

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125

Aprobat: _____ Director

Ursachi Aurelia



MENIU

Data: 24.03.2026

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Terci din crupă de hrișcă cu lapte, unt (zahăr)	1/200	1/184
2	Biscuiți fără grăsimi	1/25	1/106
3	Lapte fiert cu cacao (zahăr)	1/200	1/95
	Dejun II		
1	Fruite proaspete: mere, miez de nuci	1/130/10	1/127
	Prânz		
1	Salată vitaminoasă cu semințe de in (morcov, mere, ulei)	1/40/5	1/73
2	Borș cu sfeclă roșie și smântână (cartofi, ceapă, morcov, țelină, verdeață, tomate)	1/200/5	1/108
3	Pilaf de orez cu carne de pui și legume (ceapă, morcov, unt)	1/170	1/181
4	Compot din fructe de pădure (zahăr)	1/150	1/32
5	Pâine din făină integrală	1/27	1/47
	Cina		
1	Omletă naturală (ou, lapte, ulei)	1/70	1/108
2	Salată din legume proaspete (ardei dulci, roșii, conopidă, ulei, semințe de susan)	1/70/5	1/47
3	Pâine din făină albă fortificată cu Fe și acid folic	1/45	1/114
4	Compot din fructe proaspete (mere, zahăr)	1/150	1/24

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

Asistent medical _____