



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



CERTIFICAT
ISO 9001
 Conformitatea Sistemelor de Management a Calitatii



Aprobat,
Manager: Dr. Covalev Anatoli Eugen

TABEL MENIURI REGIMURI ALIMENTARE SĂPTĂMÂNĂ
10 NOIEMBRI – 16 NOIEMBRIE 2025

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRAMAJ	PRÂNZ	GRA- MAJ	CINĂ	GRAMAJ
10 11	Co- mun	Ceai, unt, miere, pateu, cașcaval	200ml/30g/ 20g/50g/50g	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	Pui; mămăliguță, br vaci, br telemea, smântână	75/200/70/70 /50
		Pâine	100g	Iahnie de fasole uscată cu kaizer	300g/75g	Desert	32g
	Dia- bet			Salata varză	100g	pâine	50g
		Ceai, unt, pateu, cașcaval. șuncă presată	200ml/30g 50g /50g/50g	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	Pui; mămăliguță, br vaci, br telemea, smântână, ou românesc	75/200/70/70 /50/50
		Pâine		Pui; cartofi natur; sote f. verde	75g/150g/ 150g		
11 11	Co- mun			Salata varză	100g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	0g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, gem, br topita, crenvurști	200ml/30g/ 20g/17.5g/60g/	Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Pilaf sârbesc cu ficăței pui Castraveți	350g/ 120g/50g
				Varză cu porc și mămăliguță	350g/ 90g/200g	Desert	32g

		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
12 11	Dia- bet	Ceai, unt, br topita, crenvurști, măsline	200ml/7,5g/60g /50g/30g	Ciorbă de dovlecei cu pui Varză cu porc și mămăliguță	300g/50g 350g/ 90g/200g	Ficăței pui cu pilaf sărbesc și sote ciuperci; Castraveți	120g/ 150g/ 150g/50g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
13 11	Co- mun	Ceai, unt, miere, pateu, salam	200ml/30g/20g 50g/50g	Ciorbă de pește	350g/65g	Macaroane cu brânză telemea 70g și pui 150g	330g/75g
		Pâine	100g	Chifteluțe cu piure cartofi și sos	120g/ 200g/50g	Desert	32g
		Ceai, unt, pateu, salam, cașcaval	200ml/30g/50g /50g/50g	Salata varză	100g		
		Pâine	50g	pâine	100g	pâine	100g
14 11	Dia- bet	Ceai, unt, gem, br topită, șuncă presată	200ml/30g/ 20g/17,5g/50g	Ciorbă de pește	350g/65g	Pui; cartofi natur, sote	75g/150g/ 150g/50g
		Iaurt - supliment	130g	Musaca de dovlecei și sos tomat	280g/50g	brocoli; gogoșari	
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
15 11	Co- mun	Ceai, unt, gem, br topită, șuncă presată	200ml/30g/ 20g/17,5g/50g	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pilaf cu ficăței pui castraveți	130g 250g/ 120g/50g
		Pâine	100g	Mâncare de mazăre și cartofi cu carne pui	350g/750g	Desert	32g
		Ceai, unt, br topită, șuncă pres., cașcaval	200ml/30g/ 17,5g/50g/50g	pâine	100g	pâine	50g
		Pâine	50g	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pilaf; sote fsole verde; ficăței pui; castraveți	150g/150g/ 20g/50g
16 11	Dia- bet	Iaurt - supliment	130g	Mâncare de spanac cu pui	300g/750g 100g	pâine	0g
		Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert	200ml/30g/ 20g /50g/50g	Pâine	350g/35g	Iaurt - supliment	130g
		Pâine	100g	Ciorbă de fasole uscată cu kaizer	350g/35g	Mâncare de cartofi cu carne porc/ gogoșari	350g/90g/ 50g
17 11	Co- mun	Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert	200ml/30g/ 20g /50g/50g	Spaghete bolognese	300g/110g	Desert	32g
		Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
18 11	Dia- bet	Ceai, unt, pateu, br	200ml/30g/	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/60g	Mâncare dovlecei cu porc	300g/90g/

	bet	telemea, ou fiert	50g/50g/50g	Pui; sote broccoli; cartofi natur; salata varză	75g/150g/ 150g/100g	gogoşari	50g
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
15	Co-	Ceai, unt, gem, br.	200ml/30g/	Supă cu găluşte griş şi pui	260g/	Salată orientală cu pui	300g/75g
11	mun	topită, crenvurşti	20g/17,5g/60g	Peşte în sos tomat; mămăliguţă	60g/50g		
		Pâine	100g	pâine	130/50g/ 200g	Desert	32g
	Dia-	Ceai, unt, caşcaval,			50g	pâine	100g
	bet	brânză topită,	200mg/30g/	Ciorbă de zarzavat cu pui dresă	350/50	Pui; cartofi natur; sote	75g/150g/
		crenvurşti	50g/17,5g/60g	cu ou		ciuperci;	150g/
				Peşte în sos tomat; mămăliguţă	130/50g/ 200g	castraveţi	50g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt – supliment	130g
16	Co-	Ceai, unt, miere,	200ml/20g/	Ciorbă de zarzavat cu perişoare	350g/65g	Salată vinete/ unt/ caşcaval/	65g/20g/
11	mun	pateu, salam	50g/50g	Tochitură porc cu mămăliguţă şi br. telemea	120/90g/ 200g/50	şuncă presată/ măşline	50g/50g/30g
		Pâine	100g	pâine	50g	Desert	32g
	Dia-	Ceai, unt, caşcaval,	200ml/30g/	Ciorbă de zarzavat cu perişoare	350g/65g	pâine	100g
	bet	pateu, salam	50g/50g/50g	Tochitură porc cu mămăliguţă şi br. Telemea şi ou românesc	120/90g/ 200g/ 50/50g	Salată vinete/ unt/ caşcaval/ şuncă presată/ măşline	65g/20g/ 50g/50g/30g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g

Întocmit: As. Med.: Sfinţescu Anișgara