

MEDICI GARDĂ 10 – 16 iulie 2017

	DIMINEAȚA	PRÂNZ	SEARA
LUNI	Ceai, pâine Brânză Hochland - 3felii Salam - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perișoare Friptură porc cu cartofi prăjiți + Castraveți acri Pandișpan	Friptură porc la grătar cu sote legume Budinca de spaghete la cuptor
MARȚI	Ceai, Pâine Cremwurști – 2 buc. Brânză telemea - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perișoare Friptura pui + Parjoala + sarmalute post si ardei iute	Friptură porc la grătar Salată orientală Fidea cu lapte
MIERCURI	Lapte, pâine Ou fiert – 2 buc. , masline-100g Pate Bucegi - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de zarzavat Friptură porc cu cartofi prăjiți + Castraveți acri Gogoși	Friptură porc cu sote legume Budinca de spaghete la cuptor
JOI	Lapte, pâine Ou fiert – 2 buc. Cremwursti – 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perișoare Friptură pui + ardei umplut cu carne porc Pandișpan	Friptură porc la grătar Mămăliguță cu brânză vaci (100g) și smântână (100g) Ceai + biscuiti-100g
VINERI	Ceai Pâine Cremwurști – 2 buc. , masline-100g Brânză telemea – 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de zarzavat Iahnie de fasole + friptura porc + Castraveți acri Gogosi	Șnițel piept pui cu piure de cartofi + Castraveți acri Budinca de spaghete la cuptor
SÂMBĂȚĂ	Ceai ,pâine Brânză Hochland - 3felii Salam - 100g Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perișoare Friptură porc cu cartofi prăjiți + Castraveți acri	Friptura porc cu sote de legume (amestec mexican) Orez cu lapte
DUMINICĂ	Ceai, pâine Pate Bucegi - 100g Ou fiert– 2 buc. Supliment : iaurt, banană	Ciorbă de perișoare Friptura porc cu cartofi prăjiți + Castraveți acri	Șnițel piept pui cu piure de cartofi + Castraveți acri Orez cu lapte

ÎNTOCMIT

As. Diet.

Olteanu Lorena

Dr. ECATERINA ZOICAN
Medic Specialist Diabet Nutritie
si Boli Metabolice
E18865

