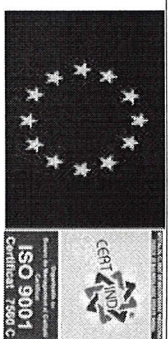
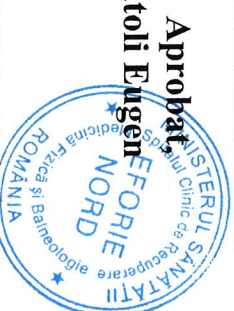


MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
SPIITALUL CLINIC DE RECUPERARE
MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD

Aleca Specială nr.1, Tel. 0241/741082,
 Fax 0241/741117,
 E-mail secretariat@efosan.ro
 Cod fiscal 4300817



Manager: Dr. Covaleov Anatoli Eugen
TABEL MENIURI REGIMURI ALIMENTARE
(COMUN ȘI DIABET) SĂPTAMÂNĂ 06 07 – 12 07 2026



DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRA- MAJ	PRÂNZ	GRA-MAJ	CINĂ	GRA-MAJ
06 07	Co- mun	Ceai, unt, miere, br topită, pateu, mășline	200/30//20 17,5/50/30	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Piure cartofi, sos tomat si ficăței pui	250g/50g/120 g
				Iahnie fasole uscată cu salam crutoane	300g/70g		
				Gogoșari	50g		
				Gogoșari	50g		50g
				Desert	32g		32g
07	Diabet	Ceai, unt, pateu, br topita, cașcaval, mășline	100g 200/30/50/ 17,5/50/30	Pâine	100g	Pâine	100g
				Ciorbă zarzavat cu carne pui	350g/50g	Piure cartofi, sote ciuperci; ficăței pui	150g/150g/12 0g
				Mâncare spanac cu pui	300g/100g	Salată varză	100g
				Pâine	100g		50g
				Pâine	100g		50g
				Laurt - supliment	-	Laurt - supliment	130g
07	Co- mun	Ceai, unt, gem, br topita, cren-vurști, Pâine	200/30/20/ 17,5/60 100g	Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Pâine	300g/100g/ 50g
				Varză cu porc; mămăliguță	350g/90g/200g		
				Pâine	50g		
				Desert	32g		32g
				Pâine	50g		50g

	Diabet	Ceai, unt, br topiță, crenvurști, cașcaval,	200/30/17,5/60/50	Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Pilaf sârbesc; sote broccoli 150g; pui	150g/ 150g/100g/50g
		Pâine	50g	Varză cu porc; mămăliguță	350g/90g/200g	Castraveți	50g
		Laurt - supliment	130g	Pâine	50g	pâine	0g
				-	-	Laurt - supliment	130g
08	Co-mun	Ceai, unt, miere, salam, cașcaval,	200/30/20/50/50	Ciorbă a la russè cu porc	350g/60g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	100g/200g/70g/70g/50g
				Chiftelute; piure cartofi și sos	120g/200g/50g	Laurt	130g
		Pâine	100g	Salată varză	100g	Laurt	50g
				Pâine	100g	Pâine	50g
Diabet		Ceai, unt, br topiță, salam, cașcaval	200/30/17,5/50/50	Ciorbă a la russè cu porc	350g/60g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea; ou românesc	100g/200g/70g/70g/50g/50g
				Mâncare de dovleci cu pui	300g/100g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	Pâine	0g
				-	-	Laurt - supliment	130g
09	Co-mun	Ceai, unt, gem, br telemea, ou fiert,	200/30/20/50/50	Ciorbă fasole uscată cu kaizer	350g/35g	Mâncare de cartofi; pui	350g/100g/50g
				Pilaf cu carne porc	250g/120g	Castraveți	50g
		Pâine	100g	Salată varză	100g	Desert	32g
				Pâine	100g	Pâine	100g
Diabet		Ceai, unt, br telemea, măsline, ou fiert,	200/30/50/30/50/	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Mâncare de fasole verde cu pui	300g/100g
				Pilaf; sote ciuperci; porc	250g/120g	Castraveți	50g
		Salată varză		Salată varză	100g	Castraveți	50g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Laurt - supliment	130g	-	-	Laurt - supliment	130g
10	Co-mun	Ceai, unt, miere, br topiță, suncă,	200/30/30/17,5/50	Ciorbă de perișoare	350g/65g	Macaroane cu brânză	330g/100g
				Pește în sos tomat, mămăligă	130/50g/200g	Desert	32g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	100g

	Diabet	Ceai, unt, măsline, șuncă, br topită,	200/30/30/ 50/17,5	Ciorbă de dovlecei cu pui dreasă cu ou	300g/50g	Pui; cartofi natur; sote fasole verde;	100g/150g/15 0g
		Pâine	50g	Pește în sos tomat; mămăligă	130/50g/200g	Salată varză	100g
		Laurt - supliment	130g	Pâine	50g	pâine	50g
		Ceai, unt, gem, crenvurști, br topită	200/30/20/ 60/17,5	Ciorbă zarzavat cu carne pui	350g/50g	Laurt - supliment	130g
11 07	Co- mun	Paîne	100g	Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	120/90/200g/ 50g	Desert	32g
		Pâine	100g	pâine	50g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, cașcaval crenvurști, br topită,	200/30/50/ 60/17,5	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Pui; sote ciuperci; pilaf	100g/150g/15 0g
		Pâine	50g	Tochitură din porc; mămăliguță; br. Telemea; ou românesc	120/90/200g/5 0g/50g	Salată varză	100g
		Laurt - supliment	130g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Ceai, unt, gem, br telemea, ou fiert,	200/30/20/ 50/50	Supă de pui cu găluște griș	260g/ 50g /60g/	Laurt - supliment	130g
12 07	Co- mun	Paîne	100g	Cartofi la tava cu porc	250g/100g	Salată salam;	65g/20g/30g/5 0g/50g
		Paîne	100g	Salata varză	100g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, salam, br telemea, ou fiert	200/30/50/ 50/50/	Ciorbă zarzavat cu carne porc	350g/60g	Salată salam;	65g/20g/30g/5 0g/50g
		Pâine	50g	Cartofi la tava 150g/ sote brocoli 150g/ porc	150g/150g/120 g	Salată salam;	65g/20g/30g/5 0g/50g
		Laurt - supliment	130g	Pâine	100g	Pâine	50g
				-	-	Laurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical: Sfințescu Ani