

MENIU GRADINIȚA CU ORAR PRELUNGIT – ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR 145

23-27.03.2026

MENIU	LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI
MIC DEJUN ORA 9:00-9:15	LAPTE CU CEREALE 150 g.	CEAI DIN FRUCTE DE PĂDURE CU LĂMÂIE 200ml TARTINĂ CU UNT, CAȘCAVAL ȘI ARDEI KAPIA 20g+30g	GRIȘ CU LAPTE ȘI MIERE DE ALBINE 150 ml.+30 g	CEAI DE FRUCTE CU LĂMÂIE 200ml TARTINĂ CU OMLETĂ 20g+30g	KEFIR CU FULGI DE PORUMB 200 ml
GUSTARE ORA 10:15	BANANE 40/50 g	KIWI 40/50 g	BANANĂ 40/50g	MERE 40/50 g	DEGEȚELE DE MORCOV ȘI ARDEI ROȘU 40/50 g
FELUL I ORA 12:00	PASTE CU BRÂNZĂ 200 g.	CIORBĂ DE VĂCUȚĂ 150g+30g	BORȘ TĂRĂNESC DE LEGUME 200ml	SUPĂ DE PUI CU TĂIȚEI 200ml	SUPĂ CREMĂ DE LINTE CU CRUTOANE 200ml
FELUL II ORA 12:15	TOCĂNIȚĂ DE CIUPERCI CU PULPE DE PUI DEZOSATE LA TAVĂ 150g+60g SALATĂ CASTRAVEȚI ȘI ROȘII 40 g PÂINE 20g	MUSACA DE DOVLECEL ȘI VINETE CU CARNE DE VĂCUȚĂ 150g+60g SALATĂ VERDE CU LĂMÂIE 40 g PÂINE 20g	FILE DE SOMON CU CARTOF DULCE LA CUPTOR 150g+60g SALATĂ VERDE ȘI MĂSLINE 20 g. PÂINE 40g.	PIEPT DE CURCAN LA CUPTOR PE PAT DE OREZ MULTICOLOR 150g+60g SALATĂ DE VARZĂ ALBĂ 20g PÂINE 20g	GHIVECI DE LEGUME CU PIEPT DE PUI 200 g SALATĂ DE CASTRAVETE PROASPĂT 30g PÂINE 20g
GUSTARE ORA 15:30	PRĂJITURĂ CU GEM 50g-60g	IAURT CU BISCUIȚI BELVITA 50g-60g	MELCI CU VANILIE 80 g-100 g	FURSECURI CU UNT ȘI STAFIDE 50g-60g	TARTINĂ CU BRÂNZĂ CREMOASĂ ȘI CASTRAVETE 50g-60g

MĂNÂNCI NATURAL, TRĂIEȘTI SĂNĂTOS, POFTĂ BUNĂ !

MENIUL CONTINE URMATORII FACTORI ALERGENI: LAPTE DE VACĂ, OU , GLUTEN, PĂSTÂRNAC, ȚELINĂ NUCI, MIERE, LĂMÂIE ETC.

PRODUSE CONGELATE: PULPE/PIEPT DE PUI, PIEPT/PULPE CURCAN;

CARNE PROASPATA: PEȘTE, VITĂ;

DIRECTOR,

Prof. Mircea Ionuț Răzvan BERINDEI MENIUL A FOST ÎNTOCMIT CONFORM ORDINULUI MS NR.541/FEBRUARIE 2025

MEDIC: PÂRLOG LAURA AS. MEDICAL: NICOLAE ALEXANDRU ADMINISTRATOR: ȘTEFAN MARIAN BUCĂTAR: PETRE GHERGHINA