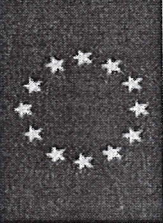
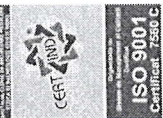


MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE
MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD

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
SĂPTAMÂNA 29 12 2025 – 04 01 2026

SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE
 MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE
 EFORIE NORD

NR. 6593

25 luna 12 ziua 22

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRAMAJ	PRÂNZ	GRAMAJ	CINĂ	GRAMAJ
29 12	Cmun	Ceai, unt, gem, pateu, br topita	200/30/20/5 0/17,5	Ciorbă de zarzavat cu carne porc Iahnie de fasole uscată cu kaizer	350g/60g 300g/75g	Piure cartofi, sos tomat si ficăței pui; salată varză	250g/ 50g/ 120g/100g
		Pâine	100g	Salată varză pâine	100g 100g	desert pâine	32g 100g
		Ceai, unt, pateu, cașcaval, br	200/30/ 50/17.5	Ciorbă de zarzavat cu carne porc Mâncare de fasole verde cu pui	350g/60g 300g/100g	Piure cartofi, sote ciuperci; ficăței pui	150g/ 150g/ 120g/100
		topita, Pâine		Salată varză Pâine	100g 100g	Salată varză pâine	
	Diabet	Iaurt - supliment	50g 130g	-	-	laurt - supliment	100g 130g

30 12	Cmun	Ceai, unt, miere, br topită, salam	200/30/20/1 7,5/50	Ciorbă de pește Pilaf cu carne pui 200 g Salată varză	350g/65g 250g/100g 100g 100g	Mâncare de cartofi; porc Salată varză desert pâine	350g/90g 100g 32g 100g
		Pâine	100g	pâine	100g		100g
	Diabet	Ceai, unt, br topită, salam, cașcaval	200/30/17,5/ 50/50	Ciorbă de pește Pilaf; sote brocoli; pui; salată varză	350g/65g 150g/ 150g100g100g	Mâncare de spanac cu porc și ou românesc	300/90/50
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
31 12	Cmun	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, gem, pateu, șuncă presată	200/30/20/5 0/50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc Sărmăluțe din foi varză; mămăliguță;	350g/60g 320g 200g/ 50g	Pilaf sârbesc cu ficăței pui; Salată varză cozonac	300g/ 120g/100g 100g
		Pâine	100g	pâine		pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, pateu, șuncă presată, cașcaval	200/30/50/5 0/50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc Sărmăluțe din foi varză (fără orez); mămăliguță;	350g/60g 320g/200g	Pilaf sârbesc; sote ciuperci; ficăței pui Salată varză	150g/ 150g/ 120g/100g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
01 01	Cmun	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, miere, br topită, crenvurști,	200/30/20/1 7,5/60	Ciorbă de zarzavat cu carne pui Cartofi la tava cu porc; salată varză	350g/50g 250/90/100g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână cozonac	75g/200g/ 70g/70g 100g
		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	50g
	Diabet	Ceai, unt, br topită, crenvurști, cașcaval, măslina	200/30/17,5/ 60/50/30	Ciorbă de zarzavat cu carne pui Cartofi la tava; sote fasole verde; porc; salată varză	350g/50g 150g/150g/90g/ 100g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; ou românesc	75g/200g/ 70g/70g/ 50g
		Pâine	50g	Pâine	100g	Pâine	0g
02	Cmun	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, gem, br	200/30/20/5	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Salată orientală cu pui	300g/100

01		telemea, ou fiert,	0/50	Spaghete bolognese	300g/110g	desert	32g
		Pâine	100g	pâine	100g	-	-
	Diabet	Ceai, unt, cașcaval, ou fiert, șuncă presată, br topită	200/30/50/5 0/50/17,5	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pui; cartofi natur; sote broccoli	100g/ 150g/150g/
		Pâine	50g	Musaca de dovlecei și sos tomat	280g/50g	Castraveți	50g
		Iaurt - supliment	130g	Pâine	100g	pâine	50g
03 01	Cmun	Ceai, unt, miere, br topita, salam	200/30/20/5 0	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60g/	Iaurt - supliment	130g
		Pâine	100g	Ciorbă de zarzavat cu perișoare	350g/65g	Mâncare conopidă; pui	300g/100g
		Ceai, unt, br topita, salam, cașcaval	200/30/17,5/ 50/50	Ciulama cu pu și mămăliguță	250g/75g/200g	desert	32g
		Pâine	50g	pâine	50g	pâine	100g
		Iaurt - supliment	130g	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Mâncare conopidă; pui	300g/100g
04 01	Cmun	Ceai, unt, gem, pateu, crenvurști	200/30/20/5 0/60	Pui; cartofi nature; sote fasole verde; salată varză	75g/150g/ 150g/100g	-	-
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, gem, pateu, crenvurști	200/30/20/5 0/60	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60g/	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/ 50g/50g/ 30g
		pâine	50g	Tochitură porc cu mămăliguță și br. telemea	120/90/200g/ 50g	desert	32g
Diabet	Diabet	Ceai, unt, pateu, crenvurști, cașcaval	200/30/50/6 0/50	pâine	50g	pâine	100g
		pâine	50g	Ciorbă de pui dreașă cu ou	350g/50g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/ 50g/50g/ 30g
		Ceai, unt, pateu, crenvurști, cașcaval	200/30/50/6 0/50	Tochitură porc cu mămăliguță și br. telemea; ou românesc	120/90/200g/ 50g/50g		
		pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical: Sfințescu Ani

