

# IÎP Grădinița de Copii Nr. 125



Aprobat: \_\_\_\_\_ Director

Ursachi Aurelia



## MENIU

Data: 02.06.2026

Nr. ord.	Denumirea bucatelor	Gramajul bucatelor	Valoarea calorică
	<b>Dejun</b>		
1	Terci din crupă de hrișcă cu lapte, unt (zahăr)	1/200	1/184
2	Biscuiți fără grăsimi	1/25	1/106
3	Ceai negru (zahăr)	1/150	1/32
	<b>Dejun II</b>		
1	Fructe proaspete: mere, miez de nuci	1/110/10	1/158
	<b>Prânz</b>		
1	Salată din varză, mazăre conservată, praz (ulei)	1/50/5	1/73
2	Borș cu sfeclă roșie și smântână (cartofi, ceapă, morcov, țelină, verdeață, tomate)	1/200/5	1/108
3	Pilaf din orez cu legume (ceapă, morcov, ulei, roșii)	1/170	1/170
4	Pârjoală din șold de pui (ceapă, pâine)	1/100	1/114
4	Compot din fructe de pădure (zahăr)	1/150	1/32
5	Pâine din făină integrală	1/23	1/59
	<b>Cina</b>		
1	Omletă naturală (ou, lapte, ulei)	1/70	1/108
2	Pâine din făină albă fortificată cu Fe și acid folic	1/43	1/114
3	Legume proaspete porționate: ardei porție	1/25	1/5
4	Compot din fructe uscate prune (zahăr)	1/150	1/48

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

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