

IÎP Grădinița de copii Nr. 125

Aprobat: _____ Director

Ursachi Aurelia
Nr. 125



MENIU

Data: 24.10.2025

1	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Ou fiert	1/52	1/74
2	Tartină cu unt, cașcaval	1/45/10/14	1/242
3	Lapte fiert cu cacao	1/200	1/116
	Dejun II		
1	Fructe proaspete: struguri	1/140	1/124
	Prânz		
1	Salată din legume proaspete cu semințe de susan (conopidă, roșii, ulei praz)	1/50	1/45
2	Supă cu arpacaș, legume și smântână (rădăcină de țelină, ceapă, morcov, ardei dulci, roșii, verdeață, ulei, sare)	1/200/5	1/102
3	Fileu de pește cu legume (morcov, ceapă, ulei, sare)	1/60	1/78
4	Pilaf din orez cu legume (orez, ceapă, morcov, tomate, ulei, sare)	1/100	1/113
5	Compot din fructe proaspete: struguri (zahăr)	1/150	1/28
6	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/30	1/77
	Cina		
1	Terci din fulgi de ovăz, stafide, unt (zahăr)	1/200	1/149
2	Covrigi fără grăsimi hidrogenizate	1/25	1/80
3	Ceai negru (zahăr, lămâie)	1/200	1/13

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