

SPITALUL DE PSIHIATRIE SIBIU

REGIM COMUN –26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai,unt 20g,gem 2buc Sunca pui 50g,cascaval 50g	Ciorba de pui cu galuste 350ml Fasole boabe batuta 250g,carnat porc 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 legume com 350ml, rulada porc 100g,cartofi nature 250g, castraveti murati 100g, portocale	Ceai ,unt 2buc,muschi fille 50g branza topita tr 2buc Crenvusti vita 100g,mustar
MIERCURI	Paine,ceai,unt 2buc,miere albine2buc Sunca porc 50g,cascaval 50g	ciorba de conopida 350ml orez cu legume 250g,aripioare pui 3buc gogosar murat 100g, mere	Ceai ,sote de mazare 250g, Carnat porc 80g
JOI	Paine,ceai,slanina tocata cu ceapa 50g, ou fiert 1buc,branza burduf 50g, muschi fille 50g	Ciorba de fasole boabe 350ml Chiftelute porc 100g,sos marinat 100g, Paste fainoase 250g, banane	Ceai,cartofi nature 250g, mici 3buc, mustar 20g
VINERI	Paine,ceai,unt 2buc,gem 50g Telemea sodata 50g,salam uscat 50g	Ciorba de perisoare porc 350ml Pireu de cartofi 250g Friptura copanele pui 100g Salata varza 100g, portocale	ceai,mamaliguta 250g cu branza burduf 50g si smantana 100g,tocanita pulpa porc 50g
SAMBATA	Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g, ou fiert 1buc,muschi fille 50g	Ciorba ardeleneasca alba 350ml varza calita 250g,friptura pulpe pui dez 100g placinta cu mere	Ceai,unt 2 buc,toba porc 50g telemea sodata 50g,sardine 1buc
DUMINICA	Paine,ceai,unt 2buc,miere albine2buc Cascaval 50g,toba porc 50g	Ciorba de varza 350ml Orez 250g, escalop de porc 100g Salata varza 100g, banane	Ceai,unt 2buc,salam uscat 50g Branza topita tr 2buc,pateu ficat 1buc

REGIM ULCER -26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g Unt 2buc, sunca pui 50g, iaurt nature 1buc	Ciorba de pui cu galuste 350ml Tocanita de pulpe pui dez 100g,mamaliguta 250g	Ceai, budinca de paste cu br.vaci 250g, Unt 2 buc,sunca curcan 50g Telemea desodata 50g
MARTI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc ou fiert 1buc,branza vaci 80g	Ciorba de legume reg 350ml Musaca de cartofi cu carne vita 350g, mere coapte	Ceai ,gris cu lapte 250g Unt 2buc,telemea desodata 50g crenvusti vita 100g
MIERCURI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g Unt 2buc,sunca pui 50g laurt nature 1buc	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 250g,aripioare pui 3buc salata sfecla rosie 100g, mere coapte	Ceai ,legume asortate 250g Friptura copanele pui 100g
JOI	Paine,ceai, Branza vaci 80g Unt 2 buc,ou fiert 1buc,sunca pui 50g	Ciorba de fasole verde 350ml Tocanita de piept pui 100g,paste fainoase 250g banane	Ceai,cartofi nature 250g, friptura pulpe pui dez 100g
VINERI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g unt 2buc,sunca curcan 50g telemea desodata 50g	Ciorba de perisoare piept pui 350ml Pireu de cartofi 250g friptura copanele pui 100g, banane	ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita de piept pui 50g
SAMBATA	Paine,ceai,gris cu lapte 250g,unt2buc ou fiert 1buc,iaurt nature 1buc	Ciorba ardeleneasca alba 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura pulpe pui dezosate 100g placinta cu mere	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g,biscuiti 50g
DUMINICA	Paine,ceai,gris cu lapte250g,unt2buc laurt nature 1buc,crenvusti vita 100g	Ciorba de fasole verde 350ml Orez 250g,tocanita de piept pui 100g banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g branza vaci80g,biscuiti 50g

REGIM HEPATIC ; REGIM DESODAT-26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI	Paine,ceai,unt 2 buc,gem 2buc sunca pui 50g,iaurt nature 1buc	Ciorba de pui cu galuste 350ml Tocanita de pulpe pui dez 100g,mamaliguta 250g	Ceai, budinca de paste cu br.vaci 250g, Unt 2 buc,sunca curcan 50g Telemea desodata 50g
MARTI	Paine,ceai,unt2buc, ou fiert1buc branza vaci80g,iaurt nature1buc	Ciorba de legume reg 350ml Musaca de cartofi cu carne vita 350g, portocale	Ceai ,gris cu lapte 250g Unt 2buc,telemea desodata 50g crenvusti vita 100g
MIERCURI	Paine,ceai,unt 2buc,miere albine2buc sunca pui 50g iaurt nature 1buc	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 250g,aripioare pui 3buc salata sfecla rosie 100g, mere	Ceai ,legume asortate 250g Friptura copanele pui 100g
JOI	Paine,ceai, laurt nature1buc Unt 2 buc,sunca pui 50g branza vaci 80g	Ciorba de fasole verde 350ml Tocanita de piept pui 100g,paste fainoase 250g banane	Ceai,cartofi nature 250g, friptura pulpe pui dez 100g
VINERI	Paine,ceai,unt2 buc,gem 50g Sunca curcan 50g telemea desodata 50g	Ciorba de perisoare piept pui 350ml Pireu de cartofi 250g friptura copanele pui 100g, portocale	ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita de piept pui 50g
SAMBATA	Paine,ceai, unt2buc,iaurt nature1buc ou fiert 1buc,branza vaci 80g	Ciorba ardeleneasca alba 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura pulpe pui dezodate 100g placinta cu mere	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g, branza vaci 80g,biscuiti 50g
DUMINICA	Paine,ceai,unt2buc,miere albine2buc laurt nature 1buc,crenvusti vita 100g	Ciorba de fasole verde 350ml Orez 250g,tocanita de piept pui 100g banane	Ceai,unt2buc,sunca pui50g, telemea desodata 50g branza vaci80g,biscuiti 50g

REGIM DIABET SODAT-26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,iaurt nature 1buc unt 2 buc,cascaval 80g sunca pui 80g,ou fiert 1buc, muschi fille 80g	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Mamaliguta 250g Tocanita de pulpe pui dez 100g, salata varza 100g	mere	Lapte 250ml, macaroane cu branza burduf 300g pateu ficat 1buc
MARTI	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc ou fiert 1buc,salam uscat 80g telemea sodata 80g, Crenvusti vita 2buc,mustar 20g	mere	Ciorba de legume R8 350ml Rulada de porc 100g,cartofi nature 200g Salata varza 100g	portocale	Lapte 250ml ,tocanita pulpe pui dezosate 100g,mamaliguta 250g, branza vaci 80g
MIERCURI	Paine,ceai iaurt nature 1buc,unt 2 Cascaval 80g,salata vinete 100g Sunca pui 80g,sunca porc 80g	mere	ciorba de conopida 350ml orez cu legume 200g,aripioare pui 3buc salata varza 100g	mere	Lapte 250ml, legume asortate 250g,carnat 50g friptura copanele pui 100g
JOI	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc, ou fiert 1buc, muschi fille 80g branza burduf 80g,sunca pui 80g,	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Tocanita de piept pui 100g paste fainoase 200g,salata varza 100g	mere	Lapte 250ml,cartofi nature200g, friptura pulpe pui dez 100g mici 2buc,mustar20g
VINERI	Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc Sunca curcan 80g, salam 80g telemea sodata80g,cascaval 80g	mere	Ciorba de perisoare porc 350ml Pireu de cartofi 200g Friptura copanele pui 100g,salata varza 100g	portocale	Lapte 250ml, mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita pulpa porc 100g
SAMBATA	Paine,iaurt nature 1buc,unt2 buc ou fiert1buc,cascaval,80g muschi fille80g,zacusca 100g	mere	Ciorba radauteana alba 350ml Varza calita 250g,friptura pulpa porc 100g friptura pulpe pui dezosate 100g	mere	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui80g,telemea sodata80g branza topita triunghi 2buc sardine 1buc
DUMINICA	Paine,iaurt nature 1buc, unt 2buc,cascaval 80g, sunca porc 80g crenvusti vita 2buc,mustar20g	mere	Ciorba de varza350ml Orez 200g, escalop de porc 100g Salata varza 100g	portocale	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea desodata80g, pateu ficat 1buc,branza topita tr 2buc

REGIM DIABET DESODAT- 26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,iaurt nature 1buc unt 2 buc,branza vaci 80g sunca pui 80g,ou fiert 1buc, muschi fille 80g	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Mamaliguta 250g Tocanita de pulpe pui dez 100g, salata varza 100g	mere	Lapte 250ml, macaroane cu branza burduf 300g pateu ficat 1buc
MARTI	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc ou fiert 1buc,salam uscat 80g branza vaci 80g, Crenvusti vita 2buc,mustar 20g	mere	Ciorba de legume R8 350ml Musaca de cartofi cu carne vita 350g Salata varza 100g	portocale	Lapte 250ml ,tocanita pulpe pui dezosate 100g,mamaliguta 250g, branza vaci 80g
MIERCURI	Paine,ceai iaurt nature 1buc,unt 2 Branza vaci 80g,salata vinete 100g Sunca pui 80g,sunca porc 80g	mere	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 200g,aripioare pui 3buc salata varza 100g	mere	Lapte 250ml, legume asortate 250g,carnat 50g friptura copanele pui 100g
JOI	Paine,iaurt nature 1buc,unt 2buc, ou fiert 1buc, muschi fille 80g branza vaci 80g,sunca pui 80g,	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Tocanita de piept pui 100g paste fainoase 200g,salata varza 100g	mere	Lapte 250ml,cartofi nature200g, friptura pulpe pui dez 100g mici 2buc,mustar20g
VINERI	Paine,iaurt nat 1buc,unt 2buc Sunca curcan 80g, salam 80g telemea desodata80g,br.vaci 80g	mere	Ciorba de perisoare piept pui 350ml Pireu de cartofi 200g Friptura copanele pui 100g,salata varza 100g	portocale	Lapte 250ml, mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita piept pui 100g
SAMBATA	Paine,iaurt nature 1buc,unt2 buc ou fiert1buc,branza vaci 80g muschi fille80g,zacusca 100g	mere	Ciorba radauteana alba 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura pulpa porc 100g friptura pulpe pui dezosate 100g	mere	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui80g,telemea desodata80g branza vaci 80g,sardine 1buc
DUMINICA	Paine,iaurt nature 1buc, unt 2buc,branza vaci 80g, sunca porc 80g crenvusti vita 2buc,mustar20g	mere	Ciorba de fasole verde 350ml Orez 200g, tocanita de piept pui 100g Salata varza 100g	portocale	Lapte250ml,unt 2buc, sunca pui 80g,telemea desodata80g, pateu ficat 1buc,branza vaci 80g

REGIM COMUN 3-16ani- 26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 2buc,gem 2buc ou fiert 1buc ,cascaval 50g	Desert Br.vaci	Ciorba de pui cu galuste 350ml Conopida gratinata 250g Friptura pulpe pui dez 100g	mere	Ceai, budinca de paste cu br.vaci250g unt 2b,sunca curcan 50g, telemea desodata50g
MARTI	Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc Telemea sodata 50g, salam uscat 50g	Desert Br.vaci	Ciorba de legume com 350ml Rulada de porc 100g,cartofi nature 200g Salata varza 100g	portocale	Ceai, gris cu lapte 250g Unt 2buc,telemea desodata 50g crenvusti vita 100g,mustar 20g
MIERCURI	Paine,ceai,unt 2buc,miere 2buc sunca porc 50g,cascaval 50g, salata vinete 100g	iaurt fructe	ciorba de conopida 350ml orez cu legume 250g,aripioare pui 3buc salata sfecla 100g	mere	Ceai,taitei cu lapte 250g Sote de mazare 250g, friptura copanele pui 100g
JOI	Paine,ceai,unt 2buc,ou fiert 1buc Sunca pui 50g,cascaval 50g	laurt nature Cereale 30g	Ciorba de fasole boabe 350ml Chiftelute porc 100g,sos marinat 100g, Paste fainoase 250g	banane	ceai,orez cu lapte 250g, cartofi nature250g, friptura pulpe pui dez 100g
VINERI	Paine,ceai,lapte 250ml.unt 2buc, gem 2buc,telemea sodata 50g, sunca curcan 50g	laurt fructe	Ciorba de perisoare porc 350ml Cartofi aromatizati 250g Friptura copanele pui 100g Salata sfecla 100g	portocale	ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita de pulpa porc 50g
SAMBATA	Paine,ceai,unt 2buc,cascaval 50g, ou fiert 1buc,muschi fille 50g	Placinta cu mere	Ciorba ardeleneasca alba 350ml varza calita 250g,friptura pulpe pui dez 100g	mere	Ceai,lapte250ml,unt 2buc, sunca pui50g,telemea sodata50g sardeine in sos tomat 1buc
DUMINICA	Paine,ceai,unt 2buc, miere albina2buc,cascaval 50g, crenvusti vita 2buc, mustar 20g	iaurt nature cereale 30g	Ciorba de varza 350ml Orez 250g, escalop de porc 100g Salata varza 100g	banane	Ceai,lapte250ml,unt2buc Sunca pui 50g,telemea desodata 50g Pateu ficat 1buc

MEDIC GARDA-26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	Pranz	Cina
LUNI		ciorba de pui cu galuste 350ml fasole boabe batuta 250g,carnat porc 80g salata varza 100g, desert branza vaci	Ceai,unt 20g,sunca curcan 50g oua ochiuri 2buc,cascaval 50g, pateu ficat, budinca de paste 250g
MARTI		Ciorba de legume com 350ml Cartofi nature 250g,rulada de porc 100g Castraveti murati 100g, portocale	Ceai,unt 2buc,branza topita tr 2buc crenvusti vita 2buc,mustar 20g, gris cu lapte 250g,oua fierte 2buc
MIERCURI		ciorba de conopida 350ml cartofi aurii, aripioare pui 3buc gogosar murat 100g, mere	Ceai,unt 2buc,cascaval 50g, oua ochiuri 2buc,salam uscat 50g, taitei cu lapte 250g
JOI		Ciorba de fasole boabe 350ml Chiftelute porc 100g,sos marinat 100g, paste fainoase 250g, banane	ceai,cartofi nature, mici 3buc,mustar 20g, orez cu lapte 250g
VINERI		Ciorba de perisoare porc 350ml Friptura copanele pui 100g,pireu de cartofi 250g Salata sfecla 100g, portocale	Ceai,mamaliguta 250g cu branza burduf 50g,branza vaci 50g si smantana 100g,tocanita pulpa porc 100g
SAMBATA		Ciorba ardeleneasca alba 350ml Cartofi aurii la cuptor 250g, gratar pulpe pui dez 100g,salata varza 100g placinta cu mere	Ceai,unt 2buc,sunca pui 50g salam uscat 50g,toba porc 50g branza topita tr 2buc,oua fierte 2buc
DUMINICA		Ciorba de varza 350ml Orez 250g, escalop de porc 100g, salata varza100g, banane	Ceai,unt 2buc,sunca pui 50g salam uscat 50g,toba porc 50g branza topita tr 2buc,oua fierte 2buc

REGIM COMUN 1-3ani-26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 1buc,gem 1buc cascaval 50g,ou fiert 1buc	Desert Br.vaci	Ciorba de pui cu galuste 350ml Conopida gratinata 250g Friptura pulpe pui 100g	mere	Ceai, budinca de paste cu br.vaci250g unt 2b,sunca curcan 50g, telemea desodata50g
MARTI	Paine,cea,gris cu lapte 250g unt 1buc, ou fiert 1buc,branza vaci 80g	laurt nature	Ciorba de legume reg 350ml Musaca de cartofi cu carne vita350g Salata varza 100g	portocale	Ceai, gris cu lapte 250g Unt 2buc,telemea desodata 50g crenvusti vita 100g,mustar 20g
MIERCURI	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 1buc,miere 1buc sunca pui 50g,branza vaci 80g	laurt fructe	ciorba de dovlecel 350ml orez cu legume 200g,aripioare pui 3buc salata sfecla 100g	mere	Ceai,taitei cu lapte 250g Sote de mazare 250g, friptura copanele pui 100g
JOI	Paine,ceai,gris cu lapte 250g, unt 1buc, ou fiert 1buc, cascaval 50g	laurt nature Cereale 30g	Ciorba de fasole verde 350ml Tocanita de piept pui 100g, Paste fainoase 200g,salata varza 100g	banane	ceai,orez cu lapte 250g, cartofi nature250g, friptura pulpe pui dez 100g
VINERI	Paine,ceai,lapte 250ml, unt 1buc,gem 1buc Telemea desodata 50g, sunca curcan50g	laurt fructe	Ciorba de perisoare piept pui 350ml Cartofi aromatizati 200g Friptura copanele pui 100g Salata sfecla 100g	portocale	ceai,mamaliguta 250g cu branza vaci 50g si smantana 100g, tocanita de piept pui 50g
SAMBATA	Paine,ceai,gris cu lapte 250g unt 1buc,cascaval 50g, ou fiert 1buc	Placinta cu mere	Ciorba ardeleneasca alba 350ml Mancare de fasole verde 250g, friptura pulpe pui dez 100g	mere	Ceai,lapte250ml,unt 1buc, sunca pui50g,telemea desodata50g
DUMINICA	Paine,ceai,lapte 250g, Unt 1buc,miere albine 1buc, Cascaval 50g	laurt nature cereale 30g	Ciorba de fasole verde 350ml Orez 200g, tocanita de piept pui 100g Salata varza 100g	banane	Ceai,lapte250ml,unt1buc Sunca pui 50g,telemea desodata 50g

DIETA DIVERSIFICATA(6 luni- 1an) -26.01.2026-01.02.2026

Ziua	Mic dejun	gustare	Pranz	gustare	Cina
LUNI	Gris cu lapte 150g	Pireu de mere, banane	Supa de zarz.cu gris 150ml Pireu de legume cu carne pui 150g	iaurt nature 1buc	gris cu lapte 150g
MARTI	Gris cu lapte 150g	pireu de mere branza vaci 50g	Supa de legume 150ml Pireu de cartofi cu galbenus ou150g	iaurt nature 1buc	gris cu lapte 150g
MIERCURI	Gris cu lapte 150g	Pireu de mere Biscuiti 30g	Supa de zarz.cu orez 150ml Pireu de legume cu carne pui 150g	iaurt nature 1buc	gris cu lapte 150g
JOI	Gris cu lapte 150g	Banane, Branza vaci 50g	Supa de zarzavat cu gris 150ml Pireu de radacinoase cu carne pui 150g	iaurt nature 1buc	orez cu lapte 150g
VINERI	Gris cu lapte 150g	pireu de mere biscuiti 30g	Supa de legume 150ml Pireu de cartofi cu carne pui 150g	iaurt nature 1buc	Gris cu lapte 150g
SAMBATA	Gris cu lapte 150g	Pireu de mere Branza vaci 50g	Supa de legume 150ml Pireu de cartofi cu galbenus ou 150g	iaurt nature 1buc	Lapte 150ml, Biscuiti 30g
DUMINICA	Gris cu lapte 150g	Banane, Branza vaci 50g	Supa de zarz.cu orez 150ml Pireu de radacinoase cu carne pui 150g	iaurt nature 1buc	Lapte 150ml, Biscuiti 30g

REGIM COLITA- Meniu pe saptamana -26.01.2026-01.02.2026

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, mere coapte	Ceai,paste fain 250g rasol pui 100g,branza vaci 80g, biscuiti 50g
MARTI	Paine,ceai,branza vaci 80g Biscuiti 50g,ou fiert 1buc,banane	Supa de legume passerata 350ml Rasol pui 100gcu orez cu morcovi 250g, mere coapte	Ceai,rasol pui 100g morcovi fierti 250g branza vaci 80g,biscuiti 50g
MIERCURI	Paine,ceai, ou fiert 1buc,biscuiti 50g, branza vaci 80g,banane	Supa de zarz.cu orez 350ml rasol pui 100g,morcovi fierti 250g, mere coapte	Ceai,rasol pui 100g orez cu morcovi 250g branza vaci 80g,biscuiti 50g
JOI	Paine,ceai,branza vaci 80g ou fiert 1buc,biscuiti 50g, mere coapte	Supa de zarz.cu gris 350ml Rasol pui 100g cu paste fainoase 200g banane	Ceai,rasol pui 100g morcovi fierti 250g branza vaci 80g,biscuiti 50g
VINERI	Paine,ceai,telemea desodata 50g , ou fiert 1buc,biscuiti 50g branza vaci 80g	Supa de legume passerata 350ml Rasol pui 100g,orez cu morcovi 250g, banane	Ceai,rasol pui 100g, morcovi fierti 250g,branza vaci 80g, biscuiti 50g
SAMBATA	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	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

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%gr**- 1buc=150g
- **IAURT FRUCTE**- 1buc= 125g
- **UNT65%gr**- 1buc=10g
- **PATE FICAT PORC**- 1buc= 100g
- **SARDINE IN SOS TOMAT**- 1buc= 125g
- **BRANZA TOPITA TRIUNGHI**- 1buc= 17g
- **CEAI**= 250ml/pers
- **LAPTE**= 250ml/pers

