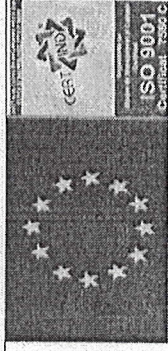


MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE
MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD

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

SĂPTAMÂNĂ 22 12 – 28 12 2025



DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRAMA J	PRÂNZ	GRAMAJ	CINĂ	GRAMAJ
22 12	Cmun	Ceai, unt, gem, pateu, br topita	200/30/20/ 50/17,5	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/60g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână	75g/200g/ 70g/70g
		Pâine	100g	Iahnie de fasole uscată cu kaizer	300g/75g	desert	32g
				Salată varză	100g	pâine	50g
	Diabet	Ceai, unt, pateu, cașcaval, br topita,	200/30/ 50/17.5	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/60g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; ou românesc	75g/200g/ 70g/70g/ 50g
		Pâine	50g	Mâncare de fasole verde cu pui	300g/100g		
23	Cmun	Iaurt - supliment	130g	Salată varză	100g	pâine	0g
		Ceai, unt, miere, br	200/30/20/	Pâine	100g	Iaurt - supliment	130g
				Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Pilaf sârbesc; ficăței pui	300g/120g

12	topită, salam	17,5/50	Varză cu porc, kaizer, mămăligă	350/90/35/200g	Salată varză	100g
	Pâine	100g	pâine	50g	desert	32g
Diabet	Ceai, unt, br topită, salam, cașcaval	200/30/17,5/50/50	Supă de roșii cu fasole verde; pui Varză cu porc, kaizer, mămăligă	300g/50g 350/90/35/200	pâine	100g
	Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	120g/ 150g/ 150g/100
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	50g
24 Cmun	Ceai, unt, gem, paten, șuncă presată	200/30/20/50/50	Ciorbă de zarzavat cu carne pui Piure cartofi cu sos tomat și pui Salată varză	350g/50g 250g/50g/100g 100g	Mâncare de spanac; pui	300g/100g
	Pâine	100g	pâine	100g	desert	32g
	Ceai, unt, paten, șuncă presată, cașcaval	200/30/50/50/50	Ciorbă de zarzavat cu carne p Piure cartofi; sote fasole verde, pui; salată varză	350g/50g 150g/150g/ 100g/100g	pâine	100g
25 12	Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Ceai, unt, miere, br topită, crenvurști, cașcaval	200/30/20/17,5/60/50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc dresă cu ou și smântână Sarmăluțe din foi varză; mămăliguță; smântână	350g/60g 320g/200g/10g	Pui; Spaghete cu sos și ciuperci gratinate cu cașcaval cozonac	100g/300g 100g
Diabet	Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
	Ceai, unt, br topită, crenvurști, cașcaval, măsline	200/30/17,5/60/50/30	Ciorbă de zarzavat cu carne porc dresă cu ou și smântână Sarmăluțe din foi varză (fără orez); mămăliguță; smântână	350g/60g 320g/200g/10g	Pui; sote ciuperci; sote fasole verde; Salată varză	100g/ 150g/ 150g/100g
	Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
26	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Ceai, unt, gem, 200/30/20/	200/30/20/	Ciorbă de zarzavat cu perișoare	350g/65g	Salată orientală cu pui	300g/100

12		cașcaval, ou fiert, șuncă presată	50/50/50	Tochitură din porc, kaizer cu mămăliguță și brânză telemea	120/90/35g/200g/50g	Cozonac	100g
		Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, cașcaval, ou fiert, șuncă presată, br topită	200/30/50/50/50/17,5	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g		
		Pâine	50g	Tochitură din porc, kaizer cu mămăliguță, brânză telemea; ou românesc	120/90/35g/200g/50/50	Pui; cartofi natur; sote brocoli	100g/150g/150g/
27 12		Pâine	130g	Pâine	50g	Castraveți	50g
		Iaurt - supliment		-	50g	pâine	50g
	Cmun	Ceai, unt, miere, br topita, crenvurști	200/30/20/17,5/60	Supă de pui cu găluște griș	260g/50g/60g/	Iaurt - supliment	130g
		Pâine	100g	Pește în sos toma; mămăliguță	130/50g/200g	Mâncare de dovlecei; pui desert	300g/100g/32g
28 12	Diabet	Ceai, unt, br topita, crenvurști, cașcaval	200/30/17,5/50/50	pâine	50g	pâine	100g
		Pâine	50g	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Mâncare de dovlecei; pui	300g/100g
		Iaurt - supliment	130g	Pește în sos toma; mămăliguță	130/50g/200g	-	-
	Cmun	Ceai, unt, gem, br telemea; ou fiert	200/30/20/50/50	Pâine	50g	pâine	50g
28 12		Pâine	100g	-	-	Iaurt - supliment	130g
		Ceai, unt, ou fiert; br telemea; salam	200/30/50/50/50	Ciorbă de pui dreasă cu ou	350g/50g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/50g/50g/30g
	Diabet	Pâine	100g	Varză à la Cluj	320g	desert	32g
		Ceai, unt, ou fiert; br telemea; salam	200/30/50/50/50	pâine	100g	pâine	100g
28 12		Pâine	100g	Ciorbă de pui dreasă cu ou	350g/50g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/50g/50g/30g
		Ceai, unt, ou fiert; br telemea; salam	200/30/50/50/50	Varză cu porc și mămăliguță	350g/90g/200g		50g/50g/30g
	Diabet	Pâine	100g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical: Sfințescu Ani