

MENIUL SĂPTĂMÂNAL AL PACIENȚILOR ȘI AL MEDICILOR DE GARDĂ

Aprobat,
Manager: Alupoae Bogdan
Director de Îngrijiri: As. Foca Angela

Zilele Săpt:	Mic dejun	Pranz	Cina
Luni 17.11.25	PAINE, CEAI, IAUURT OU, BR. TOPITA – <u>C</u> UNT, OU, MASLINE – <u>5B, NPZ, L</u> UNT, OU, BR. VACI – <u>S</u> OU, UNT, ROSII – <u>5A</u> OU, UNT(2), ROSII, - <u>DZ, DZd</u>	CIORBA CU TAITEI CARTOFI NATUR – PULPA PUI - <u>5B, S</u> SALATA DE SFECLA ROSIE - <u>5B, S, L</u> CARTOFI NATUR-CEAFA PORC – <u>C, 5A, DZ, DZd NPZ, L, MG</u> SALATA DE ARDEI COPTI - <u>C, 5A, DZ, DZd, NPZ, MG</u> PAINE / MAR	BUDINCA DE MACAROANE CU BR. VACI – <u>5A, C, NPZ, L, 5B, S</u> SOTE DE PASTAI – PULPA PUI LA CUPTOR – <u>DZ, DZd</u> MACAROANE CU TELEMEA – <u>MG</u> PAPANASI CU GEM SI SMANTANA – <u>MG</u> PAINE – <u>5A, C, NPZ, L, S, 5B, MG</u> KIWI - <u>DZ, DZd</u>
MARTI 18.11.25	PAINE, CEAI, IAUURT SUNCA, BR. TOPITA, – <u>C</u> UNT, SUNCA – <u>5B, L</u> UNT, SUNCA, ROSII – <u>NPZ</u> UNT, OU, BR. VACI – <u>S</u> CAS DULCE, ROSII - <u>5A</u> CAS DULCE, UNT(2), ROSII- <u>DZd</u> SUNCA, UNT(2), ROSII - <u>DZ</u>	CIORBA CU PERISOARE SOTE DE FICAT CU MAMALIGUTA – <u>C, 5A, DZ, DZd, NPZ, L, MG</u> SOTE DE FICAT CU MAMALIGUTA – <u>5B, S</u> MAR – <u>DZ, DZd</u> BISCUITI - <u>C, 5A, NPZ, L, 5B, S</u> PAINE	BUDINCA DE OREZ CU MERE – <u>5A, C, NPZ, L</u> SOTE DE LEGUME SI OREZ- PULPA PUI – <u>DZ, 5B, S, DZd</u> SALATA GRECEASCA - SNITEL – <u>MG</u> ; BUDINCA DE OREZ CU MERE - <u>MG</u> PAINE – <u>5A, C, NPZ, L, S, 5B, MG</u> KIWI - <u>DZ, DZd</u>
MIERCURI 19.11.25	PAINE, CEAI, IAUURT MUSCHI, BR. TOPITA, – <u>C</u> UNT, MUSCHI, ROSII – <u>NPZ</u> UNT, MUSCHI – <u>5B, L</u> UNT, OU, BR. VACI – <u>S</u> TARTINA BR. VACI, UNT, ROSII - <u>5A</u> TARTINA BR. VACI, UNT(2), ROSII- <u>DZd</u> MUSCHI, UNT(2), ROSII, - <u>DZ</u>	CIORBA CU CARTOFI PILAF DE OREZ CU PULPA PUI – <u>5B, S, NPZ, L, DZ, DZd</u> SALATA DE SFECLA ROSIE – <u>5B, S, L</u> IAHNIE DE FASOLE – PULPA PUI - <u>5A</u> IAHNIE DE FASOLE – CARNAT – <u>C, MG</u> SALATA DE VARZA – <u>5A, DZ, DZd, C, NPZ, MG</u> PAINE / MAR	BRANZA CU SMANTANA SI MAMALIGUTA – <u>5A, C, DZ, DZd, NPZ, L</u> CARTOFI NATUR – SOTE FICAT DE PUI – <u>5B, S</u> CARTOFI COPTI – CASCVAL PANNE - <u>MG</u> ; PANDISPAN CU MERE – <u>MG</u> ; PAINE – <u>5A, C, NPZ, L, S, 5B, MG</u> KIWI - <u>DZ, DZd</u>
JOI 20.11.25	PAINE, CEAI, IAUURT OU, BR. TOPITA – <u>C</u> UNT, OU, MASLINE – <u>5B, NPZ, L</u> UNT, OU, BR. VACI – <u>S</u> OU, UNT, ROSII - <u>5A</u> OU, UNT(2), ROSII, - <u>DZ, DZd</u>	CIORBA CU OREZ CARTOFI NATUR – PULPA PUI - <u>5B, S</u> SALATA DE SFECLA ROSIE – <u>5B, S, L</u> CARTOFI NATUR-CEAFA PORC – <u>C, 5A, DZ, DZd NPZ, L, MG</u> SALATA DE ARDEI COPTI - <u>C, 5A, DZ, DZd, NPZ, MG</u> PAINE / MAR	BUDINCA DE MACAROANE CU BR. VACI – <u>5A, C, NPZ, L, 5B, S</u> SOTE DE PASTAI – PULPA PUI LA CUPTOR – <u>DZ, DZd</u> CIULAMA CIUPERCI CARNE PUI SI MAMALIGUTA – <u>MG</u> LAPTE CU MACAROANE – <u>MG</u> PAINE – <u>5A, C, NPZ, L, S, 5B, MG</u> KIWI - <u>DZ, DZd</u>

Nota: MENIURIILE POT FI MODIFICATE IN LIMITA STOCULUI DE ALIMENTE DISPONIBIL DIN MAGAZIE

Legenda: C-comun; Dz-diabet; Dzd – diabet desodat; 5A-desodat; 5B-gastric; S-gastric cu supliment; NPZ-neoplazici; L-lehuze/gravide; MG-medici de garda;
Întocmit: As. Bereholschi Andreea
Bucatar Coordonator: Dochitei Alina

”O ALIMENTAȚIE CUMĂPĂTĂȚĂ ȘI ECHILIBRATĂ CREȘTE SPERANȚA DE VIAȚĂ”

MIC DEJUN		MNC DEJUN		MIC DEJUN		MIC DEJUN	
Desodată - 5A (500g) (0E 0.05g sare 4.48g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Rosii cherry, Unt, Zahar, Ou fierat Valoare energetică: 259.41KJ/62KCal, Grăsimi: 4.08g (Din care acizi grași saturați: 2.79g), Glucide: 5.16g (Din care zahăruri: 4.48g), Proteine: 1.43g, Sare: 0.05g (per 100g) Alergeni: Lapte, Oua		Comună - C (500g) (5E 0.56g sare 4.47g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Sunca, Branza topea, Zahar, Valoare energetică: 240.58KJ/57.5KCal, Grăsimi: 2.07g (Din care acizi grași saturați: 0.79g), Glucide: 4.8g (Din care zahăruri: 4.47g), Proteine: 5.17g, Sare: 0.56g (per 100g) Alergeni: Lapte R. Gastric - SB Lahuze/gravide - I (500g) (5E 0.56g sare 4.49g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Sunca, Unt 82%, Zahar, Valoare energetică: 326.18KJ/77.96KCal, Grăsimi: 4.56g (Din care acizi grași saturați: 2.95g), Glucide: 4.68g (Din care zahăruri: 4.49g), Proteine: 4.86g, Sare: 0.56g (per 100g) Alergeni: Lapte Desodată - 5A (600g) (0E 0.05g sare 3.3g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Cas de vaca, Rosii cherry, Zahar, Valoare energetică: 295.68KJ/70.67KCal, Grăsimi: 3.46g (Din care acizi grași saturați: 0.54g), Glucide: 4.94g (Din care zahăruri: 3.9g), Proteine: 5.11g, Sare: 0.05g (per 100g) Alergeni: Lapte		R. Gastric - SB Lahuze/Gravide - I (500g) (4E 0.47g sare 4.35g zahăruri)/100g Ceai menta, iaurt 2,8%, Muschi file, Unt, Zahar Valoare energetică: 378.58KJ/90.48KCal, Grăsimi: 5.64g (Din care acizi grași saturați: 3.4g), Glucide: 4.73g (Din care zahăruri: 4.35g), Proteine: 5.29g, Sare: 0.47g (per 100g) Alergeni: Lapte, Soia Comună - C (500g) (4E 0.47g sare 4.31g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Muschi file, Branza topea, Zahar, Valoare energetică: 288.18KJ/68.88KCal, Grăsimi: 3g (Din care acizi grași saturați: 1.17g), Glucide: 4.93g (Din care zahăruri: 4.31g), Proteine: 5.72g, Sare: 0.47g (per 100g) Alergeni: Lapte, Soia Desodată - 5A (600g) (0E 0.07g sare 4.4g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Rosii cherry, branza de vaci, Unt 82%, Zahar, Unt 82%, Valoare energetică: 303.06KJ/72.43KCal, Grăsimi: 4.68g (Din care acizi grași saturați: 3.21g), Glucide: 5.07g (Din care zahăruri: 4.4g), Proteine: 2.62g, Sare: 0.07g (per 100g) Alergeni: Lapte		Mic Dejun Diabet zaharat - DZ, Diabet desodată - DZd (600g) (0E 0.04g sare 1.47g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Cas de vaca, Rosii cherry, Unt 82%, Valoare energetică: 438.48KJ/104.8KCal, Grăsimi: 8.44g (Din care acizi grași saturați: 4.15g), Glucide: 2.48g (Din care zahăruri: 1.47g), Proteine: 5.28g, Sare: 0.04g (per 100g) Alergeni: Lapte Desodată - 5A (600g) (0E 0.05g sare 3.9g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Cas de vaca, Rosii cherry, Zahar, Valoare energetică: 295.68KJ/70.67KCal, Grăsimi: 3.46g (Din care acizi grași saturați: 0.54g), Glucide: 4.94g (Din care zahăruri: 3.9g), Proteine: 5.11g, Sare: 0.05g (per 100g) Alergeni: Lapte Comună - C (450g) (0E 0.2g sare 1.7g zahăruri)/100g Ceai, iaurt 2,8%, Rosii cherry, Zahar, Valoare energetică: 295.68KJ/70.67KCal, Grăsimi: 3.46g (Din care acizi grași saturați: 0.54g), Glucide: 4.94g (Din care zahăruri: 3.9g), Proteine: 5.11g, Sare: 0.05g (per 100g) Alergeni: Lapte	

Pranz Ciorba cu taitai (400g) (0E 0.04g sare 0.38g zaharuri)/100g Apa, bors, Amestec legume ciorba*, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 165.14KJ/39.47KCal, Grăsini: 3.16g (Din care acizi grași saturati: 0.25g), Glucide: 2.16g (Din care zaharuri: 0.38g), Proteine: 0.48g, Sare: 0.04g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	Pranz Ciorba cu perisoare (400g) (0E 0.1g sare 0.63g zaharuri)/100g Apa, Carne tocata amestec, Ceapa, BORS, Amestec legume ciorba*, Smantana 20%, Morcov, OREZ, Ulei, OUA CONSUM Valoare energetica: 390.19KJ/93.26KCal, Grăsini: 5.88g (Din care acizi grași saturati: 1.5g), Glucide: 7.14g (Din care zaharuri: 0.63g), Proteine: 2.73g, Sare: 0.1g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte, Oua	Pranz Ciorba cu orez (Diabet Zaharat - DZ) (400g) (0E 0.07g sare 0.47g zaharuri)/100g Apa, BORS, Smantana 20%, Amestec legume ciorba*, bors, Morcov, Ceapa, Ulei, OREZ, Valoare energetica: 175.97KJ/42.06KCal, Grăsini: 3.14g (Din care acizi grași saturati: 0.26g), Glucide: 2.77g (Din care zaharuri: 0.47g), Proteine: 0.58g, Sare: 0.07g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	Pranz Ciorba cu sfecla rosie (Diabet Zaharat-DZ) (400g) (0E 0.08g sare 1.38g zaharuri)/100g Apa, Sfecla rosie, Cartofi, BORS, Amestec legume ciorba*, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 223.95KJ/53.53KCal, Grăsini: 2.73g (Din care acizi grași saturati: 0.22g), Glucide: 6.42g (Din care zaharuri: 1.38g), Proteine: 1.05g, Sare: 0.08g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	Pranz Ciorba cu cartofi (400g) (0E 0.04g sare 1.37g zaharuri)/100g Cartofi, Apa, bors, Amestec legume ciorba, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 260.84KJ/63.18KCal, Grăsini: 2.68g (Din care acizi grași saturati: 0.22g), Glucide: 8.84g (Din care zaharuri: 1.37g), Proteine: 1.18g, Sare: 0.04g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	Pranz Supa cu palustele de grădă (400g) (0E 0.04g sare 0.69g zaharuri)/100g Apa, BORS, Ardei gras, Amestec legume ciorba*, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Grădă, OUA CONSUM Valoare energetica: 311.65KJ/74.49KCal, Grăsini: 5.54g (Din care acizi grași saturati: 0.53g), Glucide: 5.13g (Din care zaharuri: 0.68g), Proteine: 0.94g, Sare: 0.04g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte, Oua
Ciorba cu taitai (Diabet Zaharat - DZ) (400g) (0E 0.04g sare 0.34g zaharuri)/100g Apa, bors, Amestec legume ciorba*, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 166.36KJ/39.76KCal, Grăsini: 3.27g (Din care acizi grași saturati: 0.26g), Glucide: 1.99g (Din care zaharuri: 0.34g), Proteine: 0.49g, Sare: 0.04g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte		Ciorba cu orez (Diabet Zaharat - DZ) (400g) (0E 0.07g sare 0.47g zaharuri)/100g Apa, BORS, Smantana 20%, Amestec legume ciorba*, bors, Morcov, Ceapa, OREZ, Ulei, Valoare energetica: 222.09KJ/53.08KCal, Grăsini: 3.09g (Din care acizi grași saturati: 0.26g), Glucide: 5.37g (Din care zaharuri: 0.47g), Proteine: 0.76g, Sare: 0.07g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	Ciorba cu sfecla rosie (Diabet Zaharat-DZ) (400g) (0E 0.07g sare 1.47g zaharuri)/100g Apa, Cartofi, Sfecla rosie, BORS, Amestec legume ciorba*, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 229.55KJ/54.87KCal, Grăsini: 2.51g (Din care acizi grași saturati: 0.2g), Glucide: 7.22g (Din care zaharuri: 1.47g), Proteine: 1.1g, Sare: 0.07g (per 100g)	Ciorba cu cartofi (Diabet Zaharat - DZ) (400g) (0E 0.05g sare 0.97g zaharuri)/100g Apa, Cartofi, bors, Amestec legume ciorba, Smantana 20%, Morcov, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 258.39KJ/61.76KCal, Grăsini: 3.67g (Din care acizi grași saturati: 0.3g), Glucide: 6.18g (Din care zaharuri: 0.97g), Proteine: 0.98g, Sare: 0.05g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	

Pranz Cartofi natur cu ceafa porc (400g) (0E 0g sare 0.15g zaharuri)/100g Cartofi, Ceafa porc*, Lapte, Unt 82% , Ulei Valoare energetica: 639.17KJ/152.77KCal, Grăsini: 7.39g (Din care acizi grași saturați: 1.16g), Glucide: 12.71g (Din care zaharuri: 0.15g), Proteine: 8.32g, Sare: 0g (per 100g) Alergeni: Lapte	Pranz Sote de ficat pui cu mamaliguta (400g) (0E 0.04g sare 0.64g zaharuri)/100g Ficat de pui crud*, Malai, Ceapa, Morcovi, Ulei, FAINA, Valoare energetica: 736.51KJ/176.04KCal, Grăsini: 5.34g (Din care acizi grași saturați: 0.33g), Glucide: 19.63g (Din care zaharuri: 0.64g), Proteine: 10.74g, Sare: 0.04g (per 100g) Alergeni: Gluten	Pranz Iahnie de fasole cu carnat (500g) (0E 0.08g sare 0.7g zaharuri)/100g Fasole (uscata), Carnat tandafir, Morcovi, Ceapa, Ulei, Paste tomate, Valoare energetica: 1031.96KJ/246.65KCal, Grăsini: 11.54g (Din care acizi grași saturați: 0.57g), Glucide: 21.39g (Din care zaharuri: 0.7g), Proteine: 13.12g, Sare: 0.08g (per 100g)	Pranz Piaf de orez cu pulpa pui (400g) (0E 0g sare 0.95g zaharuri)/100g Pulpe dezosate pui*, OREZ, Morcovi, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 876.04KJ/209.38KCal, Grăsini: 7.81g (Din care acizi grași saturați: 1.76g), Glucide: 18.88g (Din care zaharuri: 0.95g), Proteine: 15.25g, Sare: 0g (per 100g) Alergeni: Gluten
Cartofi natur cu pulpa pui (400g) (0E 0g sare 0.43g zaharuri)/100g Cartofi, Pulpe dezosate pui*, Lapte, Unt 82%, Ulei Valoare energetica: 585.58KJ/139.96KCal, Grăsini: 5.62g (Din care acizi grași saturați: 1.87g), Glucide: 13.28g (Din care zaharuri: 0.43g), Proteine: 8.7g, Sare: 0g (per 100g) Alergeni: Lapte	Iahnie de fasole cu pulpa pui (550g) (0E 0.06g sare 0.88g zaharuri)/100g Pulpe dezosate pui, Fasole (uscata), Morcovi, Ceapa, Ulei, Paste tomate, Valoare energetica: 870KJ/207.94KCal, Grăsini: 7.74g (Din care acizi grași saturați: 1.42g), Glucide: 17.33g (Din care zaharuri: 0.88g), Proteine: 16.57g, Sare: 0.06g (per 100g)	Piaf de orez cu pulpa pui (Diabet zaharat - DZ) (350g) (0E 0g sare 0.98g zaharuri)/100g Pulpe dezosate pui*, OREZ, Morcovi, Ceapa, Ulei, Valoare energetica: 814.97KJ/194.78KCal, Grăsini: 8.32g (Din care acizi grași saturați: 1.87g), Glucide: 13.5g (Din care zaharuri: 0.98g), Proteine: 15.99g, Sare: 0g (per 100g) Alergeni: Gluten	

Cina Budincă de macaroane cu branza vaci (350g) (OE 0.11g sare 7.73g zahăr) / 100g branza de vaci, Macaroane, Ulei, Zahar, Unt 82%, OUA CONSUM Valoare energetică: 860.79KJ/205.73KCal, Grăsime: 9.4g (Din care acizi grași saturați: 3.52g), Glucide: 19.07g (Din care zahăruri: 7.73g), Proteine: 9g, Sare: 0.11g (per 100g) Alergeni: lapte, Oua	Cina Budincă de orez cu mere (300g) (OE 0.83g sare 7.17g zahăr) / 100g Mere, OREZ, Lapte 3,5 %, Zahar, Unt 82%, Ulei Valoare energetică: 799.18KJ/191.01KCal, Grăsime: 5.54g (Din care acizi grași saturați: 2.61g), Glucide: 33.32g (Din care zahăruri: 7.17g), Proteine: 2.3g, Sare: 0.03g (per 100g) Alergeni: Gluten, Lapte	Cina Branza cu smantana si marmelada (350g) (OE 0.07g sare 1.73g zahăr) / 100g Smantana 20%, branza de vaci, Malai, Ulei Valoare energetică: 978.02KJ/233.75KCal, Grăsime: 9.67g (Din care acizi grași saturați: 1.2g), Glucide: 25.07g (Din care zahăruri: 1.73g), Proteine: 7.94g, Sare: 0.07g (per 100g) Alergeni: Lapte	Cina Macaroane cu carne tocata (350g) (OE 0.24g sare 1.28g zahăr) / 100g Carne tocata amestec*, Macaroane, Parmezan, Suc de rosii, Morcovi, Ceapa, Ulei, Valoare energetică: 820.67KJ/196.14KCal, Grăsime: 12.98g (Din care acizi grași saturați: 4.99g), Glucide: 11.21g (Din care zahăruri: 1.28g), Proteine: 8.71g, Sare: 0.24g (per 100g) Alergeni: lapte
Sote de pastai cu pulpa pui (450g) (OE 0.03g sare 1.22g zahăr) / 100g Pulpe dezosate pui*, Fasole pastai*, Morcovi, Ceapa, Ulei, Valoare energetică: 473.82KJ/113.25KCal, Grăsime: 5.29g (Din care acizi grași saturați: 1.16g), Glucide: 6.82g (Din care zahăruri: 1.22g), Proteine: 10.5g, Sare: 0.03g (per 100g)	Sote de legume si orez cu pulpa pui dezosata (500g) (OE 0g sare 0.46g zahăr) / 100g Pulpe dezosate pui*, Legume congelate amestec*, OREZ, Ulei, Valoare energetică: 675.25KJ/161.39KCal, Grăsime: 6.29g (Din care acizi grași saturați: 1.37g), Glucide: 12.87g (Din care zahăruri: 0.46g), Proteine: 12.91g, Sare: 0g (per 100g) Alergeni: Gluten	Cartofi natur - sote ficat pui (400g) (OE 0g sare 0.27g zahăr) / 100g Cartofi, Ficat de pui crud, Ceapa, Morcovi, Unt 82%, Ulei, Valoare energetică: 453.66KJ/108.43KCal, Grăsime: 3.51g (Din care acizi grași saturați: 0.87g), Glucide: 13.69g (Din care zahăruri: 0.27g), Proteine: 5.09g, Sare: 0g (per 100g) Alergeni: Lapte	Musaca de cartofi cu carne tocata (350g) (OE 0.12g sare 0.39g zahăr) / 100g Cartofi, Carne tocata amestec*, Parmezan, Suc de rosii, Morcovi, Ceapa, Ulei, Valoare energetică: 550.06KJ/131.47KCal, Grăsime: 6.27g (Din care acizi grași saturați: 2.41g), Glucide: 14.38g (Din care zahăruri: 0.39g), Proteine: 4.14g, Sare: 0.12g (per 100g) Alergeni: La