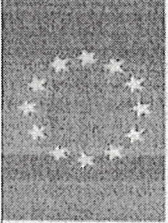
	MINISTERUL SĂNĂTĂȚII SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD		 
	Aleea Specială nr.1, Tel. 0241/741082, Fax 0241/741117, E-mail: secretariat@efosan.ro Cod fiscal 4300817		

Aprobat,
 Manager: Dr. Covaleov Anatoli Eugen

TABEL MENIURI REGIMURI ALIMENTARE (COMUN ȘI DIABET)

SĂPTAMÂNA

19 01 2026 – 25 01 2026

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRA- MAJ	PRÂNZ	GRA-MAJ	CINĂ	GRA- MAJ
19 01	Cmun	Ceai, unt, miere, br telemea, șuncă presată	200/20/ 20/50/ 50	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Piure cartofi, sos tomat și ficăței pui	250g/50g/ 120g
		Pâine	100g	Iahnie de fasole uscată cu kaizer Gogoșari	300g/75g 50g	Salată varză	100g
		Ceai, unt, br telemea, br cașcaval, șuncă presată,	200/20/ 50/50/ 50	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	piure	100g
	Diabet	Pâine	50g	Mâncare de fasole verde cu pui	300g/75g	Salată varză	100g
		Iaurt - supliment	130g	Pâine	100g	piure	50g
20 01	Cmun	Ceai, unt, miere, pateu, cașcaval	200/20/ 20/50/	Supă de roșii cu fidea și carne pui	300g/50g	Iaurt - supliment	130g
				Mâncare de mazăre cu porc	300g/90g	Pilaf sârbesc cu carne pui	300g/75g
						Salată varză	100g

21 01	Diabet	Pâine	50	pâine	-	-	Desert	32g
		Ceai, unt, cașcaval pateu, kaizer	100g	Supă de roșii cu fasole verde; pui	100g	100g	pâine	100g
			200/20/ 50/50/ 30	Varză cu porc și mămăliguță	350g/50g/ 200g	150g/75g	Pilaf sârbesc; sote ciuperci; pui	150g/75g
		Pâine	50g	Varză	350g/90g/ 200g	100g	Salată varză	100g
22 01	Cmun	Pâine	100g	Pâine	50g	50g	pâine	50g
		laurt - supliment	130g	-	-	130g	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, br telemea, salam, masline, cașcaval	200/20/ 50/30/ 50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	300g/75g	Macaroane cu sos si pui	300g/75g
		Pâine	50g	Peste în sos tomat cu mămăliguță	130/50g/200	100g	-	-
23 01	Diabet	Pâine	50g	Pâine	50g	50g	pâine	50g
		laurt - supliment	130g	-	-	130g	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, miere, pateu, cașcaval	200/20/ 20/50/ 50	Ciorbă de zarzavat cu perișoare	350g/65g	330g/75g	Macaroane cu brânză	330g/75g
		Pâine	50g	Varză cu porc și mămăliguță	350g/90g/200	100g	telemea 70g și pui 150g	100g
24 01	Cmun	Pâine	50g	-	-	32g	Desert	32g
		Ceai, unt, cașcaval	100g	pâine	50g	100g	pâine	100g
		pateu, salam	200/20/ 50/50/ 50	Supă de roșii cu fasole verde; pui	300g/50g	75g/150g	Pui; cartofi natur; sote brocoli	75g/ 150g/150g
		Pâine	50g	Varză cu porc și mămăliguță	350g/90g/200	50g	Castraveți	50g
25 01	Diabet	Pâine	50g	Pâine	50g	50g	pâine	50g
		laurt - supliment	130g	-	-	130g	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, br telemea, ou fiert, miere	200/20/ 50/50/ 20	Ciorbă de fasole uscată cu kaizer	350g/35g	250g/50g/120g	Piure cartofi, sos tomat si ficăței pui	250g/ 50g/120g
				Spaghete bolognese	300g/110g	100g	Salată varză	100g

24 01	Diabet	Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
		Ceai, unt, br telemea, ou fiert, kaizer	200/20/ 50/50/ 50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	Piure cartofi, sote ciuperci si ficăței pui	150g/120g
		Pâine	50g	Tochitură din porc cu mămăliguță și br. telemea	120/90/200g/ 50g	Salată varză	100g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
24 01	Cmun	laurt - supliment	130g	-	-	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, pateu, șuncă presată, măsline	200/20/ 50/50/ 30	Supă de pui cu găluște griș	260g/50g/60g	Mâncare de cartofi cu kaizer	350g/75g
		Pâine	100g	Pilaf cu carne pui 150 g	250g/75g	Gogoșari	50g
		Salată varză	100g	Desert	32g		
25 01	Diabet	Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
		Ceai, unt, pateu, cașcaval, șuncă presată, măsline	200/20/ 50/50/ 50/30	Ciorbă de pui dreasă cu ou	350g/50g	Mâncare de spanac cu pui și ou românesc	300g/75g/ 50g
		Pâine	50g	Pilaf: sote brocoli: pui	150g/150g/75/ 100g		
		Salataa varză	100g				
25 01	Cmun	Pâine	100g	pâine	100g	pâine	50g
		laurt - supliment	130g	-	-	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert	200/20/ 20/50/ 50/	Ciorbă de pește	350g/65g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/ 50g/50g/ 30g
		Pâine	100g	Varză à la Cluj	320g		
25 01	Diabet	Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
		Ceai, unt, br telemea, ou fiert, salam	200/20/ 50/50/ 50	Ciorbă de pește	350g/65g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/ 50g/50g/ 30g
		Pâine	50g	Porc in sost tomat: cartofi natur; sote fasole verde;salata varză	90/50/150/150 /100		
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
25 01	Diabet	laurt - supliment	130g	-	-	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert	200/20/ 20/50/ 50/	Ciorbă de pește	350g/65g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/ 50g/50g/ 30g
		Pâine	100g	Varză à la Cluj	320g		
		Pâine	100g	Pâine	100g	pâine	50g
25 01	Diabet	laurt - supliment	130g	-	-	laurt - supliment	130g
		Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert	200/20/ 20/50/ 50/	Ciorbă de pește	350g/65g	Salată vinete; unt; cașcaval; șuncă presată; măsline;	65g/30g/ 50g/50g/ 30g
		Pâine	100g	Varză à la Cluj	320g		
		Pâine	100g	Pâine	100g	pâine	50g