MENIU CANTINĂ ȘI CAMERĂ DE GARDĂ – Noiembrie 2026

Meniu cantină și cameră de gardă 02.11 – 08.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7), salam Victoria 100 g (6), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Fructe de sezon 200 g	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9) cu carne tocată de porc și costiță 150 g, eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) Caşcaval pane 200 g (1, 7), murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 3910,43 Proteine: 127,14 g Glucide: 492,24 g Lipide: 157,72 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), salam Victoria 100 g (6), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 1 buc. – 10 g (7), ardei 50 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș cu os de porc 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu carne de porc 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g Înghețată vafă 200 g (1, 3, 7)	Mămăligă 235 g cu crochete de pește 150 g (4), sote de morcovi 200 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7), Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 4268,27 Proteine: 202,41 g Glucide: 521,22 g Lipide: 126,88 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g Salam de vară 100 g (6), caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi cu carne de porc 300 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) și carne măcinată de porc 150 g Fructe 200 g	Kcal: 3665,44 Proteine: 160,1 g Glucide: 431,51 g Lipide: 133,61 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7), gem de fructe 2 buc. – 20 g, lapte 250 ml (7) Salam de vară 100 g (6), ardei 50 g, telemea 50 g (7)	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu friptură de porc 150 g, murături 100 g (10) Fructe 200 g	Mămăligă 300 g cu cârnați de curcan 200 g Croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 3765,49 Proteine: 155,19 g Glucide: 423,13 g Lipide: 151,27 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 1 buc. – 10 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), brânză proaspătă 60 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume cu afumătură 300 ml (3, 7, 9) Conservă de fasole cu cârnați 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Costiță fiartă 150 g cu macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 4679,27 Proteine: 212,49 g Glucide: 503,91 g Lipide: 194,52 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), miere 2 bucăți – 40 g Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7) Cârnați de porc 50 g (6), murături 100 g (10) Banană 120 g	Ciorbă de pui a la grec 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu polonez de porc 130 g, murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) cu cârnați cabanos 200 g (6) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 4982,04 Proteine: 156,22 g Glucide: 493,86 g Lipide: 239,44 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 1 buc. – 10 g (7), salam de vară 100 g (6), roșie 200 g, caşcaval 50 g (7) Croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7), lapte cu cacao 250 ml (7)	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3), piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpe de porc 200 g Compot 250 g	Tortellini cu sos roșu 300 g (1, 3) și carne măcinată de porc 50 g Fructe 200 g	Kcal: 3924,94 Proteine: 146,12 g Glucide: 476,26 g Lipide: 146,98 g

** Cantitatea de pâine menționată se împarte pe tot parcursul zilei.*

Cantitatea de sodiu (Na) din meniu se referă doar la conținutul din alimente. La această cantitate se adaugă și sarea folosită la prepararea mâncării.

Substanțe care cauzează alergii sau intoleranțe alimentare, conform Regulamentului UE 1169/2011:

1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu mare, sau hibrizi ai acestora) și produse derivate
2. Crustacee și produse derivate
3. Ouă și produse derivate
4. Pește și produse derivate
5. Arahide și produse derivate
6. Soia și produse derivate
7. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum și produse derivate
9. Țelină și produse derivate
10. Muștar și produse derivate
11. Semințe de susan și produse derivate
12. Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin și produse derivate
14. Moluște și produse derivate

Director Îngrijiri

As. Med. Pr. Bucure Sas Diana: _____

Întocmit de SC TWO S&R MEDICAL SRL prin:
Nutriționist-Dietetician Suzana Zărnescu-Popovici, Cod Unic 14484

Zărnescu-Popovici Suzana
nutriționist dietetician
cod: 14484

CENTRUL DE NUTRITIE
TWO S & R MEDICAL S.R.L.
CUI: 47632631 J35/663/2023

Meniu cantină și cameră de gardă 09.11 – 15.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g cu pulpe de pui dezosate la cuptor 150 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7) și cârnați de porc 90 g (6) Fructe 200 g Napolitane 100 g (1, 3, 7)	Kcal: 3924,2 Proteine: 159,44 g Glucide: 492,1 g Lipide: 116,2 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ceai Cremwürști 2 buc. – 120 g (6), muștar 10 g (10), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), telemea de vacă 50 g (7), iaurt 150 g (7)	Ciorbă de legume cu costiță afumată 300 ml (3, 7, 9) Varză dulce cu orez 250 g și carne de porc măcinată 120 g Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Macaroane cu griș 350 g (1, 3) Fructe 200 g	Kcal: 3824,11 Proteine: 145,26 g Glucide: 444,35 g Lipide: 138,61 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), salam de vară 100 g (7) Unt 2 buc. – 20 g (7), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7), lapte 200 ml (7)	Ciorbă de burtă cu carne de vită 300 ml (3, 7) Papricaș de cartofi cu carne de porc 270 g (9), murături 100 g (10) Compot de fructe 250 g	Griș cu lapte 300 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 40 g Iaurt 150 g (7)	Kcal: 3946,64 Proteine: 139,98 g Glucide: 512,59 g Lipide: 139,40 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), gem de fructe 2 buc. – 20 g, salam Victoria 100 g (6), pate de pui 100 g (6), zacuscă 150 g	Ciorbă de legume cu costiță de porc 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1) cu polonez de porc 130 g, murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Pireu de fulgi de cartofi 200 g (7) cu caşcaval pane 200 g (1, 9) Banană 120 g, Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 4594,2 Proteine: 168,13 g Glucide: 494,2 g Lipide: 181,21 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), salam de porc 50 g (6), roșie 200 g, zacuscă 150 g	Supă de pui a la grec cu smântână 300 ml (3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu cabanos de porc 120 g și murături 100 g (10) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și cordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3924,4 Proteine: 201,51 g Glucide: 492,67 g Lipide: 121,2 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), pate de porc 100 g (6), roșie 200 g	Ciorbă de legume cu costiță afumată 300 ml (3, 7, 9), sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu conservă de carne de porc 150 g Fructe 200 g	Conservă cu carne de vită 300 g (6) Murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Kcal: 3642,71 Proteine: 204,4 g Glucide: 286,66 g Lipide: 148,4 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam de porc 100 g (6), omletă 60 g (3), castravete 100 g, telemea 50 g (7), iaurt 150 g (7), banană 120 g	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3, 7) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpă de porc 150 g, murături 100 g (10) Baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Orez cu ciuperci (9) cu cârnați de curcan 200 g și caşcaval 50 g (7) Castraveți murați 100 g (10) Chec 60 g (1, 3, 7)	Kcal: 4106,24 Proteine: 181,2 g Glucide: 472,78 g Lipide: 141,6 g

** Cantitatea de pâine menționată se împarte pe tot parcursul zilei.*

Cantitatea de sodiu (Na) din meniu se referă doar la conținutul din alimente. La această cantitate se adaugă și sarea folosită la prepararea mâncării.

Substanțe care cauzează alergii sau intoleranțe alimentare, conform Regulamentului UE 1169/2011:

1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu mare, sau hibrizi ai acestora) și produse derivate
2. Crustacee și produse derivate
3. Ouă și produse derivate
4. Pește și produse derivate
5. Arahide și produse derivate
6. Soia și produse derivate
7. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum și produse derivate
9. Țelină și produse derivate
10. Muștar și produse derivate
11. Semințe de susan și produse derivate
12. Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin și produse derivate
14. Moluște și produse derivate

Director Îngrijiri

As. Med. Pr. Bucure Sas Diana: _____

Întocmit de SC TWO S&R MEDICAL SRL prin:
Nutriționist-Dietetician Suzana Zărnescu-Popovici, Cod Unic 14484

Zărnescu-Popovici Suzana
nutriționist dietetician
cod 14484

CENTRUL DE NUTRITIE
TWO S & R MEDICAL S.R.L.
CUI 47632631 J35/663/2023

Meniu cantină și cameră de gardă 16.11 – 22.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7), salam Victoria 100 g (6), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Fructe de sezon 200 g	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9) cu carne tocată de porc și costiță 150 g, eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) Caşcaval pane 200 g (1, 7), murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 3910,43 Proteine: 127,14 g Glucide: 492,24 g Lipide: 157,72 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), salam Victoria 100 g (6), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 1 buc. – 10 g (7), ardei 50 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș cu os de porc 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu carne de porc 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g Înghețată vafă 200 g (1, 3, 7)	Mămăligă 235 g cu crochete de pește 150 g (4), sote de morcovi 200 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7), Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 4268,27 Proteine: 202,41 g Glucide: 521,22 g Lipide: 126,88 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g Salam de vară 100 g (6), caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi cu carne de porc 300 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) și carne măcinată de porc 150 g Fructe 200 g	Kcal: 3665,44 Proteine: 160,1 g Glucide: 431,51 g Lipide: 133,61 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7), gem de fructe 2 buc. – 20 g, lapte 250 ml (7) Salam de vară 100 g (6), ardei 50 g, telemea 50 g (7)	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu friptură de porc 150 g, murături 100 g (10) Fructe 200 g	Mămăligă 300 g cu cârnați de curcan 200 g Croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 3765,49 Proteine: 155,19 g Glucide: 423,13 g Lipide: 151,27 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 1 buc. – 10 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), brânză proaspătă 60 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume cu afumătură 300 ml (3, 7, 9) Conservă de fasole cu cârnați 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Costiță fiartă 150 g cu macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 4679,27 Proteine: 212,49 g Glucide: 503,91 g Lipide: 194,52 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), miere 2 bucăți – 40 g Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7) Cârnați de porc 50 g (6), murături 100 g (10) Banană 120 g	Ciorbă de pui a la grec 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu polonez de porc 130 g, murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) cu cârnați cabanos 200 g (6) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 4982,04 Proteine: 156,22 g Glucide: 493,86 g Lipide: 239,44 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 1 buc. – 10 g (7), salam de vară 100 g (6), roșie 200 g, caşcaval 50 g (7) Croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7), lapte cu cacao 250 ml (7)	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3), piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpe de porc 200 g Compot 250 g	Tortellini cu sos roșu 300 g (1, 3) și carne măcinată de porc 50 g Fructe 200 g	Kcal: 3924,94 Proteine: 146,12 g Glucide: 476,26 g Lipide: 146,98 g

** Cantitatea de pâine menționată se împarte pe tot parcursul zilei.*

Cantitatea de sodiu (Na) din meniu se referă doar la conținutul din alimente. La această cantitate se adaugă și sarea folosită la prepararea mâncării.

Substanțe care cauzează alergii sau intoleranțe alimentare, conform Regulamentului UE 1169/2011:

1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu mare, sau hibrizi ai acestora) și produse derivate
2. Crustacee și produse derivate
3. Ouă și produse derivate
4. Pește și produse derivate
5. Arahide și produse derivate
6. Soia și produse derivate
7. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum și produse derivate
9. Țelină și produse derivate
10. Muștar și produse derivate
11. Semințe de susan și produse derivate
12. Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin și produse derivate
14. Moluște și produse derivate

Director Îngrijiri

As. Med. Pr. Bucure Sas Diana: _____

Întocmit de SC TWO S&R MEDICAL SRL prin:
Nutriționist-Dietetician Suzana Zărnescu-Popovici, Cod Unic 14484

Zărnescu-Popovici Suzana
nutriționist dietetician
cod 14484

CENTRUL DE NUTRITIE
TWO S & R MEDICAL S.R.L.
CUI 47632631 J35/663/2023

Meniu cantină și cameră de gardă 23.11 – 29.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g cu pulpe de pui dezosate la cuptor 150 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7) și cârnați de porc 90 g (6) Fructe 200 g Napolitane 100 g (1, 3, 7)	Kcal: 3924,2 Proteine: 159,44 g Glucide: 492,1 g Lipide: 116,2 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ceai Cremwürști 2 buc. – 120 g (6), muștar 10 g (10), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), telemea de vacă 50 g (7), iaurt 150 g (7)	Ciorbă de legume cu costiță afumată 300 ml (3, 7, 9) Varză dulce cu orez 250 g și carne de porc măcinată 120 g Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Macaroane cu griș 350 g (1, 3) Fructe 200 g	Kcal: 3824,11 Proteine: 145,26 g Glucide: 444,35 g Lipide: 138,61 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), salam de vară 100 g (7) Unt 2 buc. – 20 g (7), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7), lapte 200 ml (7)	Ciorbă de burtă cu carne de vită 300 ml (3, 7) Papricaș de cartofi cu carne de porc 270 g (9), murături 100 g (10) Compot de fructe 250 g	Griș cu lapte 300 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 40 g Iaurt 150 g (7)	Kcal: 3946,64 Proteine: 139,98 g Glucide: 512,59 g Lipide: 139,40 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), gem de fructe 2 buc. – 20 g, salam Victoria 100 g (6), pate de pui 100 g (6), zacuscă 150 g	Ciorbă de legume cu costiță de porc 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1) cu polonez de porc 130 g, murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Pireu de fulgi de cartofi 200 g (7) cu caşcaval pane 200 g (1, 9) Banană 120 g, Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 4594,2 Proteine: 168,13 g Glucide: 494,2 g Lipide: 181,21 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), salam de porc 50 g (6), roșie 200 g, zacuscă 150 g	Supă de pui a la grec cu smântână 300 ml (3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu cabanos de porc 120 g și murături 100 g (10) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și cordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3924,4 Proteine: 201,51 g Glucide: 492,67 g Lipide: 121,2 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), pate de porc 100 g (6), roșie 200 g	Ciorbă de legume cu costiță afumată 300 ml (3, 7, 9), sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu conservă de carne de porc 150 g Fructe 200 g	Conservă cu carne de vită 300 g (6) Murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Kcal: 3642,71 Proteine: 204,4 g Glucide: 286,66 g Lipide: 148,4 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam de porc 100 g (6), omletă 60 g (3), castravete 100 g, telemea 50 g (7), iaurt 150 g (7), banană 120 g	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3, 7) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpă de porc 150 g, murături 100 g (10) Baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Orez cu ciuperci (9) cu cârnați de curcan 200 g și caşcaval 50 g (7) Castraveți murați 100 g (10) Chec 60 g (1, 3, 7)	Kcal: 4106,24 Proteine: 181,2 g Glucide: 472,78 g Lipide: 141,6 g

** Cantitatea de pâine menționată se împarte pe tot parcursul zilei.*

Cantitatea de sodiu (Na) din meniu se referă doar la conținutul din alimente. La această cantitate se adaugă și sarea folosită la prepararea mâncării.

Substanțe care cauzează alergii sau intoleranțe alimentare, conform Regulamentului UE 1169/2011:

1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu mare, sau hibrizi ai acestora) și produse derivate
2. Crustacee și produse derivate
3. Ouă și produse derivate
4. Pește și produse derivate
5. Arahide și produse derivate
6. Soia și produse derivate
7. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum și produse derivate
9. Țelină și produse derivate
10. Muștar și produse derivate
11. Semințe de susan și produse derivate
12. Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin și produse derivate
14. Moluște și produse derivate

Director Îngrijiri

As. Med. Pr. Bucure Sas Diana: _____

Întocmit de SC TWO S&R MEDICAL SRL prin:
Nutriționist-Dietetician Suzana Zărnescu-Popovici, Cod Unic 14484

Zărnescu-Popovici Suzana
nutriționist dietetician
cod 14484

CENTRUL DE NUTRITIE
TWO S & R MEDICAL S.R.L.
CUI 47632631 J35/663/2023

Meniu cantină și cameră de gardă 30.11 – 06.12.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7), salam Victoria 100 g (6), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Fructe de sezon 200 g	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9) cu carne tocată de porc și costiță 150 g, eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) Caşcaval pane 200 g (1, 7), murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 3910,43 Proteine: 127,14 g Glucide: 492,24 g Lipide: 157,72 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), salam Victoria 100 g (6), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 1 buc. – 10 g (7), ardei 50 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș cu os de porc 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu carne de porc 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g Înghețată vafă 200 g (1, 3, 7)	Mămăligă 235 g cu crochete de pește 150 g (4), sote de morcovi 200 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7), Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 4268,27 Proteine: 202,41 g Glucide: 521,22 g Lipide: 126,88 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g Salam de vară 100 g (6), caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi cu carne de porc 300 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) și carne măcinată de porc 150 g Fructe 200 g	Kcal: 3665,44 Proteine: 160,1 g Glucide: 431,51 g Lipide: 133,61 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 1 buc. – 10 g (7), gem de fructe 2 buc. – 20 g, lapte 250 ml (7) Salam de vară 100 g (6), ardei 50 g, telemea 50 g (7)	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu friptură de porc 150 g, murături 100 g (10) Fructe 200 g	Mămăligă 300 g cu cârnați de curcan 200 g Croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 3765,49 Proteine: 155,19 g Glucide: 423,13 g Lipide: 151,27 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 1 buc. – 10 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), brânză proaspătă 60 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume cu afumătură 300 ml (3, 7, 9) Conservă de fasole cu cârnați 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Costiță fiartă 150 g cu macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 4679,27 Proteine: 212,49 g Glucide: 503,91 g Lipide: 194,52 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), miere 2 bucăți – 40 g Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7) Cârnați de porc 50 g (6), murături 100 g (10) Banană 120 g	Ciorbă de pui a la grec 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu polonez de porc 130 g, murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) cu cârnați cabanos 200 g (6) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 4982,04 Proteine: 156,22 g Glucide: 493,86 g Lipide: 239,44 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 1 buc. – 10 g (7), salam de vară 100 g (6), roșie 200 g, caşcaval 50 g (7) Croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7), lapte cu cacao 250 ml (7)	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3), piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpe de porc 200 g Compot 250 g	Tortellini cu sos roșu 300 g (1, 3) și carne măcinată de porc 50 g Fructe 200 g	Kcal: 3924,94 Proteine: 146,12 g Glucide: 476,26 g Lipide: 146,98 g

** Cantitatea de pâine menționată se împarte pe tot parcursul zilei.*

Cantitatea de sodiu (Na) din meniu se referă doar la conținutul din alimente. La această cantitate se adaugă și sarea folosită la prepararea mâncării.

Substanțe care cauzează alergii sau intoleranțe alimentare, conform Regulamentului UE 1169/2011:

1. Cereale care conțin gluten (grâu, secară, orz, ovăz, grâu spelt, grâu mare, sau hibrizi ai acestora) și produse derivate
2. Crustacee și produse derivate
3. Ouă și produse derivate
4. Pește și produse derivate
5. Arahide și produse derivate
6. Soia și produse derivate
7. Lapte și produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum și produse derivate
9. Țelină și produse derivate
10. Muștar și produse derivate
11. Semințe de susan și produse derivate
12. Dioxid de sulf și sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin și produse derivate
14. Moluște și produse derivate

Director Îngrijiri

As. Med. Pr. Bucure Sas Diana: _____

Întocmit de SC TWO S&R MEDICAL SRL prin:
Nutriționist-Dietetician Suzana Zărnescu-Popovici, Cod Unic 14484

Zărnescu-Popovici Suzana
nutriționist dietetician
cod 14484

CENTRUL DE NUTRITIE
TWO S & R MEDICAL S.R.L.
CUI 47632631 J35/663/2023