

# IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat: \_\_\_\_\_ Director

Aurelia Ursachi

## MENIU

Data: 13.01.2026

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
<b>Dejun</b>			
1	Terci din crupă de hrișcă cu unt	1/120	1/131
2	Biscuiți fără grăsimi	1/25	1/106
3	Lapte fiert cu cacao (zahăr)	1/200	1/95
<b>Dejun II</b>			
1	Fructe proaspete: banane	1/100	1/90
<b>Prânz</b>			
1	Salată vitaminoasă cu semințe de in	1/40/5	1/73
2	Borș cu sfeclă roșie și smântână	1/200/5	1/108
3	Pârjoală din fileu de pește cu sos alb (pâine, ceapă, lapte)	1/60/30	1/148
4	Pilaf din orez cu legume (orez, ceapă, morcov, roșii, ulei)	1/100	1/70
5	Compot din fructe uscate prune (zahăr)	1/150	1/48
6	Pâine din făină integrală	1/30	1/77
<b>Cina</b>			
1	Omletă naturală	1/70	1/108
2	Legume proaspete porționate:	1/30	1/30
3	Compot din fructe proaspete: mere	1/200	1/92

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

Asistenta medical \_\_\_\_\_