IÎP Grădinița de Copii Nr. 125

Aprobat: _____ **Director**

Ursachi Aurelia

MENIU **Data:19.03.2026**

1	**Denumirea bucatelor**	**Gramajul bucatelor**	**Valoarea calorică**
	Dejun		
1	Terci din crupe de orz cu **lapte, unt**	1/200/15	1/233
2	**Tartină cu unt**	1/45/10	/114
3	Ceai negru cu lămâie (zahăr)	1/200	1/8
	Dejun II		
1	Fructe proaspete: struguri	1/140	1/70
	Prânz		
1	Salată din sfeclă roșie fiartă cu **semințe de floarea soarelui** (praz, ulei)	1/40/5	1/70
2	Supă Țărănească cu **smântână** (cartofi, varză, ceapă, morcov, tomate, **țelină,** verdeață, ulei)	1/200/5	1/139
3	Pilaf din carne de cu orez, legume (orez, ceapă, morcov, ulei, ardei)	1/140	1/160
4	Compot din fructe de pădure (zahăr)	1/150	1/33
5	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/27	1/64
	Cina		
1	Coptură cu semințe de susan (**făină din grâu, ouă, lapte, unt,** zahăr, drojdie proaspătă, ulei)	1/80	1/280
2	Compot din fructe uscate: mere	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 _____