

## SPITALUL DE PSIHIATRIE SIBIU

## REGIM COMUN-SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025

| Ziua            | Mic dejun                                                                                       | Pranz                                                                                                                     | Cina                                                                                       |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,ceai,unt 2buc,gem 2buc<br>Salam uscat 50g,Cascaval 50g                                    | Ciorba de pui cu taitei 350ml<br>Sote de mazare 250g, friptura pulpe pui dez 100g,<br><b>mere</b>                         | Ceai,macaroane cu branza burduf 300g,<br>pateu ficat 1buc                                  |
| <b>MARTI</b>    | Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc,<br>Salam uscat 50g,telemea sodata 50g                        | Ciorba de legume com 350ml<br>Pireu de cartofi 250g,aripioare pui 3buc<br>salata varza 100g, <b>portocale</b>             | Ceai ,muschi fille 50g<br>Unt 2buc,branza topita tr 2buc<br>Crenvusti vita 2buc,mustar 20g |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,ceai,unt2buc,miere albine 2buc<br>Sunca porc Praga 50g,cascaval 50g                       | ciorba de varza 350ml<br>orez cu legume 250g,tocanita pulpa porc 100g,<br>gogosar murat 100g, <b>mere</b>                 | Ceai ,tocanita de cartofi 250g<br>Carnat porc 50g                                          |
| <b>JOI</b>      | Paine,ceai,slanina tocata cu ceapa 50g,<br>ou fiert 1buc,branza burduf 50g,<br>muschi fille 50g | supa de pui cu galuste 350ml<br>Varza a la cluj 350g<br><b>banane</b>                                                     | ceai,ghiveci de legume 250g<br>friptura copanele pui 100g                                  |
| <b>VINERI</b>   | Paine,ceai,unt 2buc,gem 2buc<br>Telemea sodata 50g,salam uscat 50g                              | Ciorba de salata verde 350ml<br>Fasole batuta 250g, ceafa porc la cuptor 100g<br>Castraveti murati 100g, <b>portocale</b> | ceai,mamaliguta 250g cu branza burduf 50g si<br>smantana 100g,<br>tocanita pulpa porc 50g  |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g,<br>ou fiert 1buc,muschi fille 50g                             | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Ciulama de ciupercute 250g,friptura pulpe pui dez 100g<br><b>Placinta cu mere</b>          | Ceai,unt 2 buc,salam uscat 50g<br>telemea sodata 50g,pateu ficat 1 buc                     |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,ceai,unt 2buc,miere albine2buc<br>Cascaval 50g,sunca porc Praga 50g                       | Ciorba de cartofi 350ml<br>Orez 250g, friptura pulpa porc 100g<br>salata varza 100g, <b>banane</b>                        | Ceai,unt 2buc,salam uscat 50g<br>Branza topita tr 2buc,sardine 1buc                        |

**REGIM ULCER - SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                                     | <b>Pranz</b>                                                                                                               | <b>Cina</b>                                                                                |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,ceai,gris cu lapte 250g<br>Unt 2buc, sunca pui 50g,<br>iaurt nature 1buc       | Ciorba de pui cu taitei<br>Mamaliguta 250g, tocanita pulpe pui dez 100g<br><b>mere coapte</b>                              | Ceai,budinca de paste cu<br>branza vaci 250g,unt 2buc,<br>sunca curcan 50g,telemea vaca50g |
| <b>MARTI</b>    | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,<br>unt2buc,ou fiert 1buc,<br>branza vaci 80g          | Ciorba de legume reg 350ml<br>Pireu de cartofi 250g,aripioare pui 3buc<br><b>banane</b>                                    | Ceai ,orez cu lapte 250g<br>Unt 2buc,telemea desodata 50g<br>crenvusti vita 100g           |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,ceai,gris cu lapte 250g<br>Unt 2buc,sunca pui 50g<br>laurt nature 1buc         | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 250g,tocanita piept pui 100g<br><b>mere coapte</b>                              | Ceai ,tocanita de cartofi 250g<br>friptura pulpe pui dez 100g                              |
| <b>JOI</b>      | Paine,ceai,lapte 250ml,biscuiti50g,<br>Branza vaci 80g,<br>Unt 2 buc,ou fiert 1buc   | Supa de pui cu galuste 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g, <b>banane</b>                | ceai, ghiveci dietetic de legume 250g,<br>friptura copanele pui 100g                       |
| <b>VINERI</b>   | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,<br>Unt 2buc,telemea desodata 50g,<br>sunca curcan 50g | Supa de pui cu taitei 350g<br>Cartofi aromatizati 250g,friptura copanele pui 100g<br>Salata verde 100g, <b>mere coapte</b> | ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si<br>smantana 100g,<br>tocanita de piept pui 50g  |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc<br>ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc             | ciorba de pui cu orez 350ml<br>legume asortate 250g,friptura pulpe pui dez 100g<br><b>Placinta cu mere</b>                 | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g<br>branza vaci50g,biscuiti 50g          |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,ceai,gris cu lapte250g,unt2buc<br>Branza vaci 80g,crenvusti vita 100g          | Ciorba de cartofi 350ml<br>Orez 250g, friptura piept pui 100g<br><b>banane</b>                                             | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g<br>branza vaci50g,biscuiti 50g          |

**REGIM HEPATIC ; REGIM DESODAT- SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                               | <b>Pranz</b>                                                                                                             | <b>Cina</b>                                                                                |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,ceai,gem 2buc<br>Unt 2buc,sunca pui 50g,<br>iaurt nature 1buc            | Ciorba de pui cu taitei<br>Mamaliguta 250g, tocanita pulpe pui dez 100g<br><b>Mere</b>                                   | Ceai,budinca de paste cu<br>branza vaci 250g,unt 2buc,<br>sunca curcan 50g,telemea vaca50g |
| <b>MARTI</b>    | Paine,ceai,unt 2buc,<br>iaurt nature 1buc,<br>ou fiert 1buc,branza vaci 80g    | Ciorba de legume reg 350ml<br>Pireu de cartofi 250g,aripioare pui 3buc<br><b>portocale</b>                               | Ceai ,orez cu lapte 250g<br>Unt 2buc,telemea desodata 50g<br>crenvusti vita 100g           |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,ceai,unt 2buc,<br>miere albine 2buc,sunca pui 50g<br>iaurt nature 1buc   | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 250g,tocanita piept pui 100g<br><b>mere</b>                                   | Ceai ,tocanita de cartofi 250g<br>friptura pulpe pui dez 100g                              |
| <b>JOI</b>      | Paine,ceai,iaurt nature 1buc<br>Unt 2 buc,miere albine 2buc<br>branza vaci 80g | Supa de pui cu galuste 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g, <b>banane</b>              | ceai, ghiveci dietetic de legume 250g,<br>friptura copanele pui 100g                       |
| <b>VINERI</b>   | Paine,ceai,unt 2buc,gem 2buc<br>telemea desodata 50g,<br>sunca curcan 50g      | Supa de pui cu taitei 350g<br>Cartofi aromatizati 250g,friptura copanele pui 100g<br>Salata verde 100g, <b>portocale</b> | ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si<br>smantana 100g,<br>tocanita de piept pui 50g  |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,ceai, unt2buc,ou fiert 1buc,<br>iaurt nature 1buc,miere albine 2buc      | ciorba de pui cu orez 350ml<br>legume asortate 250g,friptura pulpe pui dez 100g<br><b>Placinta cu mere</b>               | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g<br>branza vaci50g,biscuiti 50g          |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,ceai,unt2buc,miere albine2buc<br>laurt nature 1buc,crenvusti vita 100g   | Ciorba de cartofi 350ml<br>Orez 250g, friptura piept pui 100g<br><b>banane</b>                                           | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g<br>branza vaci50g,biscuiti 50g          |

**REGIM DIABET SODAT- SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                                                                          | <b>gustare</b> | <b>Pranz</b>                                                                                              | <b>gustare</b>   | <b>Cina</b>                                                                                          |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,iaurt naure 1buc,unt 2buc,<br>cascaval 80g,sunca pui 80g,<br>salam uscat 80g,ou fiert 1buc                          | <b>mere</b>    | Ciorba de fasole verde 350ml<br>Mamaliguta 250g,<br>tocanita pulpe pui dez 100g,<br>salata varza 100g     | <b>mere</b>      | Lapte 250ml,<br>macaroane cu branza burduf 300g,<br>pateu ficat 1buc                                 |
| <b>MARTI</b>    | Paine,iaurt nature 1b,unt 2buc,<br>ou fiert 1buc,salam uscat 80g,<br>telemea sodata 80g<br>crenvusti vita 2buc,mustar 20g | <b>mere</b>    | Ciorba de legume r8 350ml<br>Pireu de cartofi 200g,aripioare pui 3buc<br>salata varza 100g                | <b>portocale</b> | Lapte 250ml,<br>tocanita copanele pui 100g,<br>mamaliguta 250g,branza vaci 80g                       |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,iaurt nature,unt 2buc,<br>Cascaval 80g,sunca pui 80g,<br>salata vinete 100g,sunca porc 80g                          | <b>mere</b>    | ciorba de varza 350ml<br>orez cu legume 200g,<br>tocanita pulpa porc 100g,salata varza 100g               | <b>mere</b>      | Lapte 250ml,cartofi aurii 200g,<br>Merluciu fille pane100g,<br>Cascaval pane 100g                    |
| <b>JOI</b>      | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc,<br>ou fiert 1buc, muschi fille 80g,<br>branza burduf 80g,sunca pui 80g                  | <b>mere</b>    | Supa de pui cu galuste 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g<br>friptura pulpe pui dez 100g<br>carnat 50g | <b>mere</b>      | Lapte 250ml,<br>Ghiveci de legume 250g<br>Friptura copanele pui 100g                                 |
| <b>VINERI</b>   | Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc,<br>telemea sodata80g,cascaval 80g<br>sunca curcan 80g,salam uscat 80g                      | <b>mere</b>    | Supa de pui cu taitei 350g<br>Cartofi aromatizati 250g,ceafa porc 100g<br>Salata verde 100g               | <b>portocale</b> | Lapte 250ml, mamaliguta 250g cu<br>branza vaci 50g si smantana 100g,<br>tocanita de pulpa porc 50g   |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,iaurt nat 1buc,unt2buc,ou1buc<br>Cascaval 80g,muschi file80g,<br>Zacusca vinete 100g                                | <b>mere</b>    | ciorba de pui cu orez 350ml<br>legume asortate 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g                       | <b>mere</b>      | Lapte250ml,unt 2buc,sunca pui80g<br>telemea sodata80g,pateu ficat1buc<br>branza topita triunghi 2buc |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,iaurt nature 1buc<br>unt 2buc,cascaval 80g,sunca porc 80g<br>crenvusti vita 100g,mustar20g                          | <b>mere</b>    | Ciorba de fasole verde 350ml<br>Orez 200g, friptura pulpa porc 100g<br>Salata varza 100g                  | <b>mere</b>      | Lapte250ml,unt 2buc,sunca pui 80g<br>telemea sodata80g,sardine 1buc<br>branza topita triunghi 2buc   |

**REGIM DIABET DESODAT- SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                                                                            | <b>gustare</b> | <b>Pranz</b>                                                                                              | <b>gustare</b>   | <b>Cina</b>                                                                                       |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,iaurt naure 1buc,unt 2buc,<br>branza vaci 80g,sunca pui 80g,<br>salam uscat 80g,ou fiert 1buc                         | <b>mere</b>    | Ciorba de fasole verde 350ml<br>Mamaliguta 250g,<br>tocanita pulpe pui dez 100g,<br>salata varza 100g     | <b>mere</b>      | Lapte 250ml,<br>macaroane cu branza burduf 300g,<br>pateu ficat 1buc                              |
| <b>MARTI</b>    | Paine,iaurt nature 1b,unt 2buc,<br>ou fiert 1buc,salam uscat 80g,<br>telemea desodata 80g<br>crenvusti vita 2buc,mustar 20g | <b>mere</b>    | Ciorba de legume r8 350ml<br>Pireu de cartofi 200g,aripioare pui 3buc<br>salata varza 100g                | <b>portocale</b> | Lapte 250ml,<br>tocanita copanele pui 100g,<br>mamaliguta 250g,branza vaci 80g                    |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,iaurt nature,unt 2buc,<br>Branza vaci 80g,sunca pui 80g,<br>salata vinete 100g,sunca porc 80g                         | <b>mere</b>    | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 200g,<br>tocanita piept pui 100g,salata varza 100g             | <b>mere</b>      | Lapte 250ml,cartofi aurii 200g,<br>Merluciu fille pane100g,<br>Cascaval pane 100g                 |
| <b>JOI</b>      | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc,<br>ou fiert 1buc, muschi fille 80g,<br>branza vaci 80g,sunca pui 80g                      | <b>mere</b>    | Supa de pui cu galuste 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g<br>friptura pulpe pui dez 100g<br>carnat 50g | <b>mere</b>      | Lapte 250ml,<br>Ghiveci dietetic de legume 250g<br>Friptura copanele pui 100g                     |
| <b>VINERI</b>   | Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc,<br>telemea desodata80g,cascaval 80g<br>sunca curcan 80g,salam uscat 80g                      | <b>mere</b>    | Supa de pui cu taitei 350g<br>Cartofi aromatizati 250g,copanele pui 100g<br>Salata verde 100g             | <b>portocale</b> | Lapte 250ml, mamaliguta 250g cu<br>branza vaci 50g si smantana 100g,<br>tocanita de piept pui 50g |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,iaurt nat 1buc,unt2buc,ou1buc<br>Cascaval 80g,muschi file 80g,<br>Zacusca vinete 100g                                 | <b>mere</b>    | ciorba de pui cu orez 350ml<br>legume asortate 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g                       | <b>mere</b>      | Lapte250ml,unt 2buc,sunca pui80g<br>telemea desodata80g,pateu ficat1buc<br>branza vaci 80g        |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,iaurt nature 1buc<br>unt 2buc,cascaval 80g,sunca porc 80g<br>crenvusti vita 100g,mustar20g                            | <b>mere</b>    | Ciorba de fasole verde 350ml<br>Orez 200g, friptura piept pui 100g<br>Salata varza 100g                   | <b>mere</b>      | Lapte250ml,unt 2buc,sunca pui 80g<br>telemea desodata80g,sardine 1buc<br>branza vaci 80g          |

**REGIM COMUN 3-16ani- SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                                            | <b>gustare</b>              | <b>Pranz</b>                                                                                                  | <b>gustare</b>   | <b>Cina</b>                                                                                           |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,ceai,lapte 250ml,<br>unt 2buc,gem2buc<br>sunca pui 50g,cascaval 50g,                  | <b>Desert<br/>br.vaci</b>   | Ciorba de pui cu taitei 350ml<br>Sote de mazare 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g,                         | <b>mere</b>      | Ceai,budinca de paste cu<br>branza vaci 250g,unt 2buc,<br>sunca curcan 50g,telemea vaca50g            |
| <b>MARTI</b>    | Paine,ceai,unt 2 buc,<br>Salam uscat 50g,<br>ou fiert 1buc,telemea sodata 50g               | <b>iaurt fructe</b>         | Ciorba de legume com 350ml<br>Pireu de cartofi 250g,aripioare pui 3buc<br>salata sfecla 100g                  | <b>portocale</b> | Ceai ,orez cu lapte 250g<br>Unt 2buc,cascaval 50g<br>crenvusti vita 100g,mustar 20g                   |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,ceai,unt 2buc,<br>miere albine 2buc,vinete 100g,<br>sunca porc Praga 50g,cascaval 50g | <b>iaurt fructe</b>         | ciorba de varza 350ml<br>orez cu legume 250g,<br>tocanita pulpa porc 100g,<br>gogosar murat 100g              | <b>mere</b>      | Ceai,taitei cu lapte 250 ml,<br>cartofi aurii 250g,<br>Merluciu fille pane100g,<br>Cascaval pane 100g |
| <b>JOI</b>      | Paine,ceai,unt 2buc,<br>miere albine 2buc,ou fiert 1buc<br>Muschi file 50g,Cascaval 50g     | <b>Budinca<br/>vanilie</b>  | supa de pui cu galuste 350ml<br>Varza a la cluj 350g                                                          | <b>banane</b>    | Ceai,gris cu lapte 250ml,<br>ghiveci de legume 250g<br>Friptura copanele pui 100g                     |
| <b>VINERI</b>   | Paine,ceai,lapte 250ml,<br>unt 2buc,gem 2buc<br>Sunca curcan 50g<br>telemea sodata 50g      | <b>iaurt nature</b>         | Ciorba de salata verde 350ml<br>Cartofi aromatizati 250g,<br>ceafa porc la cuptor 100gc<br>salata sfecla 100g | <b>portocale</b> | Ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci<br>50g si smantana 100g,<br>tocanita de pulpa porc 50g            |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,ceai,unt,2buc,ou fiert1buc<br>muschi fille50g,cascaval 50g,<br>zacusca vinete 100g    | <b>Placinta cu<br/>mere</b> | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Ciulama de ciupercute 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g                     | <b>banane</b>    | Ceai,lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui50g<br>telemea sodata50g,pateu ficat1buc                        |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,ceai,unt2buc,miere 2buc<br>Cascaval 50g,<br>crenvusti vita100g,mustar20g              | <b>iaurt fructe</b>         | Ciorba de cartofi 350ml<br>Orez 250g, friptura pulpa porc 100g<br>salata varza 100g                           | <b>banane</b>    | Ceai,lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 50g<br>telemea sodata50g,sardine 1buc                          |

**MEDIC GARDA- SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b> | <b>Pranz</b>                                                                                                                       | <b>Cina</b>                                                                                                |
|-----------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     |                  | Ciorba de pui cu taitei 350ml<br>Cartofi aurii 250g, gratar pulpe pui dez 100g<br>salata varza 100g, <b>desert branza vaci</b>     | Ceai,unt 20g,pateu ficat 1buc<br>oua ochiuri 2buc,cascaval 50g,<br>budinca de paste 205g                   |
| <b>MARTI</b>    |                  | Ciorba de legume 350ml<br>Pireu de cartofi 250g,aripioare pui 3buc<br>salata sfecla 100g, <b>portocale</b>                         | Ceai,unt 2buc,branza topita2buc,<br>oua ochiuri 2buc,crenvusti vita 100g<br>mustar 20g,orez cu lapte 250g  |
| <b>MIERCURI</b> |                  | ciorba de varza350ml<br>cartofi nature 250g,tocanita pulpa porc<br>gogosar murat 100g, <b>mere</b>                                 | Ceai,unt 2buc,cascaval 50g<br>Sunca porc Praga50g,sunca pui 50g<br>taitei cu lapte 250g,oua ochiuri        |
| <b>JOI</b>      |                  | Supa de pui cu galuste 350ml<br>Cartofi aurii 250g,friptura pulpe pui dez 100g<br>salata varza 100g, <b>banane</b>                 | Ceai,unt 2buc,muschi file 50g,<br>branza topita tr2buc,pateu ficat 1buc,<br>oua ochiuri                    |
| <b>VINERI</b>   |                  | Ciorba de salata verde 350ml<br>Cartofi aromatizati 250g, ceafa porc la cuptor 100g<br>Castraveti murati 100g, <b>portocale</b>    | Ceai mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si<br>smantana 100g,branza burduf50g<br>Tocanita de pulpa porc 50g |
| <b>SAMBATA</b>  |                  | ciorba de pui cu orez 350ml<br>Cartofi aurii la cuptor 250g,<br>gratar pulpe pui dez100g<br>sal.varza100g, <b>placinta cu mere</b> | Ceai,unt 2buc,sunca pui 50g,<br>muschi file 50g<br>cascaval 50g, oua fierte2buc<br>Pateu ficat 1buc        |
| <b>DUMINICA</b> |                  | Ciorba de cartofi 350ml<br>Orez 250g,gratar piept pui 100g<br>salata varza100g, <b>banane</b>                                      | Ceai,unt 2buc,sunca pui 50g<br>salam uscat50g,sardine 1buc<br>cascaval 50g,oua fierte2buc                  |

**REGIM COMUN 1-3ani- SAPTAMANA -03.11.2025-09.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                                         | <b>gustare</b>              | <b>Pranz</b>                                                                                                  | <b>gustare</b>   | <b>Cina</b>                                                                                            |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,ceai, lapte 250ml,unt 1buc,<br>gem1buc,cascaval 50g,<br>ou fiert 1buc              | <b>Desert<br/>Br.vaci</b>   | Ciorba de pui cu taitei 350ml<br>Sote de mazare 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g,                         | <b>mere</b>      | Ceai,budinca de paste cu<br>branza vaci 250g,unt 2buc,<br>sunca curcan 50g,telemea vaca50g             |
| <b>MARTI</b>    | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,<br>unt1 buc,ou fiert 1buc,<br>telemea desodata 50g        | <b>iaurt fructe</b>         | Ciorba de legume reg 350ml<br>Pireu de cartofi 250g,aripioare pui 3buc<br>salata sfecla 100g                  | <b>portocale</b> | Ceai ,orez cu lapte 250g<br>Unt 2buc,cascaval 50g<br>Sunca pui 50g                                     |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,ceai,unt 1buc,miere 1buc<br>sunca pui 50g,cascaval 50g                             | <b>iaurt fructe</b>         | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 250g,<br>tocanita piept pui 100g,<br>salata varza 100g             | <b>mere</b>      | Ceai,taitei cu lapte 250 ml,<br>cartofi aurii 250g,<br>Merluciu fille pane 100g,<br>Cascaval pane 100g |
| <b>JOI</b>      | Paine,ceai,lapte 250ml,unt 1buc,<br>Miere albine 1buc,ou fiert 1buc,<br>Cascaval 50g     | <b>Budinca<br/>vanilie</b>  | supa de pui cu galuste 350ml<br>mancare de fasole verde 250g,<br>friptura pulpe pui dez 100g                  | <b>banane</b>    | Ceai,gris cu lapte 250ml,<br>ghiveci dietetic de legume 250g<br>Friptura copanele pui 100g             |
| <b>VINERI</b>   | Paine,ceai,lapte 250ml,<br>unt 1buc,gem 1buc<br>Sunca curcan 50g<br>telemea desodata 50g | <b>iaurt nature</b>         | Supa de pui cu taitei 350ml<br>Cartofi aromatizati 250g,<br>Friptura copanele pui 100g,<br>Salata sfecla 100g | <b>portocale</b> | Ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci<br>50g si smantana 100g,<br>tocanita de piept pui 50g              |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,<br>unt 1buc,<br>ou fiert 1buc,cascaval 50g                | <b>Placinta cu<br/>mere</b> | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Legume asortate 250g<br>friptura pulpe pui dez 100g                            | <b>banane</b>    | Ceai,lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui50g,telemea desodata50g                                          |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,ceai,lapte 250ml,unt1buc,<br>miere albine 1buc,cascaval 50g                        | <b>iaurt fructe</b>         | Ciorba de cartofi 350ml<br>Orez 250g, friptura piept pui 100g<br>salata varza 100g                            | <b>banane</b>    | Ceai,lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui50g,telemea desodata50g                                          |

**DIETA DIVERSIFICATA - SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>   | <b>gustare</b>                      | <b>Pranz</b>                                                             | <b>gustare</b>      | <b>Cina</b>                  |
|-----------------|--------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Gris cu lapte 150g | <b>Pireu mere,<br/>Biscuiti 30g</b> | Supa de zarz.cu gris 150ml<br>Pireu de legume cu carne pui 150g          | <b>iaurt nature</b> | gris cu lapte 150g           |
| <b>MARTI</b>    | Gris cu lapte 150g | <b>banane</b>                       | Supa de legume 150ml<br>Pireu de cartofi cu galbenus ou 150g             | <b>iaurt nature</b> | orez cu lapte 150g           |
| <b>MIERCURI</b> | Gris cu lapte 150g | <b>Pireu mere<br/>Biscuiti 30g</b>  | Supa de zarz.cu orez 150ml<br>Pireu de legume cu carne pui 150g          | <b>iaurt nature</b> | gris cu lapte 150g           |
| <b>JOI</b>      | Gris cu lapte 150g | <b>banane</b>                       | Supa de zarzavat cu gris 150ml<br>Pireu de radacinoase cu carne pui 150g | <b>iaurt nature</b> | gris cu lapte 150g           |
| <b>VINERI</b>   | Gris cu lapte 150g | <b>pireu mere<br/>biscuiti 30g</b>  | Supa de legume 150ml<br>Pireu de cartofi cu carne pui 150g               | <b>iaurt nature</b> | Gris cu lapte 150g           |
| <b>SAMBATA</b>  | Gris cu lapte 150g | <b>banane<br/>branza vaci 50g</b>   | Supa de legume 150ml<br>Pireu de cartofi cu galbenus ou 150g             | <b>iaurt nature</b> | Lapte 150ml,<br>Biscuiti 30g |
| <b>DUMINICA</b> | Gris cu lapte 150g | <b>banane<br/>pireu mere</b>        | Supa de zarz.cu orez 150ml<br>Pireu de radacinoase cu carne pui 150g     | <b>iaurt nature</b> | Lapte 150ml,<br>Biscuiti 30g |

**REGIM COLITA- SAPTAMANA -17.11.2025-23.11.2025**

| <b>Ziua</b>     | <b>Mic dejun</b>                                                                   | <b>Pranz</b>                                                                                | <b>Cina</b>                                                                   |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>     | Paine,ceai,banane,<br>,branza vaci 80g biscuiti 50g,<br>ou fiert 1buc              | Supa de zarz. cu taitei 350ml<br>Rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g<br><b>Mere coapte</b> | Ceai,orez cu morcovi 250g<br>rasol pui 120g,branza vaci 80g,<br>biscuiti 50g  |
| <b>MARTI</b>    | Paine,ceai,branza vaci 80g,<br>Biscuiti 50g,ou fiert 1buc,<br>mere coapte          | Supa de legume paserata 350ml<br>Rasol pui 100gcu orez cu morcovi 250g,<br><b>banane</b>    | Ceai,rasol pui 100g ,<br>morcovi fierti 250g<br>branza vaci 80g,biscuiti 50g  |
| <b>MIERCURI</b> | Paine,ceai,banane<br>ou fiert 1buc,biscuiti50g,<br>branza vaci 80g                 | Supa de zarz.cu orez 350ml<br>rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g, <b>mere coapte</b>      | Ceai,rasol pui 100g<br>orez cu morcovi 250g<br>branza vaci 80g,biscuiti 50g   |
| <b>JOI</b>      | Paine,ceai,mere coapte,<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,<br>branza vaci 80g          | Supa de zarz.cu gris 350ml<br>Rasol pui 100g, paste fainoase 200g<br><b>banane</b>          | Ceai,rasol pui 100g,<br>morcovi fierti 250g<br>branza vaci 80g,biscuiti 50g   |
| <b>VINERI</b>   | Paine,ceai,telemea desodata 50g ,<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g<br>branza vaci 80g | Supa de zarza.cu taitei 350ml<br>Rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g, <b>mere coapte</b>   | Ceai,rasol pui 100g, orez cu<br>morcovi 250g,branza vaci 80g,<br>biscuiti 50g |
| <b>SAMBATA</b>  | Paine,ceai,branza vaci 80g<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,<br>mere coapte           | Supa de legume paserata350ml<br>Rasol pui 100g, orez cu morcovi 250g, <b>banane</b>         | Ceai,branza vaci 80g,<br>telemea desodata 50g<br>rasol pui 100g,biscuiti50g   |
| <b>DUMINICA</b> | Paine,ceai,branza vaci80g<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,<br>mere coapte            | Supa de zarz.cu orez 350ml<br>Rasol pui 100g cu paste fainoase200g, <b>banane</b>           | Ceai,branza vaci 80g,<br>telemea desodata50g<br>rasol pui 100g,biscuiti50g    |

**Aprobat** : Director de ingrijiri – Asistent medical licentiat: Rotariu Irina

**Intocmit**-Asist diet. Namoianu Gabriela; Gindila Elena

## **NOTA INFORMATIVA**

- **PAINE**- 1buc= 300g - (1buc/pers. alocatiile adulti; 3-16ani; insotitori; 1/2buc/pers. alocatia 1-3ani);

### **( LA DIABET – GRAMAJUL ESTE IN FUNCTIE DE HIDRATII DE CARBON SOLICITATI)**

- **MIERE ALBINE**- 1buc= 20g
- **GEM** - 1buc= 20g
- **IAURT NATURE 3%**- 1buc=150g
- **IAURT FRUCTE**- 1buc= 125g
- **UNT**- 1buc=10g
- **PATE FICAT PORC**- 1buc= 100g
- **SARDINE IN SOS TOMAT**- 1buc= 125g
- **BRANZA TOPITA TRIUNGHI**- 1buc= 17g
- **CEAI**= 250ml/pers