

REGIM COMUN –22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai,unt 20g,gem 2buc Sunca pui 50g,cascaval 50g	Ciorba de pui cu orez 350ml Iahnie de fasole boabe 250g,carnat 80g, salata varza 100g	Ceai,macaroane cu branza burduf 300g, pateu ficat 100g
MARTI	Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc, salam uscat 50g,telemea sodata 50g	Ciorba de varza 350ml cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc mere	Ceai ,mamaliguta cu branza burduf 50g si smantana 100g, tocanita pulpa porc 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai,unt 2buc,miere albina2buc Muschi fille 50g,cascaval 50g	ciorba de conopida 350ml orez cu legume,tocanita pulpa porc 100g salata varza 100g, desert br.vaci	Ceai,unt 2buc, salam uscat 50g, branza topita tr 2buc,pateu ficat 1buc
JOI 25.12	Paine,ceai,slanina porc 50g, muschi file50g,burduf 50g, caltabos porc 50g,vinete 100g, rosii chery	Ciorba de perisoare pui 350ml, Pireu de cartofi 250g, ceafa porc la cuptor 100g, Salata varza 100g, cozonac 150g, portocale	Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g, branza topita tr 2buc
VINERI 26.12	Paine,ceai,unt 2buc, telemea sodata 50g, salam uscat 50g,caltabos 50g, rosii chery	supa de pui cu galuste 350ml mamaliguta250g,sarmalute 3buc si smantana 50g, carnat porc 50g, cozonac 150g,banane	Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g, branza topita tr 2buc
SAMBATA 27.12	Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g, ou fiert 1buc,muschi fille 50g, caltabos porc 50g	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 250g, friptura pulpe pui dez 100g, portocale	Ceai,unt 2 buc,salam uscat 50g, telemea sodata 50g,toba porc 50g, branza topita tr 2buc
DUMINICA 28.12	Paine,ceai,unt 2buc,miere albina2buc Cascaval 50g,crenvusti vita 2buc, mustar 20g	Ciorba de pui cu orez 350ml, Sote de mazare 250g, friptura copanele pui 100g, banane	Ceai,unt 2buc,salam uscat 50g Branza topita tr 2buc,sardine 1buc

REGIM ULCER -22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g Unt 2buc, sunca pui 50g, iaurt nature 1buc	Ciorba de pui cu orez 350ml Mamaliguta 250g, Tocanita de copanele pui 100g	Ceai, melcisorii cu lapte 250ml Unt 2 buc,sunca curcan 50g Telemea desodata 50g
MARTI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc	Supa de pui cu taitei 350ml cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc mere coapte	Ceai ,mamaliguta cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita piept pui 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai,gris cu lapte 250g Unt 2buc,sunca curcan 50g iaurt nature 1buc	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 250g,tocanita piept pui 100g desert branza vaci	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g,biscuiti 50g
JOI 25.12	Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc, iaurt nat 1buc,crenvusti vita 2buc, Gris cu lapte 250g	Ciorba de perisoare pui 350ml Pireu de cartofi 250g, friptura pulpe pui dez 100g Salata sfecla 100g, Cozonac 150g,banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g,biscuiti 50g
VINERI 26.12	Paine,ceai,gris cu lapte 250g unt 2buc,sunca curcan 50g, iaurt nature 1buc	Ciorba de vacuta cu legume 350ml Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g, Sal.sfecla 100g, Cozonac 150g,banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g,biscuiti 50g
SAMBATA 27.12	Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 250g friptura pulpe pui dezosate 100g banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g
DUMINICA 28.12	Paine,ceai,gris cu lapte250g,unt2buc iaurt nature 1buc,crenvusti vita 100g	Ciorba de pui cu orez 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura copanele pui 100g banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g branza vaci 80g

REGIM HEPATIC ; REGIM DESODAT-22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai,unt 2buc,gem 2buc sunca pui 50g, iaurt nature 1buc	Ciorba de pui cu orez 350ml Mamaliguta 250g, Tocanita de copanele pui 100g	Ceai, melcisorii cu lapte 250ml Unt 2 buc,sunca curcan 50g Telemea desodata 50g
MARTI	Paine,ceai,unt2buc ou fiert 1buc,gem 2buc, iaurt nature 1buc	Supa de pui cu taitei 350ml cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc mere	Ceai ,mamaliguta cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita piept pui 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai,unt 2buc, miere albine 2buc,sunca curcan 50g laurt nature 1buc	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 250g,tocanita piept pui 100g desert branza vaci	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 50g,biscuiti 50g
JOI 25.12	Paine,ceai,lapte 250ml,unt 2buc, miere albine 2buc laurt nat 1buc,crenvusti vita 2buc	Ciorba de perisoare pui 350ml Pireu de cartofi 250g, friptura pulpe pui dez 100g Salata sfecla 100g, Cozonac 150g,portocale	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 50g,biscuiti 50g
VINERI 26.12	Paine,ceai,lapte 250ml,unt 2buc, gem 2buc,sunca curcan 50g, iaurt nature 1buc	Ciorba de vacuta cu legume 350ml Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g, Sal.sfecla 100g, Cozonac 150g,banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 50g,biscuiti 50g
SAMBATA 27.12	Paine,ceai,unt2buc,gem 2buc, ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 250g friptura pulpe pui dezodate 100g portocale	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g
DUMINICA 28.12	Paine,ceai,unt2buc, miere albine 2buc, laurt nature 1buc,crenvusti vita 100g	Ciorba de pui cu orez 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura copanele pui 100g banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g branza vaci 80g

REGIM DIABET SODAT-22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,iaurt nature 1buc, unt 2 buc,cascaval 80g sunca pui 80g,ou fiert 1buc, salam uscat 80g	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Mamaliguta 250g Tocanita de copanele pui 100g, salata varza 100g	mere	Lapte 250ml, macaroane cu branza burduf 300g, pateu ficat 100g
MARTI	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc ou fiert 1buc,salam uscat 80g telemea des 80g,zacusca 100g	mere	Supa de pui cu taitei 350ml Cartofi aromatizati 200g, aripioare pui 3buc,salata varza 100g	mere	Lapte 250ml ,mamaliguta cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita pulpa porc 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai iaurt nature 1buc, Unt 2buc,cascaval 80g, sunca curcan 80g,muschi fille 80g	mere	ciorba de conopida 350ml orez cu legume 200g,tocanita pulpa porc 100g salata varza 100g	mere	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea sodata80g branza topita triunghi 2buc pateu ficat 1buc
JOI 25.12	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc, ou fiert 1buc, caltabos 80g, branza burduf 80g,vinete 100g, rosii cherry	mere	Ciorba de perisoare pui 350ml Pireu de cartofi 200g,ceafa porc 50g; friptura pulpe pui dez 100g,salata varza 100g	portocale	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,cascaval 80g branza topita triunghi 2buc toba porc 80g
VINERI 26.12	Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc Sunca curcan 80g, salam 80g telemea sodata80g,cascaval 80g, rosii cherry	mere	Ciorba de vacuta cu legume 350ml Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g, Carnat 50g,salata varza 100g	portocale	Lapte 250ml,unt 2buc, sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g, branza topita tr 2buc
SAMBATA 27.12	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc ou fiert1buc,cascaval,80g muschi fille80g,caltabos 80g	mere	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 200g, friptura pulpe pui dez 100g,sal.varza 100g	portocale	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui80g,telemea sodata80g branza topita triunghi 2buc toba porc 80g
DUMINICA 28.12	Paine,iaurt nature 1buc, unt 2buc,cascaval 80g crenvusti vita 2buc,mustar20g sunca porc 80g	mere	Ciorba de pui cu orez 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura copanele pui 100g,carnat porc 100g	mere	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea sodata80g, sardine 1buc,branza topita tr 2buc

REGIM DIABET DESODAT- 22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,iaurt nature 1buc, unt 2 buc,cascaval 80g sunca pui 80g,ou fiert 1buc, salam uscat 80g	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Mamaliguta 250g Tocanita de copanele pui 100g, salata varza 100g	mere	Lapte 250ml, macaroane cu branza burduf 300g, pateu ficat 100g
MARTI	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc ou fiert 1buc,salam uscat 80g branza vaci 80g,zacusca 100g	mere	Supa de pui cu taitei 350ml Cartofi aromatizati 200g, aripioare pui 3buc,salata varza 100g	mere	Lapte 250ml ,mamaliguta cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita piept pui 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai iaurt nature 1buc, Unt 2buc,cascaval 80g, sunca curcan 80g,muschi fille 80g	mere	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 200g,tocanita piept pui 100g salata varza 100g	mere	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea desodata80g branza vaci 80g,pateu ficat 1buc
JOI 25.12	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc, ou fiert 1buc, caltabos 80g, cascaval 80g,vinete 100g, rosii cherry	mere	Ciorba de perisoare pui 350ml Pireu de cartofi 200g,ceafa porc 50g; friptura pulpe pui dez 100g,salata varza 100g	portocale	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea des 80g branza vaci 80g,toba porc 80g
VINERI 26.12	Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc Sunca curcan 80g, salam 80g branza vaci 80g,cascaval 80g, rosii cherry	mere	Ciorba de vacuta cu legume 350ml Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g, Carnat 50g,salata varza 100g	portocale	Lapte 250ml,unt 2buc, sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,branza vaci 80g Telemea desodata 80g
SAMBATA 27.12	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc ou fiert1buc,branza vaci 80g muschi fille80g,caltabos 80g	mere	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 200g, friptura pulpe pui dez 100g,sal.varza 100g	portocale	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui80g,telemea desodata80g branza vaci 80g,toba porc 80g
DUMINICA 28.12	Paine,iaurt nature 1buc, unt 2buc,cascaval 80g crenvusti vita 2buc,mustar20g sunca porc 80g	mere	Ciorba de pui cu orez 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura copanele pui 100g,carnat porc 100g	mere	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea desodata80g, sardine 1buc,branza vaci 80g

REGIM COMUN 3-16ani- 22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 2buc,gem 2buc sunca pui 50g ,cascaval 50g	laurt fructe	Ciorba de pui cu orez 350ml Conopida gratinata la cuptor 250g friptura copanele pui 100g	mere	Ceai, melcisorii cu lapte 250ml, unt 2buc,sunca curcan 50g, cascaval 50g
MARTI	Paine,ceai,unt 2 buc, Miere albine 2buc,ou fiert 1buc, Telemea sodata 50g	laurt fructe	Ciorba de varza 350ml Cartofi aromatizati 250g, aripioare pui 3buc	mere	ceai ,mamaliguta cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita pulpa porc 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai,unt 2buc,miere 2buc Sunca curcan 50g,cascaval 50g,	Desert br.vaci	ciorba de conopida 350ml orez cu legume 250g, tocanita pulpa porc 100g	mere	Ceai,lapte 250ml,unt2buc, sunca pui 50g,telemea sodata 50g pateu ficat 1buc
JOI 25.12	Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1b Cascaval 50g,vinete 100g, crenvusti vita 2b,mustar 20g, rosii chery	laurt nature Cozona 150g	Ciorba de perisoare pui 350ml, Pireu de cartofi 250g, ceafa porc la cuptor 100g, Varza murata 100g	portocale	Ceai,lapte 250ml,unt 2buc, sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g
VINERI 26.12	Paine,ceai,unt 2buc,gem2buc, telemea sodata 50g, sunca curcan 50g,rosii chery	laurt nature Cozona 150g	supa de pui cu galuste 350ml mamaliguta250g, sarmalute 3buc si smantana 50g	banane	Ceai,lapte 250ml,unt 2buc, sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g,
SAMBATA 27.12	Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g, ou fiert 1buc,muschi fille 50g	laurt fructe	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 250g, friptura pulpe pui dez 100g Salata varza 100g	portocale	Ceai,lapte 250ml, unt 2buc,sunca pui 50g, telemea sodata 50g,toba porc 50g
DUMINICA 28.12	Paine,ceai,unt 2buc, miere albine2buc Cascaval 50g,crenvusti vita 2buc, mustar 20g	laurt fructe	Ciorba de pui cu orez 350ml, Sote de mazare 250g, friptura copanele pui 100g	banane	Ceai,lapte 250ml,unt 2buc, Sunca pui 50g,telemea sodata 50g, sardine 1buc

MEDIC GARDA-22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI		Ciorba de pui cu orez 350ml Cartofi aurii 250g,friptura copanele pui 100g salata varza 100g, placinta mere	Ceai,macaroane cu branza burduf 300g, unt,cascava 50g,pateu ficat 100g
MARTI		Ciorba de varza 350ml cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc salata varza 100g, mere	Ceai ,mamaliguta cu branza burduf 50g si smantana 100g, tocanita pulpa porc 50g
MIERCURI 24.12		ciorba de conopida 350ml cartofi nature 250g,tocanita pulpa porc 100g salata varza 100g, desert br.vaci	Ceai,unt 2buc,oua fierte 2buc, salam uscat 50g, branza topita tr 2buc,pateu ficat 1buc
JOI 25.12		Ciorba de perisoare pui 350ml, Pireu de cartofi 250g, ceafa porc la cuptor 100g, Varza murata 100g, cozonac 150g, portocale	Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g, branza topita tr 2buc
VINERI 26.12		supa de pui cu galuste 350ml mamaliguta250g,sarmalute 3buc si smantana 50g, carnat porc 50g, cozonac 150g,banane	Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g, Toba porc 50g,cascaval 50g, branza topita tr 2buc
SAMBATA 27.12		Ciorba radauteana de pui 350ml Cartofi aurii 250g, friptura pulpe pui dez 100g, Salata varza 100g, portocale	Ceai,unt 2 buc,salam uscat 50g, telemea sodata 50g,toba porc 50g, branza topita tr 2buc,oua fierte 2buc
DUMINICA 28.12		Ciorba de pui cu orez 350ml, Cartofi aurii 250g, friptura copanele pui 100g, Salata varza 100g, banane	Ceai,unt 2buc,salam uscat 50g, sunca pui 50g,oua fierte 2buc, Branza topita tr 2buc

REGIM COMUN 1-3ani-22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 1buc,gem 1buc cascaval 50g	laurt fructe	Ciorba de pui cu orez 350ml Conopida gratinata la cuptor 250g friptura copanele pui 100g	mere	Ceai, melcisorii cu lapte 250ml, unt 1buc,sunca curcan 50g, cascaval 50g
MARTI	Paine,ceai,unt 1buc, Miere albine 1buc,ou fiert 1buc, Telemea desodata 50g	laurt fructe	Supa de pui cu taitei 350ml Cartofi aromatizati 250g, aripioare pui 3buc	mere	ceai ,mamaliguta cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita piept pui 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 1buc,miere 1buc cascaval 50g,	Desert br.vaci	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 250g, tocanita piept pui 100g	mere	Ceai,lapte 250ml,unt1buc, sunca pui 50g,telemea desodata 50g
JOI 25.12	Paine,ceai,gris cu lapte 250g, unt 1buc,ou fiert 1b Cascaval 50g,rosii chery	laurt nature Cozona 150g	Ciorba de perisoare pui 350ml, Pireu de cartofi 250g, Friptura pulpe pui dez 100g	portocale	Ceai,lapte 250ml,unt1buc, sunca pui 50g,telemea desodata 50g
VINERI 26.12	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 1buc,gem 1buc, telemea desodata 50g	laurt nature Cozona 150g	Ciorba de vacuta cu legume 350ml Mamaliguta 250g, tocanita copanele pui 100g	banane	Ceai,lapte 250ml,unt1buc, sunca pui 50g,telemea desodata 50g
SAMBATA 27.12	Paine,ceai,gris cul apte 250g, unt 1buc,cascaval 50g, ou fiert 1buc	laurt fructe	Ciorba radauteana de pui 350ml Orez 250g, friptura pulpe pui dez 100g Salata varza 100g	portocale	Ceai,lapte 250ml,unt1buc, sunca pui 50g,telemea desodata 50g
DUMINICA 28.12	Paine,ceai,lapte 250ml,unt 1buc, miere albine 1buc Cascaval 50g	laurt fructe	Ciorba de pui cu orez 350ml, Sote de mazare 250g, friptura copanele pui 100g	banane	Ceai,lapte 250ml,unt1buc, sunca pui 50g,telemea desodata 50g

DIETA DIVERSIFICATA(6 luni- 1an) -22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Gris cu lapte 150g	Pireu mere, Biscuiti 30g	Supa de zarz.cu gris 150ml Pireu de legume cu carne pui 150g	iaurt nature	gris cu lapte 150g
MARTI	Gris cu lapte 150g	pireu mere biscuiti 30g	Supa de legume 150ml Pireu de cartofi cu galbenus ou150g	iaurt nature	orez cu lapte 150g
MIERCURI 24.12	Gris cu lapte 150g	Pireu mere branza vaci 50g	Supa de zarz.cu orez 150ml Pireu de legume cu carne pui 150g	iaurt nature	Lapte 150ml, Biscuiti 30g
JOI 25.12	Gris cu lapte 150g	banane	Supa de zarzavat cu gris 150ml Pireu de radacinoase cu carne pui 150g	iaurt nature	Lapte 150ml, Biscuiti 30g
VINERI 26.12	Gris cu lapte 150g	pireu mere biscuiti 30g	Supa de legume 150ml Pireu de cartofi cu carne pui 150g	iaurt nature	Lapte 150ml, Biscuiti 30g
SAMBATA 27.12	Gris cu lapte 150g	banane branza vaci 50g	Supa de legume 150ml Pireu de cartofi cu galbenus ou 150g	iaurt nature	Lapte 150ml, Biscuiti 30g
DUMINICA 28.12	Gris cu lapte 150g	banane	Supa de zarz.cu orez 150ml Pireu de radacinoase cu carne pui 150g	iaurt nature	Lapte 150ml, Biscuiti 30g

REGIM COLITA- Meniu pe saptamana -22.12.2025-28.12.2025

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai, Branza vaci 80g,biscuiti 50g ou fiert 1buc,mere coapte	Supa de zarz. cu galuste 350ml Rasol pui 100g cu morcovi fierti 250g	Ceai,paste fain 250g rasol pui 100g,branza vaci 80g, biscuiti 50g
MARTI	Paine,ceai,branza vaci 80g Biscuiti 50g,ou fiert 1buc	Supa de zarzavat cu taitei 350ml Rasol pui 100gcu orez cu morcovi 250g, mere coapte	Ceai,rasol pui 100g morcovi fierti 250g branza vaci 80g,biscuiti 50g
MIERCURI 24.12	Paine,ceai,mere coapte ou fiert 1buc,biscuiti 50g, branza vaci 80g	Supa de zarz.cu orez 350ml rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g, mere coapte	Ceai,branza vaci 80g, telemea desodata 50g rasol pui 100g,biscuiti50g
JOI 25.12	Paine,ceai,telemea desodata 50g ou fiert 1buc,biscuiti 50g, mere coapte	Supa de zarz.cu gris 350ml Rasol pui 100gcu paste fainoase 200g banane	Ceai,branza vaci 80g, telemea desodata 50g rasol pui 100g,biscuiti50g
VINERI 26.12	Paine,ceai,telemea desodata 50g , ou fiert 1buc,biscuiti, branza vaci 80g	Supa de zarzavat.cu perisoare vita350ml Rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g, banane	Ceai,branza vaci 80g, telemea desodata 50g rasol pui 100g,biscuiti50g
SAMBATA 27.12	Paine,ceai,branza vaci 80g ou fiert 1buc,biscuiti 50g, mere coapte	Supa de zarzavat cu taitei 350ml Rasol pui 100g, orez cu morcovi 250g, banane	Ceai,branza vaci 80g, telemea desodata 50g rasol pui 100g,biscuiti50g
DUMINICA 28.12	Paine,ceai,branza vaci80g ou fiert 1buc,biscuiti 50g, mere coapte	Supa de zarz.cu orez 350ml Rasol pui 100g cu paste fainoase200g, banane	Ceai,branza vaci 80g, telemea desodata50g rasol pui 100g,biscuiti50g

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

