

# IPÎP Grădinița de Copii Nr. 125



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

Ursachi Aurelia

Nr. 125

## MENIU

Data: 23.01.2026

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	<b>Dejun</b>		
1	Terci din crupe de arnăut cu <b>unt</b>	1/120	1/131
2	Biscuiți fără grăsimi	1/25	1/106
3	<b>Lapte fiert</b> cu cacao (zahăr)	1/200	1/95
	<b>Dejun II</b>		
1	Fructe proaspete: <b>struguri</b>	1/120	1/143
	<b>Prânz</b>		
1	Legume proaspete porționate: ardei dulci	1/25	1/7,8
2	Supă cu mazăre și <b>smântână</b> (cartofi, ceapă, morcov, ulei, roșii proaspete, verdeață, tulpină de <b>țelină</b> )	1/200/5	1/108
3	Pârjoală din <b>fileu de pește</b> cu sos roșu (ceapă, făină, morcov, tomate)	1/70/30	1/148
4	Piure de cartofi ( <b>lapte, unt</b> )	1/100	1/96
5	Compot din fructe uscate mere (zahăr)	1/150	1/48
6	Pâine din făină integrală	1/30	1/77
	<b>Cina</b>		
1	<b>Ou fiert</b>	1/50	1/74,6
2	Salată din varză Pekin, porumb conservat, roșii proaspete, semințe de susan, ulei de floarea soarelui nerafinat	1/100/5	1/107
3	<b>Tartină cu brânză cu cheag tare 45% grăsime</b>	1/43	1/114
4	Ceai negru (zahăr)	1/200	1/92

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

Asistent medical \_\_\_\_\_