

PLAN MENIU ALIMENTAR –
SAPTAMANA 139

MIC DEJUN	ORA 10 ORA 16	PRÂNZ	CINA
LUNI 09-03-2026			
Salam 50 g Telemea 50 g Unt 15 g Gem asortat 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10 - Eugenie-1 buc 16- Corn cu gem-1 buc	Ciorba din legume cu fidea 350 g Fasole boabe 270 g cu carnați 100 g Pâine 120 g	Musaca din paste cu carne tocata de porc 350 g Lapte cu fidea 350 g Pâine 120 g
MARTI 10-03-2026			
Telemea 50g Șuncă pui 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120	10-Biscuiti cu cacao-1 buc 16-Gogosi simple -2 buc	Ciorba de fasole 350 g Pilaf din orez 270 g cu carne de pui 100 g Pâine 120 g	Piure din cartofi 270 g cu ficăței de pasare 100g Compot din mere 350g Pâine 120 g
MIERCURI 11-03-2026			
Omleta din 2 oua cu carnați 50 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120g	10 – Napolitane 1 buc 16- Plăcintă cu mere-1 buc	Ciorba de perișoare din carne porc 350 g Mazăre 270 g cu carnați 100 g Pâine 120 g	Tocănită din cartofi 270g cu carne pasare 100 g Lapte cu orez 350 g Pâine 120 g
JOI 12-03-2026			
Parizer 50 g Telemea 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10-Eugenie- 1 buc 16-Corn cu gem-1 buc	Supa țărănească dreasa cu smântâna 350 g Musaca din cartofi 270 g cu carne tocata de porc 100 g Pâine 120 g	Paella 270g cu carne de pasare 100 g Compot din mere 350 g Pâine 120 g
VINERI 13-03-2026			

Telemea 50 g Șuncă pui 50 g Unt 15 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10-Biscuiti cu cacao- 1 buc 16- Gogosi- 2 buc	Ciorba de purcel 350 g Mâncare din varza dulce 270 g cu carnați 100 g Pâine 120 g	Cartofi țărănești 270 g cu bacon 100 g Lapte cu fidea 350 g Pâine 120 g
		SAMBATA 14-03-2026	
Omleta din 2 oua cu carnat 50 g Gem 25 g Ceai 350 ml Pâine 120 g	10 – Eugenie- 1 buc 16-Placinta cu mere -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 15-03-2026	
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 din legume 350 g Tocana de legume 270 g cu carne porc 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 regasese 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

