi frantuzesti cu cascaval - 250 g                                                                |
|                            | sambata  | Ceai 250ml, ou fiert, telemea 50 g, iaurt natural, masline 30 g, pâine integrala 200g, unt 10g, gem 20 g                         | mar copt cu scortisoara | Supa de pui cu galusti 250ml - 400g + Paine integrala<br>Pizza cu legume si mozzarella - 250 gr                                                                  | Gris cu lapte si gem - 150 g                      | Cartofi la cuptor (200g) si pui (90g) + salata de sfecla rosie (50 g) - 340g                           |
|                            | duminica | Ceai 250ml, iaurt natural, cascaval 50 g, castravete 30 g, masline 30 g, pâine integrala 200g, unt 10g, miere 20g                | mar copt cu scortisoara | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Pui mediteraneeen + cartof copt cu sos de iaurt si aromatice - 250g                                                            | Budinca de orez cu lapte - 150 g                  | Penne integrale cu sos rosu si carne de vita 250g                                                      |
|                            | ziua 1   | ceai de plante + glucoza pulvis sau zahar fiert                                                                                  |                         | supa de zarzavat (350 gr morcov/litru + pastarnac, patrunjel, dovlecel) - fara cartof                                                                            | zeama de compot de mere fara fructe               | orez fiert / paste din faina de orez                                                                   |

|                                              |          |                                                                                                                               |                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                   |                                                                                                         |
|----------------------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Meniu urticarie si prurigo<br>(de excludere) | ziua 2   | pilaf dietetic                                                                                                                |                                                                     | carne de pui sau vita fiarta sau la gratar<br>legume fierte (dovlecel, morcov)                                                                          | zeama de compot de mere fara fructe               | supa de zarvavat + paine prajita fara gluten                                                            |
|                                              | ziua 3   | 100 gr branza de vaci, urda, telemea desarata                                                                                 |                                                                     |                                                                                                                                                         | zeama de compot de mere fara fructe               | carne de pui fiarta sau la gratar                                                                       |
|                                              | ziua 4   | 100 gr branza de vaci, urda, telemea desarata                                                                                 | legume fierte<br>(dovlecel, morcov)<br>+ fructe autohtone<br>(mere) | carne de pui fiarta sau la gratar                                                                                                                       | zeama de compot de mere fara fructe               | paste fara gluten + carne                                                                               |
|                                              | ziua 5   | 100 gr branza de vaci, urda, telemea desarata                                                                                 | legume fierte<br>(dovlecel, morcov)<br>+ fructe autohtone<br>(mere) | carne de pui fiarta sau la gratar                                                                                                                       | zeama de compot de mere fara fructe               | paste fara gluten cu carne                                                                              |
| Meniu hiperproteic                           | luni     | Ceai 250ml, ou fiert, castravete 50 g, cascaval 50 gr, pâine alba 200g, unt 20g, gem 20g, iaurt 3.5%, masline 30 gr           | fruct                                                               | Supa de pui cu galusti (300 ml) + paine alba + Pui la cuptor (140 g) cu sos de smantana si ciuperci + mamaliguta - 300g                                 | Brioșe cu afine - 60 gr                           | Cartofi la cuptor cu rozmarin (140 g) cu pui cu sos de rosii (100 gr) si salata de varza (70 gr) - 290g |
|                                              | marti    | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, telemea 50 g, castravete 50 g, pâine alba 200g, gem 20g, unt 20g, masline 30 g        | fruct                                                               | Ciorba de vacuta 250ml<br>Pilaf sarbesc cu pui (140 g) si legume cu sos de rosii (250 gr) + paine alba                                                  | Placinta cu mere - 60 g                           | Paste la cuptor in stil grecesc - cu pui (100 g) si cascaval 300g                                       |
|                                              | miercuri | Ceai 250ml, ardei gras 30 g, masline negre 20 g, ou fiert, cascaval 50 gr, iaurt 3.5%, pâine alba 200g, unt 20g, gem 20g      | fruct                                                               | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Chiftelute cu dovlecei (140 gr) piure de cartofi (100 gr) salata de varza (50 g) - 250g<br>Paine                      | Budinca de paste cu brânză dulce și stafide - 60g | Placinta cu spanac si telemea - 250 g                                                                   |
|                                              | joi      | Ceai 250ml, omleta la cuptor cu legume, telemea - 50 gr., castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 10g, miere 20 g | fruct                                                               | Ciorba de perisoare 250ml<br><b>Mancare de fasole galbena pastai (110 g) cu carne de pui (140 g) +</b><br>Salata de sfecla rosie (50 g) - 300g<br>Paine | Placinta Dolongaci - 70 g                         | Salata rece de paste cu ton si legume proaspete - 250g                                                  |
|                                              | vineri   | Ceai 250ml, iaurt natural, ou fiert, castravete 30 gr, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 20g, miere 20 g                     | fruct                                                               | Supa crema de legume cu crutoane 240ml<br>Paste tip couscous cu legume si carne de pui (140g) (260g)                                                    | Pandispan cu fructe - 60g                         | Cartofi frantuzesti cu cascaval - 250 g                                                                 |
|                                              | sambata  | Ceai 250ml, ou fiert, telemea 50 g, castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 10g, gem 20 g                         | fruct                                                               | Supa de pui cu galusti 250ml - 400g + Paine<br>Pizza cu legume si mozzarella - 250 gr                                                                   | Gris cu lapte si gem - 150 g                      | Orez basmati cu legume (200g) si pui (140g) + salata de sfecla rosie (50 g) - 390g                      |
|                                              | duminica | Ceai 250ml, ou fiert, iaurt natural, cascaval 50 g, castravete 50 g, masline 30 g, pâine alba 200g, unt 20g, miere            | fruct                                                               | Ciorba de pui a la grec 250 ml<br>Pui mediteraneeen (140 g) + cartof copt cu sos de iaurt si aromatice - 250g                                           | Budinca de orez cu lapte - 150 g                  | Penne cu sos rosu si carne de vita 250g                                                                 |