

MENIU GRĂDINIȚA CU ORAR PRELUNGIT - ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR.145

09-13.03.2026

MENIU	LUNI	MARTI	MIERCURI	JOI	VINERI
MIC DEJUN ORA 9:00-9.15	MUCENICI MUNTENEȘTI FIERȚI, CU NUCĂ 200 ML	CHEFIR CU FULGI DE PORUMB 200ML/30G	CEAI DE FRUCTE DE PĂDURE CU LĂMÂIE 200 ml TARTINĂ CU UNT SI TON 20/5/30 g	OREZ CU LAPTE ȘI SCORȚIȘOARĂ 200ml	CEAI DE FRUCTE DE PĂDURE 200 ml TARTINĂ CU CREMĂ DE BRÂNZĂ ȘI ARDEI KAPIA 20/15/10g
GUSTARE ORA 10:15	DEGEȚELE DE MORCOV 80-100 g	BANANE 80 G	PORTOCALE 80 G	BANANE 80-100 g	MĂR IONATAN 80-100 g
FELUL I ORA 12:15	BORȘ DE CARTOFI 200ml	CIORBĂ DE VĂCUȚĂ 150g+30g	CIORBA ȚĂRĂNEASCĂ DE CURCAN ACRITĂ CU BORȘ 200ml	SUPĂ CREMĂ DE LEGUME CU CRUTOANE 150ml+40g	CIORBĂ RĂDĂUȚEANĂ 200ml
FELUL II ORA 12:15	OSTROPEL DE PUI CU OREZ SÂRBESC 150g+60g SALATĂ DE CRUDITĂȚI 20g	FILE DE SOMON CU CARTOF DULCE 150g+60g SALATĂ VERDE ȘI MĂSLINE 20 g. PÂINE 40g.	PIURE DE SPANAC PROASPĂT CU OU POȘAT 90 g+ 50g	PIEPT DE PUI LA CUPTOR CU MORCOV COPT ȘI DOVLECEL 150g+60g SALATĂ DE VARZĂ ȘI MORCOV 20g PÂINE 20g	PULPE DE CURCAN LA TAVĂ CU PIURE DE RĂDĂCINOASE 130 g + 60 g SALATĂ DE CASTRAVEȚI 20g PÂINE 20g
GUSTARE ORA 15:30	MUCENICI MOLDOVENEȘTI	TARTINĂ CU PASTĂ DE AVOCADO 20/30 g	IAURT 80 – 100 g	PRĂJITURĂ CU MORCOV 80 -100 g	PLĂCINTĂ CU MERE 80-100 g.

MENIUL CONȚINE URMĂTORII FACTORI ALERGENI: LAPTE DE VACĂ, OU, SCORȚIȘOARĂ, GLUTEN, NUCI, MIERE, ETC.
PRODUSE CONGELATE: PULPE DE PUI, CARNE DE CURCAN
PRODUSE PROASPETE: CARNE DE VITĂ

D I R E C T O R
Prof. Mircea Răzvan Ionuț BERINDEI

MENIUL A FOST INTOCMIT CONFORM ORDINULUI MS NR.541/FEBRUARIE 2025
MEDIC: PÂRLOG LAURA/AS.MED. NICOLAE ALEXANDRU, BUCĂTAR: PETRE GHERGHINA
ADMINISTRATOR ȘTEFAN MARIAN