MENIU VEGETARIAN – Noiembrie 2026

Meniu vegetarian 02.11 – 08.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Portocală 200 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9), eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) cu sos de bulion 100 g, murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 2900,38 Proteine: 81,77 g Glucide: 450,70 g Lipide: 79,17 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 2 buc. – 20 g (7), ardei 200 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu linte fiartă 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g	Mămăligă 235 g cu brânză degresată 100 g (7) și smântână 20 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3334,07 Proteine: 138,38 g Glucide: 507,88 g Lipide: 75,21 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 2 buc. – 20 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g, caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi 200 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 2950,24 Proteine: 94,21 g Glucide: 430,21 g Lipide: 85,70 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșie 200 g	Supă de roșii cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu murături 100 g (10)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și gordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3429,18 Proteine: 173,25 g Glucide: 464,3 g Lipide: 85,32 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 3 buc. – 30 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 3468,71 Proteine: 144,20 g Glucide: 454,78 g Lipide: 97,32 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1) Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7), murături 100 g (10) Banană 120 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9), murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 3773,08 Proteine: 104,33 g Glucide: 475,57 g Lipide: 153,67 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 50 g (7) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) Fructe 200 g	Kcal: 3128,72 Proteine: 133,54 g Glucide: 404,06 g Lipide: 98,96 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 vegetarian 09.11 – 15.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Portocală 200 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9), eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) cu sos de bulion 100 g, murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 2900,38 Proteine: 81,77 g Glucide: 450,70 g Lipide: 79,17 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 2 buc. – 20 g (7), ardei 200 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu linte fiartă 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g	Mămăligă 235 g cu brânză degresată 100 g (7) și smântână 20 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3334,07 Proteine: 138,38 g Glucide: 507,88 g Lipide: 75,21 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 2 buc. – 20 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g, caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi 200 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 2950,24 Proteine: 94,21 g Glucide: 430,21 g Lipide: 85,70 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșie 200 g	Supă de roșii cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu murături 100 g (10)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și gordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3429,18 Proteine: 173,25 g Glucide: 464,3 g Lipide: 85,32 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 3 buc. – 30 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 3468,71 Proteine: 144,20 g Glucide: 454,78 g Lipide: 97,32 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1) Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7), murături 100 g (10) Banană 120 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9), murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 3773,08 Proteine: 104,33 g Glucide: 475,57 g Lipide: 153,67 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 50 g (7) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) Fructe 200 g	Kcal: 3128,72 Proteine: 133,54 g Glucide: 404,06 g Lipide: 98,96 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 47632933 J35/663/2023

Meniu vegetarian 16.11 – 22.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Portocală 200 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9), eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) cu sos de bulion 100 g, murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 2900,38 Proteine: 81,77 g Glucide: 450,70 g Lipide: 79,17 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 2 buc. – 20 g (7), ardei 200 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu linte fiartă 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g	Mămăligă 235 g cu brânză degresată 100 g (7) și smântână 20 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3334,07 Proteine: 138,38 g Glucide: 507,88 g Lipide: 75,21 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 2 buc. – 20 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g, caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi 200 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 2950,24 Proteine: 94,21 g Glucide: 430,21 g Lipide: 85,70 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșie 200 g	Supă de roșii cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu murături 100 g (10)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și gordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3429,18 Proteine: 173,25 g Glucide: 464,3 g Lipide: 85,32 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 3 buc. – 30 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 3468,71 Proteine: 144,20 g Glucide: 454,78 g Lipide: 97,32 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1) Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7), murături 100 g (10) Banană 120 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9), murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 3773,08 Proteine: 104,33 g Glucide: 475,57 g Lipide: 153,67 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 50 g (7) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) Fructe 200 g	Kcal: 3128,72 Proteine: 133,54 g Glucide: 404,06 g Lipide: 98,96 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 47632933 J35/663/2023

Meniu vegetarian 23.11 – 29.11.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Portocală 200 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9), eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) cu sos de bulion 100 g, murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 2900,38 Proteine: 81,77 g Glucide: 450,70 g Lipide: 79,17 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 2 buc. – 20 g (7), ardei 200 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu linte fiartă 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g	Mămăligă 235 g cu brânză degresată 100 g (7) și smântână 20 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3334,07 Proteine: 138,38 g Glucide: 507,88 g Lipide: 75,21 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 2 buc. – 20 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g, caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi 200 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 2950,24 Proteine: 94,21 g Glucide: 430,21 g Lipide: 85,70 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșie 200 g	Supă de roșii cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu murături 100 g (10)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și gordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3429,18 Proteine: 173,25 g Glucide: 464,3 g Lipide: 85,32 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 3 buc. – 30 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 3468,71 Proteine: 144,20 g Glucide: 454,78 g Lipide: 97,32 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1) Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7), murături 100 g (10) Banană 120 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9), murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 3773,08 Proteine: 104,33 g Glucide: 475,57 g Lipide: 153,67 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 50 g (7) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) Fructe 200 g	Kcal: 3128,72 Proteine: 133,54 g Glucide: 404,06 g Lipide: 98,96 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 47632933 J35/663/2023

Meniu vegetarian 30.11 – 06.12.2026

Ziua	Mic dejun	Prânz	Cină	Kcal. / Macronutrienți
LUNI	Pâine* 400 g (1), ceai, unt 2 buc. – 20 g (7), brânză topită 1 buc. – 17,5 g (7), roșie 200 g Portocală 200 g	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Varză a la Cluj 250 g (9), eugenie 30 g (1, 3, 7)	Piure de cartofi 200 g (7) cu sos de bulion 100 g, murături 100 g (10), croissant cu cremă de cacao 65 g (1, 3, 7)	Kcal: 2900,38 Proteine: 81,77 g Glucide: 450,70 g Lipide: 79,17 g
MARȚI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), unt 2 buc. – 20 g (7), ardei 200 g, iaurt 150 g (7), banană 120 g	Ciorbă de legume cu cușcuș 300 ml (1, 3, 7, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu linte fiartă 120 g, murături 100 g (10), fructe 200 g	Mămăligă 235 g cu brânză degresată 100 g (7) și smântână 20 g (7) Desert: baton de ciocolată 50 g (1, 3, 7)	Kcal: 3334,07 Proteine: 138,38 g Glucide: 507,88 g Lipide: 75,21 g
MIERCURI	Pâine* 400 g (1), ceai Unt 2 buc. – 20 g (7) Gem de fructe 2 buc. – 20 g, caşcaval 30 g (7), castravete 100 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Papricaș de cartofi 200 g (9), murături 100 g (10) Eugenie 30 g (1, 3, 7)	Tortellini cu sos alb 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 2950,24 Proteine: 94,21 g Glucide: 430,21 g Lipide: 85,70 g
JOI	Pâine* 400 g (1), ochi de ou 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșie 200 g	Supă de roșii cu fidea 300 ml (1, 3, 9) Sote de mazăre 250 g (1, 9) cu murături 100 g (10)	Macaroane cu brânză dulce 350 g (1, 3, 7) și gordon bleu 150 g (1, 3, 7) Prăjitură desert cu lapte 35 g (1, 3, 7)	Kcal: 3429,18 Proteine: 173,25 g Glucide: 464,3 g Lipide: 85,32 g
VINERI	Pâine* 400 g (1), unt 3 buc. – 30 g (7), gem 2 buc. – 20 g, ochi de ouă 2 buc. – 100 g (3), caşcaval 50 g (7), roșii 200 g, lapte cu cacao 250 ml (7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Iahnie de fasole 250 g (1, 9) Biscuiți 100 g (1, 3, 7)	Macaroane cu brânză sărată 300 g (1, 3, 7) Fructe 200 g	Kcal: 3468,71 Proteine: 144,20 g Glucide: 454,78 g Lipide: 97,32 g
SÂMBĂTĂ	Pâine* 400 g (1) Omletă 100 g (5) cu telemea 50 g (7), murături 100 g (10) Banană 120 g	Supă de legume cu fidea 300 ml (3, 7, 9) Sote de fasole verde 250 g (1, 9), murături 100 g (10) Desert: eugenie 30 g (1, 3, 7)	Mâncare de cartofi 200 g (9) Desert: biscuiți cu cremă 150 g (1, 3, 7) cu iaurt 150 g (7)	Kcal: 3773,08 Proteine: 104,33 g Glucide: 475,57 g Lipide: 153,67 g
DUMINICĂ	Pâine* 400 g (1), ceai, omletă 120 g (3) cu caşcaval 50 g (7) și telemea 50 g (7), brânză topită 2 buc. – 35 g (7), ardei roșu 200 g, lapte 200 ml (7), chec 60 g (1, 3, 7)	Ciorbă de legume 300 ml (3, 7, 9) Orez cu ciuperci 250 g Gogoșari murați 100 g (10)	Mămăligă cu brânză 350 g (7), caşcaval 30 g (7) Fructe 200 g	Kcal: 3128,72 Proteine: 133,54 g Glucide: 404,06 g Lipide: 98,96 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 47632933 J35/663/2023