

# IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat de Director

Ursachi Anabela



## MENIU

Data: 11.03.2026

1	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	<b>Dejun</b>		
1	Terci din crupă de mei cu <b>lapte</b> (unt, zahăr)	1/200/15	1/233
2	<b>Tartină</b> cu unt și brânză cu cheag tare <b>45% grăsime</b>	1/45/10/18	1/255
3	Ceai negru (zahăr)	1/200	1/8
	<b>Dejun II</b>		
1	Fruite proaspete:	1/150	1/70
	<b>Prânz</b>		
1	Legume proaspete porționate: roșii	1/25	1/7
2	Supă cu fasole și <b>smântână</b> (ceapă, morcov, cartofi, roșii, tulpină <b>țelină</b> , verdeață, ulei)	1/200/5	1/139
3	Pârjoală din carne de porcină ( <b>pâine</b> , ceapă, ulei, sare)	1/90	1/160
4	Cartofi înăbușiți cu legume (ceapă, morcov, tomate în suc propriu, ulei)	1/100	1/113
5	Compot din fructe proaspete asorti (mere, <b>lămâie</b> zahăr)	1/150	1/33
6	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/27	1/70
	<b>Cina</b>		
1	Șarlota din <b>brânză de vaci</b> , mere, <b>semințe de susan</b> (ouă, lapte, ulei)	1/120	1/157
2	<b>Chefir 2.5%</b> grăsime	1/200	1/100

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

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