



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE
MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE
EFORIE NORD

Aleea Specială nr.1, Tel. 0241/741082,

Fax 0241/741117,

E-mail secretariat@efosan.ro

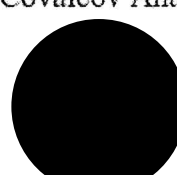
Cod fiscal 4300817



Avizat,
Dir.fin. Bădan Adriana



Aprobat,
Dr. Covaleov Anatoli



SAPTAMANA III
13.10.2025 – 19.10.2025

LUNI: 13 10 2025

Mic dejun

- C: ceai; unt 30g; gem 20g; pateu 50g; br topita 1cub;
- D: ceai; unt 30g; pateu 50g; br topita 1cub; sunca presata 50g; iaurt

Pranz:

- C: ciorba de zarzavat cu pui 100g; Iahnie de fasole uscata cu kaizer 100g; salata varza 100g;
- D: ciorba de zarzavat cu pui 100g; mancare de dovlecei (350) cu pui 200g;

Cina:

- C: pui 200g; piure cartofi si sos; gogosari 50g; desert;
- D: pui 200g; piure cartofi 150g; sote ciuperci 150g; gogosari 50g; iaurt;

Paine

- C: 300g
- D: 200g

MARTI: 14 10 2025

Mic dejun

- C: ceai; unt 30g; miere 20g; br topita 1 cub; salam 50g;
- D: ceai; unt 30g; br topita 1 cub; salam 50g; cascava 50g iaurt;

Pranz:

- C: supa de rosii cu fidea si pui 100g; varza cu porc 150g; kaizer 50g; mamaliguta;
- D: supa de rosii si fasole verde (100) cu pui 100g; varza cu porc 150g; kaizer 50g; mamaliguta;

Cina:

- C: pui 200g; pilaf sarbesc; castraveti 50g; desert;
- D: pui 200g; pilaf sarbesc 150g; sote ciuperci 150g; castraveti 50g; iaurt

Paine

- C: 250g
- D: 150g

MIERCURI: 15 10 2025

Mic dejun

- C: ceai; unt 30g; gem 20g; pateu 50g; sunca presata 50g;
- D: ceai; unt 30g; pateu 50g; sunca presata 50g; cascaval 50g; iaurt;

Pranz:

- C: Ciorba de fasole uscata cu kaizer 50g; chifteluete (carne tocata 150g; ou ¼); salata varza 100g;
- D: Ciorba de zarzavat cu porc 100g; porc 150g in sos tomat; piure cartofi 150g; sote fasole verde 150g; salata varza 100g;

Cina:

- C: Mancare de cartofi cu pui 200g; gogosari:50g; desert;

- D: Mancare de conopida verde (300) cu pui 200g; gogosari 50g; iaurt;

Paine

- C: 300g
- D: 200g

JOI: 16 10 2025

Mic dejun

- C: ceai; unt 30g; miere 20g; ou fiert; cascaval 50g;
- D: ceai; unt 30g; ou fiert; cascaval 50g; sunca presata 50g; iaurt;

Pranz:

- C: ciorba de porc 100g; peste marinat 200g; cartofi natur;
- D: ciorba de porc 100g; peste marinat 200g; cartofi natur 150g

Cina:

- C: pui 200g; macaroane (70) cu br telemea 70g; desert;
- D: pui 200g; sote fasole evrde 150g; sote ciuperci 150g; iaurt;

Paine

- C: 300g
- D: 200g

VINERI: 17 10 2025

Mic dejun

- C: ceai; unt 30g; gem 20g; br topita 1cub; salam 50g;;
- D: ceai; unt 30g; br topita 1cub; salam 50g; cascaval 50g; iaurt;

Pranz:

- C: ciorba de peste 100g; spaghetti bolognese (carne tocata 150g; ciuperci 30g; cascaval 10g)
- D: ciorba de peste 100g; tochtura porc 150g; kaizer 50g; mamaliguta; br telemea 50g;

Cina:

- C: pui 200g;salata orientala (ou ¼, masline 30g; castraveti 50g); desert;
- D: pui 200g;cartofi natur 150g; sote broccoli 150g; castraveti 50g; iaurt;

Paine

- C: 300g
- D: 150g

SAMBATA: 18 10 2025

Mic dejun

- C: ceai; unt 30g; miere 20g; br telemea 50g; ou fiert;
- D: ceai; unt 30g; br telemea 50g; ou fiert; cremwursti 60g; iaurt;

Pranz:

- C: supa de pui cu galuste gris (ou ¼); mancare de mazare (200) si cartofi cu porc 200g;
- D: ciorba de pui 100 dr cu ou (¼); mancare de dovlecei (350) cu porc 200g;

Cina:

- pui 200g; spaghetti(70) cu sos si ciuperci 30g, gratinate cu cascaval 10g;
- pui 200g; cartofi natur 150g; sote broccoli 150g; salata varza 150g; iaurt;

Paine

- C: 300g
- D: 150g

DUMINICA: 19 10 2025

Mic dejun

- C: lapte 200; unt 30g; gem 20g; br topita; ou fiert;
- D: lapte 200; unt 30g; cascaval 50g;cremwursti 60g; br topita; iaurt;

Pranz:

- C: Ciorba de perisoare (c tocata 80g; ou 1/6); porc 150g in sos tomat cu mamaliguta si br telemea 50g
- D: Ciorba de perisoare (c tocata 80g; ou 1/6); porc 150g in sos tomat cu mamaliguta si br telemea 50g; ou romanesc

Cina:

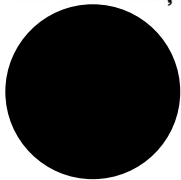
- C: salata vinete 150g; unt 30g; cascaval 50g; pateu 50g; masline 30g; desert;
- D: salata vinete 150g; unt 30g; cascaval 50g; pateu 50g; masline 30g; iaurt;

Paine

- C: 300g
- D: 200g

Intocmit,

As.Sfintescu Anișoara



RU
CA



Domn. Mengu.

SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE		
MEDICINA FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE		
EFORIE NORD		
NR.	5201	
20	luna 10	ziua 20

Subsemnata BĂLĂȘA DORINA
angajată la SC RMFB în funcția de
INFIRMIERĂ vă rog să-mi aprobați
pe lângă Coatrătură de Muncă
Vă mulțumesc.

Data

20-X-2025

Bălășu