

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat: _____ Director

Ursachi Aurelia
Nr. 125

MENIU

Data: 27.02.2026

1	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Pilaf din orez cu stafide, unt	1/120	1/199
2	Covrigi fără grăsimi hidrogenizate	1/25	1/80
3	Lapte fiert cu cacao	1/200	1/95
	Dejun II		
1	Fructe proaspete: mere	1/140/10	1/107
	Prânz		
1	Legume fierte porționate: brocoli	1/50	1/8
2	Supă Țărănească cu smântână (varză, cartofi, ceapă, morcov, țelină , tomate)	1/200/5	1/139
3	Pârjoală din fileu de pește (ceapă, pâine din făină albă, ulei)	1/65	1/86
4	Mămăligă cu unt	1/120	1/119
5	Compot din fructe congelate vișină (zahăr)	1/150	1/24
6	Pâine din făină integrală fortificată cu Fe și acid folic	1/27	1/65
	Cina		
1	Ou fiert	1/52	1/74
2	Vinegretă din legume fierte (sfeclă roșie, cartofi, morcov, mazăre verde, ulei)	1/100	1/105
3	Tartină cu brânză cu cheag tare 45% grăsime	1/45/15	1/189
4	Compot din fructe uscate pere (zahăr)	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 _____