

	MINISTERUL SĂNĂTĂȚII SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE MEDICINĂ FIZICĂ ȘI BALNEOLOGIE EFORIE NORD		
	Alea 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 14 09 – 20 09 2026

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRA- MAJ	PRÂNZ	GRA-MAJ	CINĂ	GRA-MAJ
14 09	Co- mun	Ceai, unt, miere, br topită, salam,	200/20//20 17,5/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Piure cartofi, sos tomat si ficăței pui	250g/50g/ 120g
		Pâine	100g	Iahnie fasole uscată cu kaizer Castraveți	300g/70g	Salată varză	100g
		Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, salam, cașcaval, br topita,	200/20/50/ 50/17,5	Ciorbă zarzavat cu carne pui	350g/50g	Piure cartofi, sote ciuperci; ficăței pui	150g/150g/ 120g
15 09	Co- mun	Pâine	50g	Mâncare dovlecei cu pui	300g/100g	Salată varză	100g
		Pâine	50g	Pâine	100g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Diabet	Ceai, unt, gem, br topita, crenvurști,	200/20/20/ 17,5/60	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/50g	Mâncare de cartofi;pui	350g/100g/ 100g
		Pâine	100g	Ciulama cu ciuperci și pui; mămăliguță	270g/100g/ 200g	Salată varză Desert	
	Diabet	Ceai, unt,	200/20/	Pâine	50g	Pâine	50g
		br topita, crenvurști,	17,5/60/30	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/50g	Cartofi natur; sote	150g/ 150g/ 100g/
				Tochitură din porc;	120/90/200g/	broccoli; pui	

	măslina		mămăligă; br. telemea; ou românesc	50g/50g	Salată varză	100g
	Pâine	50g	Pâine	50g	pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
16 09	Ceai, unt, miere, salam, măslina	200/20/20/ 50/30	Ciorbă de pește	350g/65g	Salată orientală cu pui	300g/100
			Paste bolognese	300g/110g		
	Pâine	100g	Pâine	100g	Iaurt	130g
	Ceai, unt, salam, cașcaval, măslina	200/20//50 /50/30	Ciorbă de pește	350g/65g	Pâine	100g
17 09	Pâine	50g	Pilaf; sote ciuperci; pui; Salată varză	150g/150g/100 100g	Mâncare de spanac; ou românesc ;pui	300g/50g 100g
	Iaurt - supliment	130g	Pâine	100g	Pâine	50g
	Ceai, unt, gem, br telemea, ou fiert,	200/20/20/ 50/50	Ciorbă de perișoare	350g/65g	Iaurt - supliment	130g
	Pâine	100g	Pește marinat; cartofi natur	130g/200g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	100g/200g/ 70g/70g/50g
18 09	Ceai, unt, br telemea, măslina, ou fiert,	200/20/50/ 30/50/	Pâine	100g	Desert	32g
	Pâine	50g	Ciorbă de dovlecei cu pui dreasă cu ou	300g/50g	Pâine	50g
	Iaurt - supliment	130g	Pește marinat; cartofi natur	130g/150g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	100g/200g/ 70g/70g/50g
	Ceai, unt, miere, br topită, suncă, Pâine	200/20/30/ 17,5g/50g 100g	Pâine	100g	Pâine	0g
18 09	Ceai, unt, miere, br topită, suncă, Pâine	200/20/30/ 17,5g/50g 100g	Supă de roșii cu fidea și pui	-	Iaurt - supliment	130g
			Varză cu porc; mămăliguță	300g/50g	Pilaf sârbesc cu ficăței pui; gogoșari	300g/120g 50g
			Pâine	50g	Pâine	100g
	Ceai, unt, șuncă, br topită, cașcaval,	200/20/50/ 17,5/50	Supă de roșii cu fasole verde și pui	300g/50g	Pilaf sârbesc; sote ciuperci; ficăței pui; Gogoșari	150g/150g/ 120g 50g
			Varză cu porc; mămăliguță	350g/90g/150g	Gogoșari	50g

		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
19 09	Co- mun	Ceai, unt, gem, br telemea, ou fiert,	200/20/20/ 50/50	Ciorbă de zarzavat cu pui [*] Varza a la Cluj	350g/50g 320g	Macaroane cu brânză telemea; pui Desert	330g/100g 32g
		Pâine	100g	Salata varză pâine	100g 100g	Pâine	100g
		Ceai, unt, salam, br telemea, ou fiert	200/20/50/ 50/50/	Ciorbă de zarzavat cu pui Musaca de dovlecei și sos tomat	350g/50g 280g/50g	Pui; cartofi natur; sote brocoli;	100g/150g/ 150g
		Pâine	50g	Salata varză Pâine	100g 100g	Castraveți	50g
20 09	Co- mun	Iaurt - supliment	130g	-	-	Pâine	50g
		Ceai, unt, gem, crenvurști, br topită	200/20/20/ 60/17,5	Supă de pui cu găluște griș Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea	260g/ 50g /60g/ 120/90/200g/ 50g	Salată vinete; unt; măslina; cașcaval; șuncă;	65g/20g/30g/ 50g/50g
		Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	100g
		Ceai, unt, cașcaval crenvurști, br topită,	200/20/50/ 60/17,5	Ciorbă de zarzavat cu pui Tochitură din porc; mămăliguță; br. telemea; ou românesc	350g/50g 120/90/200g/ 50g/50g	Salată vinete; unt; măslina; cașcaval; șuncă;	65g/20g/30g/ 50g/50g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g

Întocmit:

