

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



MENIU

Data: 30.12.2025

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramaju l bucatelor	Valoarea calorică
Dejun			
1	Terci din crupă de mei cu lapte, unt	1/120	1/184
2	Biscuiți fără grăsimi	1/25	1/106
3	Ceai negru (zahăr)	1/200	1/116
Dejun II			
1	Fructe proaspete: mandarine	1/130	1/90
Prânz			
1	Legume proaspete porționate: roșii	1/30	1/30
2	Supă Țărănească cu smântână (cartofi, varză, ceapă, morcov, tomate, tulpină de țelină, ulei, verdeață)	1/200/5	1/97
3	Pârjoală din fileu de pește (pâine, ceapă)	1/60	1/101
4	Pilaf din orez cu legume (orez, ceapă, morcov, roșii, ulei)	1/100	1/70
5	Compot din fructe proaspete mere (zahăr)	1/150	1/29
6	Pâine din făină integrală	1/30	1/77
Cina			
1	Șarlotă din brânză de vaci, mere, semințe de susan (brânză, ouă, chefir, făină de grâu, unt, ulei, praf de copt, zahăr)	1/140	1/370
2	Legume proaspete porționate: castraveți	1/30	1/30
3	Chefir 2,5% grăsime	1/200	1/92

Preparatele culinare menționate în meniu pot conține substanțe cu caracter alergen

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

Asistenta medical