

## REGIM COMUN –29.12.2025-04.01.2026

| Ziua                      | Mic dejun                                                                                                   | Pranz                                                                                                                                    | Cina                                                                                          |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>               | Paine,ceai,unt 20g,gem 2buc<br>Sunca pui 50g,cascaval 50g                                                   | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>lahnie de fasole boabe 250g,carnat 80g,<br>salata varza 100g/ <b>portocale</b>                            | Ceai,macaroane cu branza burduf 300g,<br>pateu ficat 100g                                     |
| <b>MARTI</b>              | Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc,<br>salam uscat 50g,telemea sodata 50g                                    | Ciorba de varza 350ml<br>cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc<br><b>mere</b>                                                      | Ceai ,mamaliguta cu branza burduf 50g si<br>smantana 100g, tocanita pulpa porc 50g            |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai,unt 2buc,miere albine2buc<br>Muschi fille 50g,cascaval 50g                                       | ciorba de conopida 350ml<br>orez cu legume,tocanita pulpa porc 100g<br>salata varza 100g, <b>desert br.vaci</b>                          | Ceai,unt 2buc, salam uscat 50g,<br>branza topita tr 2buc,pateu ficat 1buc                     |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,ceai,slanina porc 50g,<br>muschi file50g,burduf 50g,<br>caltabos porc 50g,vinete 100g,<br>rosii chery | Ciorba de perisoare pui 350ml,<br>Pireu de cartofi 250g, ceafa porc la cuptor 100g,<br>Salata varza 100g, <b>cozonac 150g, portocale</b> | Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,cascaval 50g,<br>branza topita tr 2buc   |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,ceai,unt 2buc,<br>telemea sodata 50g,<br>salam uscat 50g,caltabos 50g,<br>rosii chery                 | supa de pui cu galuste 350ml<br>mamaliguta250g,sarmalute 3buc si smantana 50g,<br>carnat porc 50g, <b>cozonac 150g,banane</b>            | Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,cascaval 50g,<br>branza topita tr 2buc   |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g,<br>ou fiert 1buc,muschi fille 50g,<br>caltabos porc 50g                   | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 250g, friptura pulpe pui dez 100g,<br><b>portocale</b>                                            | Ceai,unt 2 buc,salam uscat 50g,<br>telemea sodata 50g,toba porc 50g,<br>branza topita tr 2buc |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,ceai,unt 2buc,miere albine2buc<br>Cascaval 50g,crenvusti vita 2buc,<br>mustar 20g                     | Ciorba de pui cu orez 350ml,<br>Sote de mazare 250g, friptura copanele pui 100g,<br><b>banane</b>                                        | Ceai,unt 2buc,salam uscat 50g<br>Branza topita tr 2buc,sardine 1buc                           |

**REGIM ULCER -29.12.2025-04.01.2026**

| <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 orez 350ml<br>Mamaliguta 250g,<br>Tocanita de copanele pui 100g/ <b>banane</b>                                       | Ceai, melcisorii cu lapte 250ml<br>Unt 2 buc,sunca curcan 50g<br>Telemea desodata 50g |
| <b>MARTI</b>              | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc<br>ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc                        | Supa de pui cu taitei 350ml<br>cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc<br><b>mere coapte</b>                                      | Ceai ,mamaliguta cu branza vaci 50g si<br>smantana 100g, tocanita piept pui 50g       |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai,gris cu lapte 250g<br>Unt 2buc,sunca curcan 50g<br>Iaurt nature 1buc                 | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 250g,tocanita piept pui 100g<br><b>desert branza vaci</b>                                  | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vaci 50g,biscuiti 50g   |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc,<br>Iaurt nat 1buc,crenvusti vita 2buc,<br>Gris cu lapte 250g | Ciorba de perisoare pui 350ml<br>Pireu de cartofi 250g, friptura pulpe pui dez 100g<br>Salata sfecla 100g, <b>Cozonac 150g,banane</b> | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vaci 50g,biscuiti 50g   |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,ceai,gris cu lapte 250g<br>unt 2buc,sunca curcan 50g,<br>iaurt nature 1buc                | Ciorba de vacuta cu legume 350ml<br>Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g,<br>Sal.sfecla 100g, <b>Cozonac 150g,banane</b>        | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vaci 50g,biscuiti 50g   |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc<br>ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc                        | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 250g<br>friptura pulpe pui dezosate 100g<br><b>banane</b>                                      | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vaci 50g,biscuiti 50g   |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,ceai,gris cu lapte250g,unt2buc<br>Iaurt nature 1buc,crenvusti vita 100g                   | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g,<br>friptura copanele pui 100g<br><b>banane</b>                           | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g<br>branza vaci 50g,biscuiti 50g    |

**REGIM HEPATIC ; REGIM DESODAT-29.12.2025-04.01.2026**

| <b>Ziua</b>               | <b>Mic dejun</b>                                                                            | <b>Pranz</b>                                                                                                                             | <b>Cina</b>                                                                           |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>               | Paine,ceai,unt 2buc,gem 2buc<br>sunca pui 50g,<br>iaurt nature 1buc                         | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Mamaliguta 250g,<br>Tocanita de copanele pui 100g<br><b>portocale</b>                                     | Ceai, melcisorii cu lapte 250ml<br>Unt 2 buc,sunca curcan 50g<br>Telemea desodata 50g |
| <b>MARTI</b>              | Paine,ceai,unt2buc<br>ou fiert 1buc,gem 2buc,<br>iaurt nature 1buc                          | Supa de pui cu taitei 350ml<br>cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc<br><b>mere</b>                                                | Ceai ,mamaliguta cu branza vacii 50g si<br>smantana 100g, tocanita piept pui 50g      |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai,unt 2buc,<br>miere albine 2buc,sunca curcan 50g<br>laurt nature 1buc             | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 250g,tocanita piept pui 100g<br><b>desert branza vacii</b>                                    | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vacii 50g,biscuiti 50g  |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,ceai,lapte 250ml,unt 2buc,<br>miere albine 2buc<br>laurt nat 1buc,crenvusti vita 2buc | Ciorba de perisoare pui 350ml<br>Pireu de cartofi 250g, friptura pulpe pui dez 100g<br>Salata sfecla 100g, <b>Cozonac 150g,portocale</b> | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vacii 50g,biscuiti 50g  |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,ceai,lapte 250ml,unt 2buc,<br>gem 2buc,sunca curcan 50g,<br>iaurt nature 1buc         | Ciorba de vacuta cu legume 350ml<br>Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g,<br>Sal.sfecla 100g, <b>Cozonac 150g,banane</b>           | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vacii 50g,biscuiti 50g  |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,ceai,unt2buc,gem 2buc,<br>ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc,<br>sunca curcan 50g        | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 250g<br>friptura pulpe pui dezosate 100g<br><b>portocale</b>                                      | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g,<br>branza vacii 50g,biscuiti 50g  |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,ceai,unt2buc,<br>miere albine 2buc,<br>laurt nature 1buc,crenvusti vita 100g          | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g,<br>friptura copanele pui 100g<br><b>banane</b>                              | Ceai,unt2buc,sunca pui50g,<br>telemea desodata 50g<br>branza vacii 50g,biscuiti 50g   |

**REGIM DIABET SODAT-29.12.2025-04.01.2026**

| <b>Ziua</b>               | <b>Mic dejun</b>                                                                                                    | <b>gustare</b> | <b>Pranz</b>                                                                                                            | <b>gustare</b>   | <b>Cina</b>                                                                                                |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>               | Paine,iaurt nature 1buc,<br>unt 2 buc,cascaval 80g<br>sunca pui 80g,ou fiert 1buc,<br>salam uscat 80g               | <b>mere</b>    | Ciorba de fasole verde 350ml<br>Mamaliguta 250g<br>Tocanita de copanele pui 100g,<br>salata varza 100g                  | <b>portocale</b> | Lapte 250ml,<br>macaroane cu branza burduf 300g,<br>pateu ficat 100g                                       |
| <b>MARTI</b>              | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc<br>ou fiert 1buc,salam uscat 80g<br>telemea des 80g,zacusca 100g                   | <b>mere</b>    | Supa de pui cu taitei 350ml<br>Cartofi aromatizati 200g,<br>aripioare pui 3buc,salata varza 100g                        | <b>mere</b>      | Lapte 250ml ,mamaliguta cu<br>branza vaci 50g si smantana 100g,<br>tocanita pulpa porc 50g                 |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai iaurt nature 1buc,<br>Unt 2buc,cascaval 80g,<br>sunca curcan 80g,muschi fille 80g                        | <b>mere</b>    | ciorba de conopida 350ml<br>orez cu legume 200g,tocanita pulpa porc 100g<br>salata varza 100g                           | <b>mere</b>      | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 80g,telemea sodata80g<br>branza topita triunghi 2buc<br>pateu ficat 1buc |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc,<br>ou fiert 1buc, caltabos 80g,<br>branza burduf 80g,vinete 100g,<br>rosii cherry | <b>mere</b>    | Ciorba de perisoare pui 350ml<br>Pireu de cartofi 200g,ceafa porc 50g;<br>friptura pulpe pui dez 100g,salata varza 100g | <b>portocale</b> | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 80g,cascaval 80g<br>branza topita triunghi 2buc<br>toba porc 80g         |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc<br>Sunca curcan 80g, salam 80g<br>telemea sodata80g,cascaval 80g,<br>rosii cherry     | <b>mere</b>    | Ciorba de vacuta cu legume 350ml<br>Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g,<br>Carnat 50g,salata varza 100g         | <b>portocale</b> | Lapte 250ml,unt 2buc,<br>sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,cascaval 50g,<br>branza topita tr 2buc     |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc<br>ou fiert1buc,cascaval,80g<br>muschi fille80g,caltabos 80g                       | <b>mere</b>    | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 200g,<br>friptura pulpe pui dez 100g,sal.varza 100g                              | <b>portocale</b> | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui80g,telemea sodata80g<br>branza topita triunghi 2buc<br>toba porc 80g     |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,iaurt nature 1buc,<br>unt 2buc,cascaval 80g<br>crenvusti vita 2buc,mustar20g<br>sunca porc 80g                | <b>mere</b>    | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g,<br>friptura copanele pui 100g,carnat porc 100g             | <b>portocale</b> | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 80g,telemea sodata80g,<br>sardine 1buc,branza topita tr 2buc             |

**REGIM DIABET DESODAT- 29.12.2025-04.01.2026**

| <b>Ziua</b>               | <b>Mic dejun</b>                                                                                                  | <b>gustare</b> | <b>Pranz</b>                                                                                                            | <b>gustare</b>   | <b>Cina</b>                                                                                              |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>               | Paine,iaurt nature 1buc,<br>unt 2 buc,cascaval 80g<br>sunca pui 80g,ou fiert 1buc,<br>salam uscat 80g             | <b>mere</b>    | Ciorba de fasole verde 350ml<br>Mamaliguta 250g<br>Tocanita de copanele pui 100g,<br>salata varza 100g                  | <b>portocale</b> | Lapte 250ml,<br>macaroane cu branza burduf 300g,<br>pateu ficat 100g                                     |
| <b>MARTI</b>              | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc<br>ou fiert 1buc,salam uscat 80g<br>branza vaci 80g,zacusca 100g                 | <b>mere</b>    | Supa de pui cu taitei 350ml<br>Cartofi aromatizati 200g,<br>aripioare pui 3buc,salata varza 100g                        | <b>mere</b>      | Lapte 250ml ,mamaliguta cu<br>branza vaci 50g si smantana 100g,<br>tocanita piept pui 50g                |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai iaurt nature 1buc,<br>Unt 2buc,cascaval 80g,<br>sunca curcan 80g,muschi fille 80g                      | <b>mere</b>    | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 200g,tocanita piept pui 100g<br>salata varza 100g                            | <b>mere</b>      | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 80g,telemea desodata80g<br>branza vaci 80g,pateu ficat 1buc            |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc,<br>ou fiert 1buc, caltabos 80g,<br>branza vaci 80g,vinete 100g,<br>rosii cherry | <b>mere</b>    | Ciorba de perisoare pui 350ml<br>Pireu de cartofi 200g,ceafa porc 50g;<br>friptura pulpe pui dez 100g,salata varza 100g | <b>portocale</b> | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 80g,telemea des 80g<br>branza vaci 80g,toba porc 80g,                  |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc<br>Sunca curcan 80g, salam 80g<br>branza vaci 80g,cascaval 80g,<br>rosii cherry     | <b>mere</b>    | Ciorba de vacuta cu legume 350ml<br>Mamaliguta 250g,tocanita copanele pui 100g,<br>Carnat 50g,salata varza 100g         | <b>portocale</b> | Lapte 250ml,unt 2buc,<br>sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,branza vaci 80g<br>Telemea desodata 80g, |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc<br>ou fiert1buc,branza vaci 80g<br>muschi fille80g,caltabos 80g                  | <b>mere</b>    | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 200g,<br>friptura pulpe pui dez 100g,sal.varza 100g                              | <b>portocale</b> | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui80g,telemea desodata80g<br>branza vaci 80g,toba porc 80g                |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,iaurt nature 1buc,<br>unt 2buc,cascaval 80g<br>crenvusti vita 2buc,mustar20g<br>sunca porc 80g              | <b>mere</b>    | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Mancare de fasole verde 250g,<br>friptura copanele pui 100g,carnat porc 100g             | <b>portocale</b> | Lapte250ml,unt 2buc,<br>sunca pui 80g,telemea desodata80g,<br>sardine 1buc,branza vaci 80g               |

**REGIM COMUN 3-16ani- 29.12.2025-04.01.2026**

| <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,gem 2buc<br>sunca pui 50g ,cascaval 50g                                  | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Conopida gratinata la cuptor 250g<br>friptura copanele pui 100g              | <b>portocale</b> | Ceai, melcisorii cu lapte 250ml,<br>unt 2buc,sunca curcan 50g,<br>cascaval 50g            |
| <b>MARTI</b>              | Paine,ceai,unt 2 buc,<br>Miere albine 2buc,ou fiert 1buc,<br>Telemea sodata 50g                              | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba de varza 350ml<br>Cartofi aromatizati 250g,<br>aripioare pui 3buc                                    | <b>mere</b>      | ceai ,mamaliguta cu<br>branza vaci 50g si smantana 100g,<br>tocanita pulpa porc 50g       |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai,unt 2buc,miere 2buc<br>Sunca curcan 50g,cascaval 50g,                                             | <b>Desert<br/>br.vaci</b>                | ciorba de conopida 350ml<br>orez cu legume 250g,<br>tocanita pulpa porc 100g,salata varza 100g              | <b>mere</b>      | Ceai,lapte 250ml,unt2buc,<br>sunca pui 50g,telemea sodata 50g<br>pateu ficat 1buc         |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1b<br>Cascaval 50g,vinete 100g,<br>crenvusti vita 2b,mustar 20g,<br>rosii chery | <b>laurt nature<br/>Cozonac<br/>150g</b> | Ciorba de perisoare pui 350ml,<br>Pireu de cartofi 250g,<br>ceafa porc la cuptor 100g,<br>Varza murata 100g | <b>portocale</b> | Ceai,lapte 250ml,unt 2buc,<br>sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,telemea des50g,rosii |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,ceai,unt 2buc,gem2buc,<br>telemea sodata 50g,<br>sunca curcan 50g,rosii chery                          | <b>laurt nature<br/>Cozonac<br/>150g</b> | supa de pui cu galuste 350ml<br>mamaliguta250g,<br>sarmalute 3buc si smantana 50g                           | <b>banane</b>    | Ceai,lapte 250ml,unt 2buc,<br>sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,cascaval 50g,rosii   |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g,<br>ou fiert 1buc,muschi fille 50g                                          | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 250g, friptura pulpe pui dez 100g<br>Salata varza 100g               | <b>portocale</b> | Ceai,lapte 250ml,<br>unt 2buc,sunca pui 50g,<br>telemea sodata 50g,toba porc 50g          |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,ceai,unt 2buc,<br>miere albine2buc<br>Cascaval 50g,crenvusti vita 2buc,<br>mustar 20g                  | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba de pui cu orez 350ml,<br>Sote de mazare 250g,<br>friptura copanele pui 100g                          | <b>banane</b>    | Ceai,lapte 250ml,unt 2buc,<br>Sunca pui 50g,telemea sodata 50g,<br>sardine 1buc           |

**MEDIC GARDA-29.12.2025-04.01.2026**

| <b>Ziua</b>               | <b>Mic dejun</b> | <b>Pranz</b>                                                                                                                             | <b>Cina</b>                                                                                                   |
|---------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>               |                  | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Cartofi aurii 250g,friptura copanele pui 100g<br>salata varza 100g, <b>portocale</b>                      | Ceai,macaroane cu branza burduf 300g,<br>unt,cascava 50g,pateu ficat 100g                                     |
| <b>MARTI</b>              |                  | Ciorba de varza 350ml<br>cartofi aromatizati 250g,aripioare pui 3buc<br>salata varza 100g, <b>mere</b>                                   | Ceai ,mamaliguta cu branza burduf 50g si<br>smantana 100g, tocanita pulpa porc 50g                            |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> |                  | ciorba de conopida 350ml<br>cartofi nature 250g,tocanita pulpa porc 100g<br>salata varza 100g, <b>desert br.vaci</b>                     | Ceai,unt 2buc,oua fierte 2buc,<br>salam uscat 50g,<br>branza topita tr 2buc,pateu ficat 1buc                  |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      |                  | Ciorba de perisoare pui 350ml,<br>Pireu de cartofi 250g, ceafa porc la cuptor 100g,<br>Varza murata 100g, <b>cozonac 150g, portocale</b> | Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,cascaval 50g,<br>branza topita tr 2buc,rosii             |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   |                  | supa de pui cu galuste 350ml<br>mamaliguta250g,sarmalute 3buc si smantana 50g,<br>carnat porc 50g, <b>cozonac 150g,banane</b>            | Ceai,unt 2buc,sunca porc Praga 50g,<br>Toba porc 50g,cascaval 50g,<br>branza topita tr 2buc,rosii             |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  |                  | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Cartofi aurii 250g, friptura pulpe pui dez 100g,<br>Salata varza 100g, <b>portocale</b>                | Ceai,unt 2 buc,salam uscat 50g,<br>telemea sodata 50g,toba porc 50g,<br>branza topita tr 2buc,oua fierte 2buc |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> |                  | Ciorba de pui cu orez 350ml,<br>Cartofi aurii 250g, friptura copanele pui 100g,<br>Salata varza 100g, <b>banane</b>                      | Ceai,unt 2buc,salam uscat 50g,<br>sunca pui 50g,oua fierte 2buc,<br>Branza topita tr 2buc                     |

**REGIM COMUN 1-3ani-29.12.2025-04.01.2026**

| <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 1buc,gem 1buc<br>cascaval 50g                       | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba de pui cu orez 350ml<br>Conopida gratinata la cuptor 250g<br>friptura copanele pui 100g                 | <b>portocale</b> | Ceai, melcisorii cu lapte 250ml,<br>unt 1buc,sunca curcan 50g,<br>cascaval 50g     |
| <b>MARTI</b>              | Paine,ceai,unt 1buc,<br>Miere albine 1buc,ou fiert 1buc,<br>Telemea desodata 50g   | <b>laurt fructe</b>                      | Supa de pui cu taitei 350ml<br>Cartofi aromatizati 250g,<br>aripioare pui 3buc                                 | <b>mere</b>      | ceai ,mamaliguta cu<br>branza vaci 50g si smantana 100g,<br>tocanita piept pui 50g |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Paine,ceai,lapte 250ml,<br>unt 1buc,miere 1buc<br>cascaval 50g,                    | <b>Desert<br/>br.vaci</b>                | ciorba de dovlecel 350ml<br>orez cu legume 250g,<br>tocanita piept pui 100g,salata varza 100g                  | <b>mere</b>      | Ceai,lapte 250ml,unt1buc,<br>sunca pui 50g,telemea desodata 50g                    |
| <b>JOI<br/>01.01</b>      | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,<br>unt 1buc,ou fiert 1b<br>Cascaval 50g,rosii chery | <b>laurt nature<br/>Cozonac<br/>150g</b> | Ciorba de perisoare pui 350ml,<br>Pireu de cartofi 250g,<br>Friptura pulpe pui dez 100g,<br>Salata sfecla 100g | <b>portocale</b> | Ceai,lapte 250ml,unt1buc,<br>sunca pui 50g,telemea desodata 50g                    |
| <b>VINERI<br/>02.01</b>   | Paine,ceai,lapte 250ml,<br>unt 1buc,gem 1buc,<br>telemea desodata 50g              | <b>laurt nature<br/>Cozonac<br/>150g</b> | Ciorba de vacuta cu legume 350ml<br>Mamaliguta 250g,<br>tocanita copanele pui 100g,<br>salata sfecla 100g      | <b>banane</b>    | Ceai,lapte 250ml,unt1buc,<br>sunca pui 50g,telemea desodata 50g                    |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</b>  | Paine,ceai,gris cu lapte 250g,<br>unt 1buc,cascaval 50g,<br>ou fiert 1buc          | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba radauteana de pui 350ml<br>Orez 250g, friptura pulpe pui dez 100g<br>Salata varza 100g                  | <b>portocale</b> | Ceai,lapte 250ml,unt1buc,<br>sunca pui 50g,telemea desodata 50g                    |
| <b>DUMINICA<br/>04.01</b> | Paine,ceai,lapte 250ml,unt 1buc,<br>miere albine 1buc<br>Cascaval 50g              | <b>laurt fructe</b>                      | Ciorba de pui cu orez 350ml,<br>Sote de mazare 250g,<br>friptura copanele pui 100g                             | <b>banane</b>    | Ceai,lapte 250ml,unt1buc,<br>sunca pui 50g,telemea desodata 50g                    |



**DIETA DIVERSIFICATA(6 luni- 1an) -29.12.2025-04.01.2026**

| <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>pireu mere<br/>biscuiti 30g</b>    | Supa de legume 150ml<br>Pireu de cartofi cu galbenus ou150g              | <b>iaurt nature</b> | orez cu lapte 150g           |
| <b>MIERCURI<br/>31.12</b> | Gris cu lapte 150g | <b>Pireu mere<br/>branza vaci 50g</b> | Supa de zarz.cu orez 150ml<br>Pireu de legume cu carne pui 150g          | <b>iaurt nature</b> | Lapte 150ml,<br>Biscuiti 30g |
| <b>JOI<br/>01.01</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> | Lapte 150ml,<br>Biscuiti 30g |
| <b>VINERI<br/>02.01</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> | Lapte 150ml,<br>Biscuiti 30g |
| <b>SAMBATA<br/>03.01</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<br/>04.01</b> | Gris cu lapte 150g | <b>banane</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- Meniu pe saptamana -29.12.2025-04.01.2026**

| <b>Ziua</b>                     | <b>Mic dejun</b>                                                                | <b>Pranz</b>                                                                                     | <b>Cina</b>                                                                 |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>LUNI</b>                     | Paine,ceai,<br>Branza vaci 80g,biscuiti 50g<br>ou fiert 1buc,mere coapte        | Supa de zarz. cu galuste 350ml<br>Rasol pui 100g cu morcovi fierti 250g                          | Ceai,paste fain 250g<br>rasol pui 100g,branza vaci 80g,<br>biscuiti 50g     |
| <b>MARTI</b>                    | Paine,ceai,branza vaci 80g<br>Biscuiti 50g,ou fiert 1buc                        | Supa de zarzavat cu taitei 350ml<br>Rasol pui 100gcu orez cu morcovi 250g,<br><b>mere coapte</b> | Ceai,rasol pui 100g<br>morcovi fierti 250g<br>branza vaci 80g,biscuiti 50g  |
| <b>MIERCURI</b><br><b>31.12</b> | Paine,ceai,mere coapte<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,<br>branza vaci 80g        | Supa de zarz.cu orez 350ml<br>rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g, <b>mere coapte</b>           | Ceai,branza vaci 80g,<br>telemea desodata 50g<br>rasol pui 100g,biscuiti50g |
| <b>JOI</b><br><b>01.01</b>      | Paine,ceai,telemea desodata 50g<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,<br>mere coapte   | Supa de zarz.cu gris 350ml<br>Rasol pui 100gcu paste fainoase 200g<br><b>banane</b>              | Ceai,branza vaci 80g,<br>telemea desodata 50g<br>rasol pui 100g,biscuiti50g |
| <b>VINERI</b><br><b>02.01</b>   | Paine,ceai,telemea desodata 50g ,<br>ou fiert 1buc,biscuiti,<br>branza vaci 80g | Supa de zarzavat.cu perisoare vita350ml<br>Rasol pui 100gcu morcovi fierti 250g, <b>banane</b>   | Ceai,branza vaci 80g,<br>telemea desodata 50g<br>rasol pui 100g,biscuiti50g |
| <b>SAMBATA</b><br><b>03.01</b>  | Paine,ceai,branza vaci 80g<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,<br>mere coapte        | Supa de zarzavat cu taitei 350ml<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><br><b>04.01</b> | Paine,ceai,branza vaci80g<br>ou fiert 1buc,biscuiti 50g,                        | Supa de zarz.cu orez 350ml<br>Rasol pui 100g cu paste fainoase200g, <b>banane</b>                | Ceai,branza vaci 80g,<br>telemea desodata50g                                |

|  |             |  |                            |
|--|-------------|--|----------------------------|
|  | mere coapte |  | 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