

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat: _____ Director

Nr. Ursachi Aurelia



MENIU

Data: 03.02.2026

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Terci din orez cu lapte , stafide, unt	1/200/15	1/247
2	Covrigi fără grăsimi	1/25	1/106
3	Ceai negru (lămâie , zahăr)	1/200	1/95
	Dejun II		
1	Fructe proaspete: portocale	1/120	1/143
	Prânz		
1	Salată vitaminoasă cu semințe de in (morcov, măr, ulei)	1/40/5	1/43
2	Borș cu sfeclă roșie și smântână (cartofi, ceapă, morcov, ulei, tomate, verdeață, tulpină de țelină)	1/200/5	1/108
3	Fileu de pește înăbușit cu legume (morcov, ceapă, roșii)	1/70/30	1/148
4	Mămăligă cu unt	1/100	1/70
5	Compot din fructe congelate visine (zahăr)	1/150	1/48
6	Pâine din făină integrală	1/30	1/77
	Cina		
1	Omletă naturală (ouă , lapte , ulei)	1/70	1/108
2	Salată din conopidă (ardei dulci, roșii, semințe de susan)	1/50	1/30
3	Pâine din făină de grâu fortificată cu acid folic și Fe	1/43	1/114
4	Compot din fructe proaspete mere (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 _____