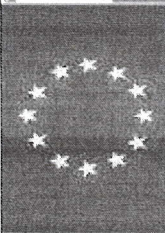


MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE
MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD

Aleea Specială nr.1, Tel. 0241/741082,
 Fax 0241/741117,
 E-mail secretariat@efosan.ro
 Cod fiscal 4300817




Aprobat,
Manager: Dr. Covaleov Anatoli Eugen



TABEL MENIURI REGIMURI ALIMENTARE SĂPTĂMÂNA
17 NOIEMBRIE – 23 NOIEMBRIE 2025

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRAMAJ	PRÂNZ	GRAMAJ	CINĂ	GRAMAJ
17 11	Co- mun	Ceai, unt, miere, br topită 1 cub, crenvurști	200ml/30g/ 20g/17,5g/60g	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Piure cartofi, sos tomat si ficăței pui; gogoșari	250g/50g/ 90g/50g
		Pâine	100g	Iahnie de fasole uscată cu kaizer	300g/75g	Desert	32g
	Dia- bet	Ceai, unt,	200/20	Salata varza	100g	pâine	100g
		Pâine	50g	Ciorbă de zarzavat cu carne pui Mâncare de fasole verde cu porc	350g/50g 300g/90g	Piure cartofi, sote ciuperci, ficăței pui, gogoșari	150g/150g/ 120g/50g
18 11	Co- mun	Iaurt - supliment	130g	Pâine	100g	pâine	50g
		Ceai, unt, gem, brânză telemea,	200ml/30g/ 20g/50g/50g/	-	-	Iaurt - supliment	130g
				Ciorbă de pește	350g/65g	Mâncare de cartofi cu kaizer. Castraveți	350g/105g/ 50g

	ou fiert		Pilaf cu carne pui; salată varză	250g/75g/ 100g	Desert	32g
	Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
19	Dia- bet	Ceai, unt, pateu, cașcaval, salam	Ciorbă de pește	350g/65g	Pui; sote dovlecei: sote	75g/150g/ 150g/50g
			Pui; pilaf; sote broccoli; salată varză	75g/150g/ 150g/100g	fasole verde; castraveti	
		Pâine	Pâine	100g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	-	-	Iaurt - supliment	130g
20	Co- mun	Ceai, unt, miere, pateu, cașcaval	Ciorbă a la russè cu porc 100g	350g/60g	Macaroane cu brânză	330g/75g
			Pește în sos tomat cu mămăliguță	130/50g/200g	Desert	32g
		Pâine	pâine	50g	pâine	100g
		Ceai, unt, br topita, crenvurști, cașcaval	Ciorbă a la russè cu porc 100g	350g/60g	Mâncare de spanac cu pui și ou românesc	300g/70g/ 50g
21	Dia- bet	Pâine	Pește în sos tomat cu mămăliguță	130/50g/200g		
		Iaurt - supliment	Pâine	50g	pâine	50g
		Ceai, unt, gem, br topita, salam	Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Pui; mămăliguță, br vaci, br telemea, smântână	75g/200g/ 70g/50g/70g
			Mâncare de mazăre și cartofi cu carne porc; gogoșari	350g/90g/50g	Desert	32g
22	Co- mun	Pâine	pâine	100g	pâine	50g
		Ceai, unt, br topita, salam, cașcaval	Ciorbă dovlecei cu pui dreasă cu ou	300g/50g	Pui; mămăliguță, br vaci, br telemea, smântână și ou românesc	75g/200g/ 70g/50g/70g/5 0g
			Rasol porc; sote conopidă; cartofi natur; gogoșari	90g/150g/ 150g/50g		
		Pâine	Pâine	100g	pâine	0g
23	Co- mun	Iaurt - supliment			Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, miere,	Ciorbă de fasole uscată cu	350g/35g	Pui; salată orientală	75g/300g

11	mun	pate, presată	șuncă	20g/50g/50g	kaizer	300g/110g	Desert	32g
		Pâine		100g	Spaghete bolognese	50g	pâine	100g
	Dia- bet	Ceai, unt, pate, șuncă presată, cașcaval		200ml/30g/50g/50g/50g	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Pui; cartofi natur; sote ciuperci; castraveți	75g/150g/150g/50g
Pâine			50g	Musaca de dovlecei (carne tocată) și sos tomat; salată varză	280g/50g/100g			
Iaurt - supliment			130g	Pâine	50g	pâine	50g	
22	Co- mun	Ceai, unt, gem, br. topită, crenvurști,		200ml/30g/20g/17,5g/60g	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/60g	Pilaf sârbesc cu ficăței pui; salată varză	300g/120g/100g
		Pâine		100g	Varză à la Cluj	320g	Desert	32g
		Ceai, unt, br. topită, crenvurști, cașcaval		200mg/30g/17,5g/50g/50g	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/60g	pâine	100g
23	Dia- bet	Pâine		50g	Varză cu porc și mămăliguță	350g/90g/200g	Ficăței pui; pilaf sârbesc; sote brocoli; salată varză	120g/150g/150g/100g
		Iaurt - supliment		130g	Pâine	50g	pâine	50g
		Ceai, unt, miere, pateu, salam		200ml/30g/20g/50g/50g	-	-	Iaurt – supliment	130g
23	Co- mun	Pâine		100g	Supă cu găluște griș și pui	260g/60g/50g	Salată vinete/ unt/ cașcaval/ șuncă presată/ măsline	65g/30g/50g/50g/30g
		Ceai, unt, br. topită, crenvurști, cașcaval		200ml/30g/17,5g/60g/50g	Tochitură porc cu mămăliguță și brânză telemea	120g/90g/200g/50g	Desert	32g
		Pâine		50g	pâine	50g	pâine	100g
23	Dia- bet	Ceai, unt, br. topită, crenvurști, cașcaval		200ml/30g/17,5g/60g/50g	Ciorbă de zarzavat cu carne pui dresă cu ou	350g/50g	Salată vinete/ unt/ cașcaval/ șuncă presată/ măsline	65g/20g/50g/50g/30g
		Pâine		50g	Tochitură porc cu mămăliguță, brânză telemea și ou românesc	120g/90g/200g/50g/50g		
		Iaurt - supliment		130g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment					Iaurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical: Sfințescu Anișoara