


ZIUA	DIMINEATA ORA 10	PRANZ ORA 16	SEARA
LUNI	Ceai, paine , salam-100g, Unt-25g; cascaval-100g iaurt	Ciorba de zarzavat Varza cu carne porc banana	Friptura pui la tava ; Spaghete cu branza telemea compot
MARTI	Ceai, paine, cremwursti-2buc, unt- 25g Branza telemea-100g iaurt	Ciorba de zarzavat Parjoala cu pilaf Salata varza banana	Friptura pui la tava Salata orientala Fidea cu lapte
MIERCURI	Lapte-250ml ,paine, unt-25g 1ou fiert Cascaval-100g iaurt	Ciorba de zarzavat Friptura cu sote legume (amestec legume mexican) Gogosi banana	Friptura pui cu orez ceai
JOI	Lapte-250ml, paine, Salam-100g, unt-25g Br.topita-2buc iaurt	Ciorba de zarzavat Tocanita de cartofi cu carne porc banana	Friptura pui la tava Mamaliguta cu branza (100g) si smantana(100g) Ceai + biscuiti-100g
VINERI	Ceai, paine, unt-25g, cremwursti-2buc, cascaval-100g iaurt	Ciorba de zarzavat Iahnie fasole cu carne Salata varza Gogosi banana	Friptura pui la tava Spaghete cu branza telemea ceai
SAMBATA	Ceai, paine, pate-50g, Unt-25g Branza topita-2buc iaurt	Ciorba de zarzavat Friptura pui la tava cu spaghete banana	Mancare de cartofi cu carne Orez cu lapte
DUMINICA	Ceai, paine, branza telemea- 100g, unt-25g, ou fiert rosu iaurt	Ciorba de zarzavat Friptura cu pilaf cozonac banana	Friptura la tava Salam-100g, cascaval-100g, Masline-30g Ceai+biscuiti-100g

Dr. Marinela G. G. G.  
Medic specialist  
Nutrit. Dietet. Boli metabolice  
si diabet  


Intocmit, As. Diet.,  
Olteanu Lorena  
