



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) SĂPTĂMÂNA 27 04 – 03 05 2026

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRA- MAJ	PRÂNZ	GRA- MAJ	CINĂ	GRA- MAJ
27 04	Co- mun	Ceai, unt, pateu, gem, br topită	200/20/50/ 20/17,5	Ciorbă de zarzavat cu pui Iahnie fasole uscată cu kaizer	350g/50g 300g/75g	Pui; mămăliguță; vacii; smântână; telemea	100g/200g/ 70g/70g/50g
		Pâine	100g	Salată varză pâine	100g 100g	Desert pâine	32g 50g
		Ceai, unt, pateu, br topita, sunca	200/20/50/ 17,5/50	Ciorbă de zarzavat cu pui Pui; cartofi natur; sote fasole verde; Salată varză	350g/50g	Pui; mămăliguță; vacii; smântână; telemea; ou românesc	100g/200g/ 70g/70g/50g/ 50
28 04	Co- mun	Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	0g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Co- mun	Ceai, unt, miere, br topita, crenvurști	200/20/20/ 17,5/60	Ciorbă zarzavat cu carne pui Mâncare mazăre și cartofi; porc	350g/50g 350g/90g	Macaroane cu brânză telemea; pui	330g/100g

	Pâine	100g	Gogoşari pâine	50g	pâine	100g
Dia- bet	Ceai, unt, br topita, crenvurşti, caşcaval	200/20/17, 5/60/50	Ciorbă zarzavat cu pui Mâncare spanac cu porc; ou româneşc	100g 350g/50g 300g/120g	Pui; cartofi; sote brocoli Salată varză	100/150g/150g 100g
	Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
	Ceai, unt, br telemea, măsline, ou fiert	200/20/50/ 30/50	Ciorbă zarzavat cu perişoare Pilaf cu carne porc	350g/65g 250g/120g	Pui; mămăliguţă; br vacii; smântână; br telemea	100g/200g/ 70g/70g/50g
29 04	Pâine	100g	Salată varză	100g	Desert	32g
	Ceai, unt, br telemea, măsline, ou fiert, şuncă	200/20/50/ 30/50/50	Ciorbă zarzavat cu porc Pilaf; sote ciuperci, porc	100g 350g/60g 150g/150g/ 120g	pâine Pui; mămăliguţă; br vacii; smântână; br telemea; ou româneşc	50g 100g/200g/ 70g/70g/50g/ 50
	Pâine	50g	Salată varză	100g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
30 04	Ceai, unt, miere, pateu, salam	200/20/20/ 50/50	Ciorbă a la russè cu porc Spaghete bolognese	350g/60g 300g/110g	Mâncare de cartofi; pui Castraveţi	350g/100g 50g
	Pâine	100g		100g	pâine	100g
	Ceai, unt, pateu, salam, caşcaval	200/20/50/ 50/50	Ciorbă a la russè cu porc	350g/60g	Pui; sote fasole verde; sote brocoli	100g/150g/150g 50g
	Pâine	50g	Piure cartofi, sote ciuperci, ficăţei pui	250g/50g/120g	Castraveţi	50g
01 05	Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
	Ceai, unt, gem, br topită, şuncă, măsline	200/20/20/ 17,5/50/30	Ciorbă fasole uscată; kaizer Tochitură din porc; mămăliguţă; br. telemea	350g/35g 120/90/200g/ 50g	Pilaf sârbesc cu pui Gogoşari Desert	300g/100g 50g 32g

	Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
Dia- bet	Ceai, unt, br topită, șuncă, măsline, cașcaval	200/20/ 17,5/50/30/ 50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pilaf sârbesc ; sote ciuperci; pui	150g/150g/ 100g
	Pâine	50g	Tochitură porc; mămăligă; br. Telemea; ou românesc	120/90/200g/ 50g/50g	Gogoșari	50g
Co- mun	Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Ceai, unt, gem, pate, cașcaval	200/20/20/ 50/50	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/60g	Salată orientală cu pui	300g/100
	Pâine	100g	Ciulama cu ciuperci și pui mămăliguță	270g/100g/ 200g		
	Ceai, unt, șuncă, pate, cașcaval	200/20/50/ 50/50	Ciorbă de zarzavat cu porc	50g	Pâine	100g
Dia- bet	Pâine	50g	Pui în sos tomat cu mămăliguță și br telemea	100g/50g/ 200g/50g	Pui; cartofi natur; sote brocoli	100g/150g/ 150g
	Pâine	50g	Pâine	50g	castraveți	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	pâine	50g
	Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert	200/20/20/ 50/50	Supă cu găluște griș și pui Porc; sos tomat; cartofi natur	260g /60g/50g 90g/50g/200g	Salată vinete; unt; măsline; cașcaval; șuncă;	65g/20g/30g/ 50g/50g
	Pâine	100g	gogoșari	50g	Desert	32g
Co- mun	Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
	Ceai, unt, salam, br telemea, ou fiert	200/20/50/ 50/50	Ciorbă de zarzavat cu pui Porc în sos tomat; cartofi natur; sote fasole verde	350g/50g 90g/50g/150g/ 150g	Salată vinete; unt; măsline; cașcaval; șuncă;	65g/20g/30g/ 50g/50g
	Pâine	50g	gogoșari	50g	pâine	50g
02 05	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
03 05	Pâine	50g	-	-	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical:

Sfințescu Ani