

	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) SĂPTĂMÂNA 21 09 – 27 09 2026

DA- TĂ	RE- GIM	MIC DEJUN	GRA- MAJ	PRÂNZ	GRA-MAJ	CINĂ	GRA-MAJ
21 09	Co- mun	Ceai, unt, miere, măslina, cașcaval	200/20/20/ 30/50	Ciorbă de zarzavat cu porc	350g/50g	Mâncare de cartofi cu carne pui	350g/100g
				Iahnie fasole uscată cu kaizer	300g/75g		
	Diabet	Pâine	100g	Salată roșii	100g	Salată varză	100g
		Ceai, unt, măsline sunca, cașcaval	200/20/30/ 50/50	pâine	100g	Desert	32g
22 09	Co- mun	Pâine	50g	Ciorbă zarzavat cu carne porc	350g/50g	Cartofi natur, sote brocoli; pui	150g/150g/ 120g
		Iaurt - supliment	130g	Mâncare fasole verde cu porc	300g/90g	Salată varză	100g
	Diabet	Ceai, unt, br telemea, gem, ou fierț,	200/20/50/ 20/50	Pâine	100g	Pâine	50g
		Pâine	100g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Co- mun	Ceai, unt, br telemea, gem, ou fierț,	200/20/50/ 20/50	Ciorbă fasole uscată cu kaizer	350g/35g	Pilaf sârbesc cu ficăței pui	300g/120g
		Pâine	100g	Chifelte; piure cartofi și sos Castraveți	120g/200g/50g 50g	Salată varză	100g
	Diabet	Ceai, unt, br	200/20/50/ 20/50	pâine	100g	Pâine	100g
		Ceai, unt, br	200/20/50/ 20/50	Ciorbă spanac cu pui dreașă	300g/50g	Pilaf sârbesc; sote	150g/150g/ 150g/150g/

	telemea, măsline, ou fiert,	30/50/50	cu ou Musaca de dovlecei; sos	280g/50g	ciuperci; ficăței pui	120g
			Castraveți	50g	Salată varză	100g
			Pâine	100g	Pâine	50g
23 09	Ceai, unt, miere, br topita, crenvurști, măsline	200/20/20/ 17,5/60/30	Ciorbă de pește	350g/65g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea	100g/200g/ 70g/70g/50g
			Pilaf cu carne porc	250g/120g		
			Salată varză	100g	Desert	32g
Diabet	Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	50g
	Ceai, unt, br topita, crenvurști, cașcaval	200/20/17, 5/60/50/30	Ciorbă de pește	350g/65g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea; ou românesc	100g/200g/ 70g/70g/50g/ 50
	Pâine	50g	Salată varză	100g	pâine	0g
24 09	Ceai, unt, măsline, salam, cașcaval, gem	200/20/50/ 50/ 50/20	Supă de roșii cu fidea și pui	300g/50g	Macaroane cu sos, ciuperci si pui	310g/100g
			Varză cu porc, kaizer și mămăliguță	350g/90g/ 35g/200g		
	pâine	100g	pâine	50g	Pâine	100g
Diabet	Ceai, unt, br topită, șuncă, măsline, cașcaval	200/20/ 17,5/50/30 /50/	Supă roșii cu fasole verde; pui	300g/50g	Pui; cartofi natur; sote dovlecei;	100g; 150g; 150g;
			Varză cu porc, kaizer și mămăliguță	350g/90g/ 35g/200g	Gogoșari	50g
	Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
25 09	Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
	Ceai, unt, miere, br topită, șuncă, măsline 30g	200/20/20/ 17,5/50/30	Ciorbă de perișoare	350g/65g	Salată orientală cu pui	300g/100
	Pâine	100g	Ciulama cu ciuperci (30g), pui g și mămăliguță	270g/100g/ 200g		
Diabet			Pâine	50g	Pâine	100g
	Ceai, unt, șuncă, br topită, cașcaval,	200/20/50/ 17,5/50/30	Ciorbă a la russé cu porc	350g/65g	Pui; cartofi; sote fasole verde;	100g/150g/ 150g/
			Porc în sos tomat; mămăligă	130/50g/200g		

