

IÎP Grădinița de copii Nr. 125



aprobat: _____ Director

Ursachi Aurelia

MENIU

Data: 20.10.2025

1	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
Dejun			
1	Terci din orz cu unt (zahăr)	1/100	1/131
2	Tartină cu cașcaval	1/45/14	1/176
3	Ceai de mușețel (zahăr)	1/200	1/8
Dejun II			
1	Fructe proaspete: prune	1/170	1/82
Prânz			
1	Salată din legume proaspete cu semințe de floarea soarelui (rosii, ardei, ulei, spanac)	1/50/5	1/66
2	Zeamă cu carne de pui și smântână (rădăcină de țelină, ceapă, morcov, ardei dulci, orez, roșii, verdeață, suc de lămâie)	1/200/5	1/139
3	Gulaș din carne de pui în sos roșu din legume (ceapă, morcov, făină, tomate)	1/100	1/161
4	Cuscus cu unt	1/100	1/121
5	Compot din fructe congelate: vișine (zahăr)	1/150	1/33
6	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/30	1/77
Cina			
1	Păpănași din brânză de vaci, semințe de in, magiun de gutuie (ouă, făină de grâu, griș, unt, ulei, zahăr, praf de copt)	1/120	1/300
2	Iaurt natural 2,5% fără adaos de zahăr	1/200	1/100

Preparatele culinare menționate în meniu pot conține substanțe cu caracter alergen (gluten, lactoză, urme de nuci, semințe, citrice) Asistenta medicală _____