

IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat: _____ Director



MENIU

Data: 31.03.2026

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	Dejun		
1	Terci din orez cu lapte, unt	1/200	1/147
2	Covrigi fără grăsimi	1/25	1/106
3	Lapte fiert (zahăr)	1/150	1/95
	Dejun II		
1	Fruite proaspete: banane	1/130	1/62
	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 pui înăbușit cu legume (morcov, ceapă, roșii)	1/70	1/96
4	Mămăligă cu unt	1/120	1/106
5	Compot din fructe de pădure (zahăr)	1/150	1/24
6	Pâine din făină integrală	1/27	1/63
	Cina		
1	Omletă naturală (ouă, lapte, ulei)	1/70	1/108
2	Salată din conopidă, ardei dulci, roșii (ulei, praz)	1/70	1/40
3	Pâine din făină de grâu fortificată cu acid folic și Fe	1/43	1/114
4	Compot din fructe uscate: pere (zahăr)	1/150	1/44

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

Asistent medical _____