

 	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 04 05 – 10 05 2026

DA-TĂ	RE-GIM	MIC DEJUN	GRAMAJ	PRÂNZ	GRAMAJ	CINĂ	GRAMAJ
04 05	Co-mun	Ceai, unt, pateu, gem, br topită, cașcaval	200/30/50/20/17,5/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Piure cartofi, sos tomat și ficăței pui	250g/50g/120g
				Iahnie fasole uscată cu kaizer	300g/75g	Salată varză	100g
				Castraveți	50g	Desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	100g
	Dia-bet	Ceai, unt, pateu, br topita, sunca, cașcaval	200/30/50/17,5/50/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Piure cartofi 150g; sote ciuperci 150g; ficăței pui	150g/150g/120g
				Mâncare de conopidă cu pui	350g/100g	Salată varză	100g
				Pâine	50g	Pâine	50g
Iaurt - supliment				130g	-	Iaurt - supliment	130g
05 05	Co-mun	Ceai, unt, miere, br topita, crenvurști, măslina	200/30/20/17,5/60/30	Ciorbă de zarzavat cu perișoare	350g/65g	Macaroane cu sos, ciuperci și pui gratinate cu cașcaval	310g/100g/10g
				Pește în sos tomat; mămăliguță	130/50g/200g	Desert	32g
				Pâine	100g	Pâine	50g

	Dia- bet	Ceai, unt, br topita, crenvurști, cascaval, măslin	200/30/ 17,5/60 /50/30	Ciorbă de dovlecei cu pui	300g/50g	Pui; cartofi; sote broccoli	100/150g/15 0g
				Pește în sos tomat; mămăliguță	130/50g/200g	Salată varză	100g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
06 05	Co- mun	Ceai, unt, br telemea, gem, ou fiert, salam	200/30/ 50/20/5 0/50	Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	100g/200g/7 0g/70g/50g
				Varză cu porc și mămăliguță	350g/120g/200 g	Desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	100g
	Dia- bet	Ceai, unt, br telemea, măslin, ou fiert, șuncă,	200/30/ 50/ 30/50/ 50	Supă de roșii cu fasole verde și pui	300g/50g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea; ou românesc	100g/200g/7 0g/70g/50g/ 50
				Varză cu porc și mămăliguță	350g/120g/200 g		
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	0g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
07 05	Co- mun	Ceai, unt, pateu, salam, cașcaval, miere	200/30/ 50/50/ 50/20	Ciorbă a la russè cu porc	350g/60g	Macaroane cu brânză telemea; pui	330g/100g
				Chifteluțe; piure cartofi; sos	120g/200g/50g		
				Salată varză	100g	Desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	100g
	Dia- bet	Ceai, unt, br topită, salam, măslin, cașcaval	200/30/ 17,5/50 /30/50/	Ciorbă a la russè cu porc	350g/60g	Mâncare de spanac cu pui și ou românesc	300g/100g/5 0g
				Porc; piure; sote fasole verde	12g/150g/150g		
				Salată varză	100g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
08 05	Co- mun	Ceai, unt, gem, br topită, șuncă, măslin,	200/30/ 20/17,5	Ciorbă fasole uscată; kaizer	350g/70g	Salată orientală cu pui	P300g/100
				Pilaf cu ficăței pui	250g/120g		
				Salată varză	100g	Desert	32g

			/50/30/ 50				
		Pâine	100g	pâine	100g	Pâine	100g
	Dia- bet	Ceai, unt, șuncă, br topită, cașcaval, măsline,	200/30/ 50/17,5 /50/30	Ciorbă de zarzavat cu carne pui	350g/50g	Mâncare de dovlecei cu pui	300g/100g
Pilaf; sote brocoli; ficăței pui				150g/150/120g			
Salată varză				100g	-		
Pâine		50g	Pâine	100g	Pâine	50g	
		Iaurt - supliment	130g			Iaurt - supliment	130g
09 05	Co- mun	Ceai, unt, miere, pate, cașcaval, crenvurști	200/30/ 20/50/ 50/60	Ciorbă de pește	350g/65g	Mâncare de conopidă cu pui	350g/100g
				Spaghete bolognese	300g/110g	Desert	32g
		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g
	Dia- bet	Ceai, unt, cașcaval br topită, pate, crenvurști	200/30/ 50/17,5 50/60	Ciorbă de pește	350g/65g	Mâncare de fasole verde cu pui	300g/100g
				Pui; cartofi natur; sote ciuperci	100g/150g/150 g		
				Salată varză	100g		
Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g		
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
10 05	Co- mun	Ceai, unt, gem, br telemea, ou fiert, salam	200/30/ 20/ 50/50/5 0	Supă cu găluște griș și pui	260g /60g/50g	Salată vinete; unt; măsline; cașcaval; șuncă;	65g/30g/30g /50g/50g
				Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	120/90/200g/5 0g	Desert	32g
		Pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
	Dia- bet	Ceai, unt, salam, br telemea, ou fiert, măsline	200/30/ 50/ 50/50/ 30	Tochitură porc; mămăligă; br. Telemea; ou românesc	120/90/200g/5 0g/50g	Salată vinete; unt; măsline; cașcaval; șuncă; br topită	65g/20g/30g /50g/50g
				Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	120/90/200g/ 50g		
			Pâine	50g	Pâine	50g	pâine

		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
--	--	-------------------	------	---	---	-------------------	------

Întocmit: As. Medical: Sfințescu Ani