

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat de Director

Ursachi Aurelia
Nr. 125



MENIU

Data: 23.12.2025

1	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Terci din orez cu lapte, unt	1/200	1/151
2	Covrigi fără grăsimi hidrogenizate	1/25	1/80
3	Lapte fiert cu cacao (zahăr)	1/200	1/96
	Dejun II		
1	Fruite proaspete: banane	1/140	1/63
	Prânz		
1	Legume proaspete porționate: ardei dulci	1/30	1/10
2	Borș cu sfeclă roșie, legume și smântână (cartofi, ceapă, morcov, varză, tomate, tulpină de țelină , verdeață)	1/200/8	1/119
3	Fileu de pește cu legume (ceapă, morcov, ulei)	1/100	1/120
4	Mămăligă cu unt	1/120	1/136
5	Compot din fructe proaspete: mere (zahăr)	1/150	1/25
6	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/26	1/67
	Cina		
1	Omletă naturală cu legume (ouă, lapte, roșii, ardei, ulei)	1/120	1/177
2	Ceai negru cu lămâie (zahăr)	1/150	1/8
3	Pâine din făină de grâu fortificată cu Fe	1/43	1/114

Preparatele culinare menționate în meniu pot conține substanțe cu caracter alergen

(gluten, lactoză, urme de nuci, semințe, citrice)

Asistenta medicală