



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 13 04 – 19 04 2026

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRA- MAJ	PRÂNZ	GRAMAJ	CINĂ	GRAMAJ
13 04	Cmun	Ceai, unt, miere, cașcaval, ou fiert	200/20/ 20/50/50	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60g/	Piure cartofi, sos tomat si ficăței pui	250g/50g/12 0g
				Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	120/90/200g/ 50g	Castraveți Cozonac	50g 100g
				Pâine	100g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, salam, cașcaval, ou fiert	200/20/50 50/50	Ciorbă zarzavat cu pui dreasă cu ou	350g/50g	Piure cartofi, sote ciuperci, ficăței pui	150g/150g/1 20g
				Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea; ou românesc	120/90/200g/5 0g/50g	Castraveți	50g
				Pâine	50g	Pâine	50g
				Iaurt - supliment	130g	-	-
14 04	Cmun	Ceai, unt, gem, br topita, crenvurști	200/20/20/ 17,5/60	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/60g	Macaroane cu brânză telemea; pui	330g/100g
				Iahnie de fasole uscată cu kaizer	300g/75g		
				Gogoșari	50g		
				Pâine	100g	pâine	100g

	Diabet	Ceai, unt, br topita, crenvurști, cascaval	200/20/17, 5/60/50	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/50g	Pui; carotfi natur; sote ciuperci;	100g/150g1 50g
				Mâncare fasole verde cu porc	300g/120g	Castraveți	50g
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
15 04	Cmun	Ceai, unt, pateu, miere, br topită	200/20/50/ 20/17,5	Ciorbă de pește	350g/65g	Mâncare cartofi cu pui	350g/100g
				Pilaf cu carne pui	250g/100g	Castraveți	50g
				Salată varză	100g	desert	32g
		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, pateu, br topita, sunca	200/20/50/ 17,5/50	Ciorbă de pește	350g/65g	Pui; carotfi natur; sote fasole verde;	100g/150g1 50g
				Pilaf; sote brocoli; pui; Salată varză	150g/150g/10 0g/100g	Castraveți	50g
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
16 04	Cmun	Ceai, unt, gem, pateu, salam	200/20/ 20/50/50	Ciorbă de fasole uscată cu kaizer	350g/35g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	100g/200g/7 0g/70g/50g
				Spaghete bolognese	300g/110g		
		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	50g
	Diabet	Ceai, unt, pateu, salam, cașcaval	200/20/50/ 50/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea; ou românesc	100g/200g/7 0g/70g/50g/ 50g
				Piure cartofi, sote ciuperci, ficăței pui	150g/150g/12 0g		
				Salată varză	100g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	0g
			Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment
17 04	Cmun	Ceai, unt, miere, br topită, șuncă	200/20/20/ 17,5/50	Supă de roșii cu fidea și carne pui	300g/50g	Pilaf sârbesc cu ficăței pui	300g/120g
				Varză cu porc 150g și mămăliguță	350g/90g/200 g	Castraveți	50g
		Pâine	100g	pâine	50g	Desert	32g
						pâine	100g

	Diabet	Ceai, unt, șuncă br topită, cașcaval	200/20/50/ 17,5/50	Supă de roșii cu fasole verde; pui	300g/50g	Pilaf sârbesc; sote fasole verde; ficăței pui;	150g/150g/1 20g
				Varză cu porc; mămăliguță	350g/90g/200 g	Castraveți	50g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
18 04	Cmun	Ceai, unt, gem, pate, cașcaval	200/20/ 20/50/50	Ciorbă zarzavat cu perișoare	350g/65g	Salată orientală cu pui	300g/100
				Ciulama cu ciuperci, pui și mămăliguță	270g/100g/20 0g		
		Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, șuncă, pate, cașcaval	200/20/50/ 50/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pui; carotfi natur; sote brocoli;	100g/150g/1 50g
				Mâncare de dovlecei cu pui	300g/100g	Castraveți	50g
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g	
19 04	Cmun	Ceai, unt, miere, br topita, crenvurști	200/20/20/ 17,5/60	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60g/	Salată vinete; unt; măslina;șuncă; cașcaval;	65g/20g/30g /50g/50g
				Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	120/90/200g/ 50g	Desert	32g
		Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, br topita, crenvurști, salam	200/20/ 17,5/60/50	Ciorbă zarzavat cu pui dreasă cu ou	350g/50g	Salată vinete; unt; măslina; cașcaval;	65g/20g/30g /50g/50g
				Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea; ou românesc	120/90/200g/5 0g/50g	șuncă;	
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g	

Întocmit: As. Medical: Sfințescu Ani