

 	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 01 06 – 07 06 2026

DA-TĂ	RE-GIM	MIC DEJUN	GRAMAJ	PRÂNZ	GRAMAJ	CINĂ	GRAMAJ	
01 06	Cmun	Ceai, unt, salam, gem, sunca	200/30/50/ 20/50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/50g	Paste cu branza telemea si pui	330g/70g/ 120g	
				Iahnie fasole uscată cu kaizer	300g/100g			
				Castraveti in otet	50g			
		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g	
	Diabet	Ceai, unt, salam, masline, sunca	200/30/50/ 30/50	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	Ciorbă de zarzavat cu carne porc	350g/60g	Pui cu cartofi natur si sote broccoli	120g/120g/ 120g
					Mâncare de dovlecei cu pui	300g/90g		
Salata de varza					100g			
	Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g		
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g		
02 06	Cmun	Ceai, unt, miere, pate, ou fiert	200/30/20/ 50/50	Ciorbă de fasole uscata cu kaizer	350g/60g	Pui; mămliguță; br vaci; smântână; br telemea	120g/200g /70g/70g/50 g	
				Chiftelute cu piure de cartofi si	120g/200g/50g			

				sos			
				Salată varză	100g		
		Pâine	100g	pâine	100g	pâine	50g
	Diabet	Ceai, unt, pate, ou fiert, masline	200/30/50/50/30	Ciorbă de spanac cu pui	300g/50g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea; ou românesc	120g/200g/70g/70g/50g/50
				Pui cu piure de cartofi si sote ciuperci	120g/150g/120g		
				Salată varză	100g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	0g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
03	Cmun	Ceai, unt, gem, br.topita, salam	200/30/20/17.5/50	Ciorbă a la russe	350g	Piure de cartofi,sos tomat si ficatei pui	250g/50g/120g
06				Pilaf cu carne porc	250g/120g	Desert	32g
				Gogosari in otet	50g	pâine	100g
		Pâine	100g	pâine	100g		
	Diabet	Ceai, unt, br.topita , salam, cașcaval	200/30/17.5/50/50	Ciorbă a la russe	350g/50g	Piure de cartofi,sos tomat si ficatei pui	250g/50g/120g
				Pilaf cu carne porc si sote broccoli	150/150/120	Sote de ciuperci	120g
				Gogosari in otet	50g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
04	Cmun	Ceai, unt, miere, pate, sunca	200/30/20/50/50	Ciorba de zarzavat cu perisoare	350g/65g	Paste branza telemea si pui	330g/120g
				Peste in sos tomat cu mămăliguță	130g/50g/200g	desert	32g
		pâine	100g	pâine	50g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, pate, sunca, cașcaval	200/30/50/50/50	Ciorba de zarzavat cu pui	350g/50g	Pui cu cartofi natur si sote ciuperci	120g/120g/120g
				Peste in sos tomat cu mamaliguta	130g/50g/200g	Gogosari in otet	50g
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g

		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g				
05 06	Cmun	Ceai, unt, gem, br.topita, salam	200/30/20/ 17.5/50	Ciorbă a la russe cu pui	300g/50g	Pilaf sarbesc cu ficatei pui	300g/120g				
				Mancare de mazare cu cartofi si pui	350g/150g/100g/ 120g						
			Pâine	100g	pâine	100g	pâine	100g			
	Diabet	Ceai, unt, br.topita, salam, masline	200/30/17. 5/50/30	Ciorbă a la russe cu pui	350g/65g	Pilaf sarbesc cu ficatei pui	300g/120g				
								Mâncare de spanac cu pui	300g/120g	Sote ciuperci	150g
								Pâine	50g	Pâine	100g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g				
06 06	Cmun	Ceai, unt, miere, sunca, cascaval	200/30/20/ 50/50	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60g/	Salată orientală; pui	300g/120g				
				Spaghete bolognese	300g/110g			Desert	32g		
				Pâine	100g			pâine	100g		
	Diabet	Ceai, unt, sunca, cascaval, br.topita	200/30/50/ 50/17.5g	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/ 50g	Mancare de dovlecei cu pui	300g/120g				
								Pui cu cartofi natur si sote broccoli	120g/120g/120g		
								Gogosari in otet	50g		
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g				
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g				
07 06	Cmun	Ceai, unt, gem, salam, masline	200/30/20/ 50/30	Ciorbă de peste	350g/65g	Salată vinete; unt; br.topita; cașcaval; șuncă;	65g/30g/17. 5/50g/50g				
				Tochitura cu porc,branza telemea si mămăliguță	120/90g/200g/ 50g						
				Pâine	100g			pâine	50g	pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, salam, cașcaval,masline	200/30/ 50/50/300	Ciorbă de peste	350g/65g	Salată vinete; unt; br.topita; cașcaval; șuncă;	65g/30g/17. 5/50g/50g				
								Tochitura cu porc, branza telemea si mămăliguță	120/90g/200g/ 50g		
		Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g				

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

Întocmit: As.Sef:
Maxim Liliana