

		<p align="center"><b>MINISTERUL SĂNĂTĂȚII</b> SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD</p> <p>Aleea Specială nr.1, Tel. 0241/741082, Fax 0241/741117, E-mail secretariat@efosan.ro Cod fiscal 4300817</p>	 
---	---	---	---

**Aprobat,**  
**Manager: Dr. Covaleov Anatoli Eugen**

### TABEL MENIURI REGIMURI ALIMENTARE (COMUN ȘI DIABET)

**SĂPTAMĂNA 08 06 – 14 06 2026**

DA-TĂ	RE-GIM	MIC DEJUN	GRA-MAJ	PRÂNZ	GRA-MAJ	CINĂ	GRA-MAJ
08 06	Cmun	Ceai, unt, pateu, br gem, br topită, măsline	200/20/50/ 20/17,5/30	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	Piure cartofi, sos tomat și ficăței pui; Salată varză	250g/50g/ 120g/100
		Pâine	100g	Iahnie de fasole uscată cu kaizer	300g/75g	Desert	32g
		Pâine	100g	Gogoșari	50g	Pâine	100g
09 06	Diabet	Ceai, unt, pateu, br topita, sunca, măsline	200/20/50/ 17,5/50/30	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	Piure cartofi, sote ciuperci, ficăței pui	150g/150g/ 120g
		Pâine	50g	Mâncare de dovlecei cu porc	300g/90g	Salată varză	100g
		Iaurt - supliment	130g	Pâine	100g	Pâine	50g
09 06	Cmun	Ceai, unt, miere, cașcaval; br topita,	200/20/20/ 50/17,5/60	Supă de roșii cu fidea și carne pui	300g/50g	Macaroane cu brânză telemea; pui	330g/75g
				Varză cu porc și mămăliguță	350g/90g/200		

	crenvurști				g	Desert	32g
<b>Diabet</b>	Pâine	100g	Pâine		50g	Pâine	100g
	Ceai, unt, br topita măsline, crenvurști, cașcaval	200/20/30 17,5/60/50	Supă de roșii cu fasole verde; pui Varză cu porc și mămăliguță		300g/50g 350g/90g/ 200g	Pui; cartofi natur; sote broccoli; castraveți	100g/150g 150g/50g
	Pâine	50g	Pâine		50g	Pâine	50g
	laurt - supliment	130g	-		-	laurt - supliment	130g
<b>Cmun</b>	Ceai, unt, gem, pateu, salam, br telemea	200/20/20/ 50/50/50	Ciorbă de fasole uscată cu kaizer Spaghete bolognese		350g/35g 300g/110g	Pilaf cu ficăței pui Castraveți	250g/120g 50g
	Pâine	100g	pâine		100g	Desert	32g
	Ceai, unt, pateu, salam, cașcaval, br telemea	200/20/50/ 50/50/50	Ciorbă de pui dreasă cu ou Sote ciuperci/sote fasole verde/pui Salată varză		350g/50g 150/150/75 100g	Pilaf/sote broccoli/ficăței pui/ castraveți	150g/150g/ 120g/50g
	Pâine	50g	Pâine		100g	Pâine	50g
<b>11</b> <b>06</b>	laurt - supliment	130g	-		-	laurt - supliment	130g
	Ceai, unt, miere, br topită, șuncă, ou fiert	200/20/20/ 17,5/50/50	Ciorbă de zarzavat cu carne pui Mâncare de mazăre și cartofi cu carne porc		350g/50g 350g/90g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	75g/200g/ 70g/70g/ 50g
	Pâine	100g	Pâine		100g	Desert	32g
	Ceai, unt, șuncă br topită, cașcaval, ou fiert	200/20/50/ 17,5/50/50	Ciorbă de zarzavat cu carne pui Mâncare de spanac cu porc;		350g/50g 300g/90g/	Pâine	50g
<b>Diabet</b>	Pâine	50g	Pâine		50g	Pâine	0g
	laurt - supliment	130g	-		-	laurt - supliment	130g
	Ceai, unt, gem, pate, cașcaval, măsline	200/20/20/ 50/50/30	Ciorbă de pește Chifteluțe cu piure cartofi și sos Salată varză		350g/65g 120g/200g/50 100g	Pilaf sârbesc cu pui; gogoșari	300g/100g/ 50g
	Pâine	100g	Pâine		100g	Desert	32g
<b>12</b> <b>06</b>	Pâine					Pâine	100g

<b>Diabet</b>	Ceai, unt, șuncă, pate, cașcaval, măslină	200/20/50/ 50/50/50	Ciorbă de pește	350g/65g 280g/50g	Pilaf sârbesc; sote dovlecei; pui	150g/150g/ 100g
	Pâine	50g	Musaca de dovlecei și sos tomat	100g	Gogoșari	50g
	laurt - supliment	130g	Pâine	100g	Pâine	50g
	Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert, măslină	200/20/20/ 50/50/30	-	-	laurt - supliment	130g
<b>Cmun</b>	Pâine	100g	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/60g	Mâncare conopidă cu pui	350g/100g
	Ceai, unt, măslină, br telemea, ou fiert, șuncă	200/20/30/ 50/50/50	Ciulama cu ciuperci, pui și mămăliguță	270g/750g/20 0g	Desert	32g
	Pâine	100g	Pâine	50g	pâine	100g
	laurt - supliment	130g	Cartof natur/sote broccoli/porc	150g/150g/90	Mâncare dovlecei cu pui	350g/100
<b>Diabet</b>	Pâine	50g	Salată varză	100g		
	laurt - supliment	130g	Pâine	100g	pâine	50g
	Ceai, unt, gem, br topită, crenvurști, salam	200/20/20/ 17,5/60/50	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60	Salată vinete; unt; măslină; cașcaval; șuncă; br topită	65g/20g/30 g/50g/50g/ 17,5g
	Pâine	100g	Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	120/90/200g/ 50g	Desert	32g
<b>Cmun</b>	Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	100g
	laurt - supliment	130g	Ciorbă de cu pui dreașă cu ou	350g/50g	Salată vinete; unt; măslină; cașcaval; șuncă; br topită	65g/20g/30 g/50g/50g/ 17,5g
	Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert, șuncă	200/20/20/ 17,5/60/50	Tochitură din porc; mămăliguță; br. Telemea; ou românesc	120/90/200g/5 0g/50g		
	Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
<b>Diabet</b>	laurt - supliment	130g	-	-	laurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical:  
Sfințescu/Ani

