MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE
MEDICINĂ FIZICĂ ŞI 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 23 11 – 29 11 2026

DATĂ	REGIM	MIC DEJUN	GRA-MAJ	PRÂNZ	GRA-MAJ	CINĂ	GRA-MAJ
23 11	Comun	Ceai, unt, pateu, br topită, salam	200/20/50/ 17,5/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Piure cartofi cu sos și ficăței pui	250g/50g/ 120g
				Iahnie de fasole uscată cu cârnați	300g/100g		
						Salată varză	100g
				Gogoșari	50g	Desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, salam, br topita, cașcaval, pateu	200/20/50/ 17,5/50/50	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Piure cartofi, sote ciuperci, ficăței pui	150g/150g/ 120g
				Mâncare de fasole verde; pui	300g/100g	Salată varză	100g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
24 11	Comun	Ceai, unt, miere, cremwurști, măsline	200/20/20/ 60/30	Ciorbă a la russè cu porc	350g/50g	Pui; mămăliguță; br vaci; smântână; br telemea;	100g/200g/ 70g/70g/50g
				Paste bolognese	300g/110g		
		Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	50g
	Diabet	Ceai, unt, măsline	200/20/30/	Ciorbă a la russè cu porc	350g/50g	Pui; mămăliguță; br	100g/200g/

		crenvurști, cașcaval,	60/50	Porc; cartofi natur; sote brocoli;	90g/150g/150g	vaci; smântână; br telemea; ou românesc	70g/70g/50g 50g
				Salată varză	100g		
		Pâine	50g	Pâine	100g	Pâine	0g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
25 11	**Co-mun**	Ceai, unt, gem, br telemea, ou fiert, pateu	200/20/20/ 50/50/50	Ciorbă de pește	350g/65g	Pilaf sârbesc cu ciuperci; pui;	300g/120g
				Tochitură din porc; cârnați; mămăliguță;	120/90/35g/ 200g/	Salată varză	100g
						Desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	50g
	Diabet	Ceai, unt, pateu, br telemea, ou fiert, măsline	200/20/50/ 50/50/30	Ciorbă de pește	350g/65g	Pilaf sârbesc; ciuperci sote; pui;	300g/120g
				Tochitură din porc; cârnați; mămăliguță; br. telemea;	120/90/35g/ 200g/50g		
						Salată varză	100g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
26 11	**Co-mun**	Ceai, unt, miere șuncă, br topită,	200/20/20/ 50/17,5	Ciorbă zarzavat cu perișoare	350g/65g	Mâncare de cartofi cu carne pui	350g/100g
				Pește în sos tomat cu mămăliguță	130/50g/200g	Salată varză	100g
		Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, br topită, șuncă, cașcaval,	200/20/ 17,5/50/50	Ciorbă zarzavat cu pui dreasă cu ou	350g/50g	Pui; cartofi natur; sote brocoli	100g/150g/ 150g
				Pește în sos tomat cu mămăliguță	130/50g/200g	Salată varză	100g
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
27 11	**Co-mun**	Ceai, unt, gem, cașcaval, salam,	200/20/20/ 50/50	Ciorbă fasole uscată; cârnați	350g/50g	Salată orientală; pui	300g/100
				Pilaf cu carne porc	250g/90g		
				Gogoșari	50g	Desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	100g

	Diabet	Ceai, unt, salam, caşcaval, pateu,	200/20/50/ 50/50	Ciorbă de spanac cu pui dreasă cu ou	350g/50g	Pui; cartofi natur; sote brocoli;	100g/150g/ 150g/
				Pilaf; sote ciuperci; porc	150/150g/90g		
				Gogoşari	50g	Castraveţi	50g
		Pâine	50g	Pâine	50g50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
28 11	**Co-mun**	Ceai, unt, miere, br telemea, ou fiert,	200/20/20/ 50/50	Supă de roşii cu fidea şi pui	300g/50g	Macaroane cu brânză telemea şi pui	330g/100g
				Varză cu kaizer	350g/105g/		
				Mămăliguţă	200g		
		Pâine	100g	Pâine	50g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, salam, br telemea, ou fiert,	200/20/50/ 50/50/	Supă roşii cu fasole verde; pui	300g/50g	Pui; cartofi natur; sote ciuperci	100g/150g/ 150g
				Varză cu kaizer;	300g/100g		
				Mămăliguţă	50g	Gogoşari	50g
		Pâine	50g	Pâine	100g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g
29 11	**Co-mun**	Ceai, unt, gem br topită, crenvurşti,	200/20/20 17,5 60/	Supă de pui cu găluşte griş	260g/ 50g /60g/	Salată vinete; unt; măsline; caşcaval; şuncă; br topită	65g/20g/30g/ 50g/50g/ 17,5g
				Cartofi la tavă cu cârnaţi	250g/100g		
				Salată varză	100g	desert	32g
		Pâine	100g	Pâine	100g	Pâine	100g
	Diabet	Ceai, unt, caşcaval crenvurşti, br topită,	200/20/50/ 60/17,5	Ciorbă de zarzavat cu pui	350g/50g	Salată vinete; unt; măsline; caşcaval; şuncă; br topită	65g/20g/30g/ 50g/50g/ 17,5g
				Cartofi la tavă; sote brocoli; cârnaţi	150g/150g/ 100g		
				Salată varză	100g		
		Pâine	50g	Pâine	50g	Pâine	50g
		Iaurt - supliment	130g	-	-	Iaurt - supliment	130g

Întocmit: As. Medical:

Sfi[redacted]