

**PLAN MENIU ALIMENTAR –
SAPTAMANA 121**

MIC DEJUN	ORA 10 ORA 16	PRÂNZ	CINA
LUNI 03-11-2025			
Șuncă pui 50 g Telemea 50 g Unt 15 g Gem asortat 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10 - Eugenie-1 buc 16- Gogoși -2 buc	Ciorba din legume cu fidea 350 g Fasole boabe 300 g cu carnați 70 g Pâine 120 g	Salata a la Russe 350 g Budinca din orez 350 g Pâine 120 g
MARTI 04-11-2025			
Telemea 50g Salam 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120	10-Banane-1 buc 16- Chec cu cacao -1 buc	Ciorba din carne porc 350 g Carne de pui 100 g cu smântâna 200 g Mămăliguța 200 g Pâine 120 g	Musaca din paste cu carne tocata de porc 350 g Compot din mere 350 g Pâine 120 g
MIERCURI 05-11-2025			
Omleta din 2 oua cu carnați 50 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120g	10 – Napolitane 1 buc 16- Corn cu gem 1 buc	Ciorba a la grec cu carne de pasare 350 g Pilaf din orez 270 g cu carne de pui 100 g Pâine 120 g	Cartofi țărănești 270 g cu bacon 100 g Lapte cu fidea 350 g Pâine 120 g
JOI 06-11-2025			
Parizer 50 g Telemea 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10-Eugenie- 1 buc 16-Tarta cu mere-1 buc	Ciorba cu perișoare din carne 350 g Tocănită din cartofi 270g cu carne de porc 100g Pâine 120 g	Paella 270g cu carne de pasare 100 g Compot din mere 350 g Pâine 120 g
VINERI 07-11-2025			

Telemea 50 g Șuncă pui 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10-Banane 1 buc 16- Gogosi- 2 buc	Ciorba din fasole 350 g Tochitura moldoveneasca cu brânza si oua 170 g Mămăliguță 200 g Pâine 120 g	Piure din cartofi 270 g cu ficăței de pasare 100 g Lapte cu fidea 350 g Pâine 120 g
		SAMBATA 08-11-2025	
Omleta din 2 oua cu carnat 50 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10 – Eugenie- 1 buc 16-Chec cu cacao -1 felie	Supa țărăneasca din legume dreasa cu smântâna 350 g Ostropel din pui 100 g cu cartofi natur 270 g Pâine 120 g	Fasole păstăi 270 g cu carnați 100 g Budinca din orez 350 g Pâine 120 g
		DUMINICA 09-11-2025	
Parizer 50 g Telemea 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10- Napolitane 1 buc 16- Corn cu gem -1 buc	Ciorba a la grec cu carne de pasare 350 g Musaca din cartofi 270 g cu carne tocata 100 g Pâine 120 g	Pilaf din orez 270 g cu ficăței de pasare 100 g Compot din mere 350 g Pâine 120 g

-PREPARATELE POT CONTINE – gluten care se regaseste in faina, aluaturi, paine, produse din carne, peste, paste, produse de patiserie, sosuri

-oua si produse derivate -se regasesc in produse de patiserie, maioneze, paste,

-soia si produse derivate care se regasesc in produse din carne, sosuri

-lapte si produse derivate-inclusiv lactoza-se regasesc in unt, branza, smantana, lapte din vaca, , iaurt

-fructe cu coaja lemnoasa-se regasesc in paine, biscuiti, sosuri,

-telina,

-mustar si produse derivate se regasesc in mustar, paine, produse din carne, sosuri

-seminte din susan si derivate