MENIU REGIM DIABET / HIPOSODAT – Noiembrie 2026

Meniu regim diabet / hiposodat 02.11 – 08.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți / Na
LUNI	Pâine* 400 g (1), iaurt 150 g (7) Salam Victoria 50 g (6) Ochi de ou 2 buc. – 100 g (3) Unt 2 buc. – 20 g (7), telemea de vacă 30 g (7), ardei 100 g	Supă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu carne de pasăre 150 g, ciuperci 200 g cu caşcaval 30 g (7) la cuptor Fructe 200 g	Mămăligă cu brânză dulce 350 g (7), smântână 25 g (7) și caşcaval 30 g (7) Napolitane fără zahăr 20 g (1, 3, 7)	Kcal: 3223,65 Proteine: 156,39 g Glucide: 361,98 g Lipide: 115,30 g Na: 4419,99 mg
MARȚI	Ceai Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam 50 g (6), telemea de vacă 40 g (7), ardei 100 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Cartofi natur 200 g cu carne de porc 130 g (1, 3, 6) Salată de varză 100 g, fructe 200 g	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Griș cu lapte 300 g (7), gem fără zahăr 40 g, fructe 200 g Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 3988,76 Proteine: 149,26 g Glucide: 488,89 g Lipide: 106,69 g Na: 5976,65 mg
MIERCURI	Ceai, pâine* 400 g (1) Pate de ficat 100 g (6), salam Victoria 100 g (6), ardei 200 g Iaurt 150 g (7)	Supă de vită 300 ml (9) Varză 250 g cu carne de pasăre 150 g Fructe 200 g	Conservă de carne de porc 300 g (6) Orez cu lapte 300 g (7), gem fără zahăr 40 g	Kcal: 3489,59 Proteine: 191,44 g Glucide: 379,48 g Lipide: 130,72 g Na: 4732,43 mg
JOI	Ceai, pâine* 400 g (1), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), omletă 50 g (3), salam de vară 50 g (6), telemea 50 g (7), castravete 150 g	Ciorbă de văcuță 300 ml (9) Fasole verde 250 g (1, 9) cu carne de vită 150 g Compot de piersici fără zahăr 250 g	Piure de cartofi 200 g (7) Costiță de porc 120 g Gogoșari în oțet 100 g (10) Fructe 200 g	Kcal: 3301 Proteine: 130,24 g Glucide: 418,13 g Lipide: 117,37 g Na: 5281,81 mg
VINERI	Ceai, pâine* 400 g (1) Pate de ficat 100 g (6) Salam 100 g (4), ardei gras 200 g	Supă de vită 300 ml (9) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) Tocăniță cu carne de porc 150 g (9) Salată de sfeclă roșie 100 g (10)	Cartofi natur 200 g, friptură la cuptor 100 g în sos tomat 100 g, castraveți murați 100 g (10) Fructe 200 g	Kcal: 3395,14 Proteine: 188,27 g Glucide: 486,52 g Lipide: 71,22 g Na: 4980,72 mg
SÂMBĂTĂ	Ceai, pâine* 400 g (1), cremwürști 2 buc. – 100 g (6), muștar 10 g (10), ardei 200 g Iaurt 150 g (7), chec fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Supă de pui cu legume 300 ml (3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu carne de pasăre 150 g Salată de varză 100 g Fructe 200 g	Mâncare de mazăre 250 g (1, 9) cu pulpă de cârnați cabanos 150 g Castraveți în oțet 100 g (10) Biscuiți simpli fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3738,97 Proteine: 192,43 g Glucide: 487,48 g Lipide: 105,09 g Na: 6904,72 mg
DUMINICĂ	Ceai, pâine* 400 g (1), omletă 100 g (3) cu telemea 25 g (7), caşcaval 25 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 250 ml (7), chec fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Supă de pui cu legume 300 ml (3, 7, 9) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) Carne de porc la cuptor 150 g	Pilaf de orez 200 g cu cârnați de curcan 150 g (1, 3, 4) Salată de sfeclă roșie 100 g	Kcal: 4125,24 Proteine: 156,36 g Glucide: 470,73 g Lipide: 188,79 g Na: 4664,05 mg

** 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: 47632931 J35/663/2023

Meniu regim diabet / hiposodat 09.11 – 15.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți / Na
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 30 g (7) şi telemea 30 g (7), ardei roşu 200 g	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g cu polonez de porc 150 g (6) Gogoşari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) şi cârnați de porc 50 g (6) Fructe 200 g	Kcal: 3261,62 Proteine: 128,21 g Glucide: 359,97 g Lipide: 124,46 g Na: 4935,96 mg
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ceai Cremwürşti 2 buc. – 100 g (6), muştar 10 g (10), telemea de vacă 30 g (7)	Ciorbă de legume cu costiță 300 ml (3, 7, 9) Varză dulce cu orez 250 g şi carne de porc măcinată 100 g, iaurt 150 g (7)	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Macaroane cu griş 250 g (1, 3) Fructe 200 g	Kcal: 2968,03 Proteine: 131,08 g Glucide: 366,93 g Lipide: 100,59 g Na: 4299,45 mg
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), salam de vară 100 g (7) Unt 1 buc. – 10 g (7), ardei 200 g	Ciorbă de burtă cu carne de vită 300 ml (3, 7) Papricaş de cartofi cu carne de porc 230 g (9), murături 100 g (10) Iaurt 150 g (7)	Griş cu lapte 300 g (7) Magiun de prune fără zahăr 40 g	Kcal: 3002,43 Proteine: 116,35 g Glucide: 379,01 g Lipide: 106,4 g Na: 4594,32 mg
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 1 buc. – 10 g (7), salam Victoria 50 g (6), pate de pui 100 g (6)	Ciorbă de legume cu costiță de porc 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 200 g (1) cu carne slabă de porc 80 g, murături 100 g (10)	Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu crochete de peşte 100 g (1, 3, 4)	Kcal: 3394,52 Proteine: 137,83 g Glucide: 371,35 g Lipide: 143,38 g Na: 3684,05 mg
VINERI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roşie 200 g	Supă de pui a la grec cu smântână 300 ml (3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu polonez de porc 100 g şi murături 100 g (10)	Macaroane 210 g (1, 3) cu brânză dulce 100 g (7)	Kcal: 2882,11 Proteine: 161,16 g Glucide: 380,77 g Lipide: 68,06 g Na: 2262,02 mg
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), pate de porc 100 g (6), roşie 200 g	Ciorbă de legume cu carne de pasăre 300 ml (3, 7, 9), sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu piept de pui 100 g Fructe 200 g	Conservă cu carne de vită 300 g (6) Murături 100 g (10)	Kcal: 2727,29 Proteine: 164,83 g Glucide: 256,63 g Lipide: 111,56 g Na: 4593,15 mg
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam de porc 50 g (6), omletă 60 g (3), castravete 100 g, ardei 100 g, telemea 50 g (7)	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3, 7) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpe de porc 120 g, murături 100 g (10)	Orez cu ciuperci (9) cu piept de pui bucățele 250 g şi caşcaval 50 g (7) Castraveți murați 100 g (10) Iaurt 150 g (7)	Kcal: 3264,36 Proteine: 142,88 g Glucide: 384,85 g Lipide: 106,85 g Na: 6100,97 mg

** 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 şi 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) şi produse derivate
2. Crustacee şi produse derivate
3. Ouă şi produse derivate
4. Peşte şi produse derivate
5. Arahide şi produse derivate
6. Soia şi produse derivate
7. Lapte şi produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum şi produse derivate
9. Țelină şi produse derivate
10. Muştar şi produse derivate
11. Semințe de susan şi produse derivate
12. Dioxid de sulf şi sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin şi produse derivate
14. Moluşte şi 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 - Popescu Suzana
nutriționist dietetician
cod: 14484

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

Meniu regim diabet / hiposodat 16.11 – 22.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți / Na
LUNI	Pâine* 400 g (1), iaurt 150 g (7) Salam Victoria 50 g (6) Ochi de ou 2 buc. – 100 g (3) Unt 2 buc. – 20 g (7), telemea de vacă 30 g (7), ardei 100 g	Supă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu carne de pasăre 150 g, ciuperci 200 g cu caşcaval 30 g (7) la cuptor Fructe 200 g	Mămăligă cu brânză dulce 350 g (7), smântână 25 g (7) și caşcaval 30 g (7) Napolitane fără zahăr 20 g (1, 3, 7)	Kcal: 3223,65 Proteine: 156,39 g Glucide: 361,98 g Lipide: 115,30 g Na: 4419,99 mg
MARȚI	Ceai Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam 50 g (6), telemea de vacă 40 g (7), ardei 100 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Cartofi natur 200 g cu carne de porc 130 g (1, 3, 6) Salată de varză 100 g, fructe 200 g	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Griș cu lapte 300 g (7), gem fără zahăr 40 g, fructe 200 g Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 3988,76 Proteine: 149,26 g Glucide: 488,89 g Lipide: 106,69 g Na: 5976,65 mg
MIERCURI	Ceai, pâine* 400 g (1) Pate de ficat 100 g (6), salam Victoria 100 g (6), ardei 200 g Iaurt 150 g (7)	Supă de vită 300 ml (9) Varză 250 g cu carne de pasăre 150 g Fructe 200 g	Conservă de carne de porc 300 g (6) Orez cu lapte 300 g (7), gem fără zahăr 40 g	Kcal: 3489,59 Proteine: 191,44 g Glucide: 379,48 g Lipide: 130,72 g Na: 4732,43 mg
JOI	Ceai, pâine* 400 g (1), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), omletă 50 g (3), salam de vară 50 g (6), telemea 50 g (7), castravete 150 g	Ciorbă de văcuță 300 ml (9) Fasole verde 250 g (1, 9) cu carne de vită 150 g Compot de piersici fără zahăr 250 g	Piure de cartofi 200 g (7) Costiță de porc 120 g Gogoșari în oțet 100 g (10) Fructe 200 g	Kcal: 3301 Proteine: 130,24 g Glucide: 418,13 g Lipide: 117,37 g Na: 5281,81 mg
VINERI	Ceai, pâine* 400 g (1) Pate de ficat 100 g (6) Salam 100 g (4), ardei gras 200 g	Supă de vită 300 ml (9) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) Tocăniță cu carne de porc 150 g (9) Salată de sfeclă roșie 100 g (10)	Cartofi natur 200 g, friptură la cuptor 100 g în sos tomat 100 g, castraveți murați 100 g (10) Fructe 200 g	Kcal: 3395,14 Proteine: 188,27 g Glucide: 486,52 g Lipide: 71,22 g Na: 4980,72 mg
SÂMBĂTĂ	Ceai, pâine* 400 g (1), cremwürști 2 buc. – 100 g (6), muștar 10 g (10), ardei 200 g Iaurt 150 g (7), chec fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Supă de pui cu legume 300 ml (3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu carne de pasăre 150 g Salată de varză 100 g Fructe 200 g	Mâncare de mazăre 250 g (1, 9) cu pulpă de cârnați cabanos 150 g Castraveți în oțet 100 g (10) Biscuiți simpli fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3738,97 Proteine: 192,43 g Glucide: 487,48 g Lipide: 105,09 g Na: 6904,72 mg
DUMINICĂ	Ceai, pâine* 400 g (1), omletă 100 g (3) cu telemea 25 g (7), caşcaval 25 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 250 ml (7), chec fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Supă de pui cu legume 300 ml (3, 7, 9) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) Carne de porc la cuptor 150 g	Pilaf de orez 200 g cu cârnați de curcan 150 g (1, 3, 4) Salată de sfeclă roșie 100 g	Kcal: 4125,24 Proteine: 156,36 g Glucide: 470,73 g Lipide: 188,79 g Na: 4664,05 mg

** 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 regim diabet / hiposodat 23.11 – 29.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți / Na
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 30 g (7) şi telemea 30 g (7), ardei roşu 200 g	Ciorbă de legume cu carne de porc 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g cu polonez de porc 150 g (6) Gogoşari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) şi cârnați de porc 50 g (6) Fructe 200 g	Kcal: 3261,62 Proteine: 128,21 g Glucide: 359,97 g Lipide: 124,46 g Na: 4935,96 mg
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ceai Cremwürşti 2 buc. – 100 g (6), muştar 10 g (10), telemea de vacă 30 g (7)	Ciorbă de legume cu costiță 300 ml (3, 7, 9) Varză dulce cu orez 250 g şi carne de porc măcinată 100 g, iaurt 150 g (7)	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Macaroane cu griş 250 g (1, 3) Fructe 200 g	Kcal: 2968,03 Proteine: 131,08 g Glucide: 366,93 g Lipide: 100,59 g Na: 4299,45 mg
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), salam de vară 100 g (7) Unt 1 buc. – 10 g (7), ardei 200 g	Ciorbă de burtă cu carne de vită 300 ml (3, 7) Papricaş de cartofi cu carne de porc 230 g (9), murături 100 g (10) Iaurt 150 g (7)	Griş cu lapte 300 g (7) Magiun de prune fără zahăr 40 g	Kcal: 3002,43 Proteine: 116,35 g Glucide: 379,01 g Lipide: 106,4 g Na: 4594,32 mg
JOI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 1 buc. – 10 g (7), salam Victoria 50 g (6), pate de pui 100 g (6)	Ciorbă de legume cu costiță de porc 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 200 g (1) cu carne slabă de porc 80 g, murături 100 g (10)	Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu crochete de peşte 100 g (1, 3, 4)	Kcal: 3394,52 Proteine: 137,83 g Glucide: 371,35 g Lipide: 143,38 g Na: 3684,05 mg
VINERI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roşie 200 g	Supă de pui a la grec cu smântână 300 ml (3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu polonez de porc 100 g şi murături 100 g (10)	Macaroane 210 g (1, 3) cu brânză dulce 100 g (7)	Kcal: 2882,11 Proteine: 161,16 g Glucide: 380,77 g Lipide: 68,06 g Na: 2262,02 mg
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), pate de porc 100 g (6), roşie 200 g	Ciorbă de legume cu carne de pasăre 300 ml (3, 7, 9), sote de fasole verde 250 g (1, 9) cu piept de pui 100 g Fructe 200 g	Conservă cu carne de vită 300 g (6) Murături 100 g (10)	Kcal: 2727,29 Proteine: 164,83 g Glucide: 256,63 g Lipide: 111,56 g Na: 4593,15 mg
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam de porc 50 g (6), omletă 60 g (3), castravete 100 g, ardei 100 g, telemea 50 g (7)	Supă de pui cu fidea 300 ml (1, 3, 7) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) cu pulpe de porc 120 g, murături 100 g (10)	Orez cu ciuperci (9) cu piept de pui bucățele 250 g şi caşcaval 50 g (7) Castraveți murați 100 g (10) Iaurt 150 g (7)	Kcal: 3264,36 Proteine: 142,88 g Glucide: 384,85 g Lipide: 106,85 g Na: 6100,97 mg

** 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 şi 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) şi produse derivate
2. Crustacee şi produse derivate
3. Ouă şi produse derivate
4. Peşte şi produse derivate
5. Arahide şi produse derivate
6. Soia şi produse derivate
7. Lapte şi produse derivate (inclusiv lactoza)
8. Fructe cu coajă, de exemplu migdale, alune de pădure, nuci, fistic, nuci macadamia, precum şi produse derivate
9. Țelină şi produse derivate
10. Muştar şi produse derivate
11. Semințe de susan şi produse derivate
12. Dioxid de sulf şi sulfiți în concentrații de peste 10 mg/kg sau 10 mg/litru, exprimate în SO2
13. Lupin şi produse derivate
14. Moluşte şi 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-Popescu Suzana
nutriționist dietetician
cod: 14484

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

Meniu regim diabet / hiposodat 30.11 – 06.12.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți / Na
LUNI	Pâine* 400 g (1), iaurt 150 g (7) Salam Victoria 50 g (6) Ochi de ou 2 buc. – 100 g (3) Unt 2 buc. – 20 g (7), telemea de vacă 30 g (7), ardei 100 g	Supă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu carne de pasăre 150 g, ciuperci 200 g cu caşcaval 30 g (7) la cuptor Fructe 200 g	Mămăligă cu brânză dulce 350 g (7), smântână 25 g (7) și caşcaval 30 g (7) Napolitane fără zahăr 20 g (1, 3, 7)	Kcal: 3223,65 Proteine: 156,39 g Glucide: 361,98 g Lipide: 115,30 g Na: 4419,99 mg
MARȚI	Ceai Pâine* 400 g (1), unt 2 buc. – 20 g (7), salam 50 g (6), telemea de vacă 40 g (7), ardei 100 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Cartofi natur 200 g cu carne de porc 130 g (1, 3, 6) Salată de varză 100 g, fructe 200 g	Conservă de hering în sos tomat 170 g (4) Griș cu lapte 300 g (7), gem fără zahăr 40 g, fructe 200 g Sana 1 bucată 330 ml (7)	Kcal: 3988,76 Proteine: 149,26 g Glucide: 488,89 g Lipide: 106,69 g Na: 5976,65 mg
MIERCURI	Ceai, pâine* 400 g (1) Pate de ficat 100 g (6), salam Victoria 100 g (6), ardei 200 g Iaurt 150 g (7)	Supă de vită 300 ml (9) Varză 250 g cu carne de pasăre 150 g Fructe 200 g	Conservă de carne de porc 300 g (6) Orez cu lapte 300 g (7), gem fără zahăr 40 g	Kcal: 3489,59 Proteine: 191,44 g Glucide: 379,48 g Lipide: 130,72 g Na: 4732,43 mg
JOI	Ceai, pâine* 400 g (1), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), omletă 50 g (3), salam de vară 50 g (6), telemea 50 g (7), castravete 150 g	Ciorbă de văcuță 300 ml (9) Fasole verde 250 g (1, 9) cu carne de vită 150 g Compot de piersici fără zahăr 250 g	Piure de cartofi 200 g (7) Costiță de porc 120 g Gogoșari în oțet 100 g (10) Fructe 200 g	Kcal: 3301 Proteine: 130,24 g Glucide: 418,13 g Lipide: 117,37 g Na: 5281,81 mg
VINERI	Ceai, pâine* 400 g (1) Pate de ficat 100 g (6) Salam 100 g (4), ardei gras 200 g	Supă de vită 300 ml (9) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) Tocăniță cu carne de porc 150 g (9) Salată de sfeclă roșie 100 g (10)	Cartofi natur 200 g, friptură la cuptor 100 g în sos tomat 100 g, castraveți murați 100 g (10) Fructe 200 g	Kcal: 3395,14 Proteine: 188,27 g Glucide: 486,52 g Lipide: 71,22 g Na: 4980,72 mg
SÂMBĂTĂ	Ceai, pâine* 400 g (1), cremwürști 2 buc. – 100 g (6), muștar 10 g (10), ardei 200 g Iaurt 150 g (7), chec fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Supă de pui cu legume 300 ml (3, 7, 9) Orez 200 g (9) cu carne de pasăre 150 g Salată de varză 100 g Fructe 200 g	Mâncare de mazăre 250 g (1, 9) cu pulpă de cârnați cabanos 150 g Castraveți în oțet 100 g (10) Biscuiți simpli fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3738,97 Proteine: 192,43 g Glucide: 487,48 g Lipide: 105,09 g Na: 6904,72 mg
DUMINICĂ	Ceai, pâine* 400 g (1), omletă 100 g (3) cu telemea 25 g (7), caşcaval 25 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 250 ml (7), chec fără zahăr 50 g (1, 3, 7)	Supă de pui cu legume 300 ml (3, 7, 9) Piure de fulgi de cartofi 200 g (7) Carne de porc la cuptor 150 g	Pilaf de orez 200 g cu cârnați de curcan 150 g (1, 3, 4) Salată de sfeclă roșie 100 g	Kcal: 4125,24 Proteine: 156,36 g Glucide: 470,73 g Lipide: 188,79 g Na: 4664,05 mg

** 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